

*Stand: 23.08.2024*

**Rekorde (SMA)**

***Schweizer Masters  
Rekorde und  
Bestleistungen  
Frauen  
Outdoor***



***Swiss Masters Athletics***

**Swiss Masters Athletics Verein**

<http://www.swiss-masters-athletics.ch>

## Rekorde / records

Stand: 23.08.2024

### 100m

W35	Martha Grossenbacher	31.08.1959	TV Unterstrass	11.83	1.5	Chaux-de-Fond	20.08.1995
W40	Helen Burkart	13.05.1958	LC Zürich	12.00	0.6	Schaan LIE	23.08.1998
W45	Christine Pfeiffer	13.04.1949	Old Boys Basel	12.72		Bern	28.06.1994
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	13.06	-0.3	Bern	14.06.2009
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	14.68	0.0	Bern	17.07.2004
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	15.38	0.5	Bern	19.08.2009
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	16.93	1.1	Zürich	06.07.2014
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	17.31	-1.1	Oltén	09.09.2017
W75	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	23.57		Huttwil	12.07.2009
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	23.46	-0.6	Porto Alegre BRA	19.10.2013
W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	27.38	1.9	Čakovec CRO	25.08.2018

### 200m

W35	Helen Burkart	13.05.1958	LC Zürich	23.92	-0.3	Lausanne/Courbertin	03.07.1993
W40	Claudia Wiederkehr	15.04.1967	LV Wettingen-Baden	25.48	0.9	Ljubljana POL	01.08.2008
W45	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	25.87	1.7	Aarhus DEN	31.07.2004
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	26.80	1.2	Ljubljana POL	24.07.2008
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	31.14	0.6	D Randers DEN	22.07.2004
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	32.33	-1.8	Ljubljana POL	27.07.2008
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	36.42	0.2	Izmir TUR	22.08.2014
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	38.62	-2.4	Malaga ESP	05.09.2018
W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	44.19	-2.2	Gotenburg SWE	17.08.2024
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	50.39	0.5	Porto Alegre BRA	22.10.2013
W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	58.01	1.8	Malaga ESP	09.09.2018

### 400m

W35	Helen Burkart	13.05.1958	LC Zürich	52.93		Luzern	29.06.1993
W40	Helen Burkart	13.05.1958	LC Zürich	54.58		Frauenfeld	05.06.1998
W45	Claudia Meier	15.04.1967	LV Wettingen-Baden	60.19		Basel	09.06.2014
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	62.74		Lugano	30.08.2008
W55	Isabelle Schönenberger	04.05.1935	CHP Genève	67.22		-	1992
W65	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	75.00		Bellinzona	22.09.2022
W70	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	75.92		Pescara ITA	26.09.2023
W75	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	1:53.89		Huttwil	13.07.2008
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	1:53.86		Porto Alegre (BRA)	26.10.2013
W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	2:20.49		Malaga (ESP)	14.09.2018

### 800m

W35	Karin Petraglio	16.08.1976	GAB Bellinzona	2:09.75		Trento (ITA)	31.07.2012
W40	Tamara Winker	07.01.1980	GAB Bellinzona	2:12.95		Gotenburg SWE	15.08.2024
W45	Janette Bragagnolo	20.09.1971	GAB Bellinzona	2:30.35		Bellinzona	20.09.2017
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	2:38.07		Hochdorf	27.09.2009
W55	Ursula Odermatt	10.10.1939	LK Zug	2:37.21		-	1997
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3:11.89		Sacramento USA	07.07.2011
W65	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	2:48.54		Genève	05.06.2022
W70	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	2:50.22	WR	Laval (FRA)	24.06.2023
W75	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	4:08.78		Riccione (ITA)	09.09.2007
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	4:24.96		Porto Alegre BRA	21.10.2013

W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	5:33.71	Malaga ESP	11.09.2018
-----	------------------	------------	-------------------------	---------	------------	------------

### 1000m

W35	Nicole Egger	10.03.1985	LV Langenthal	2:48.63	Wetzikon	16.06.2020
W40	Silvia Baumann	21.11.1950	TV Unterstrass	3:07.3	-	1993
W45	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3:33.70	-	1994
W50	Ursula Odermatt	10.10.1939	LK Zug	3:21.48	-	1994

### 1500m

W35	Cornelia Bürki	03.10.1953	LC Zürich	4:08.43	Köln GER	20.08.1989
W40	Tamara Winker	07.01.1980	GAB Bellinzona	4:29.48	Locarno	01.06.2024
W45	Stefica Gajic	12.11.1948	SGB Laufclub	4:53.39	-	1992
W50	Marianne Kämpf	26.12.1964	STB Leichtathletik	5:07.60	Thun	24.06.2015
W55	Stefica Gajic	12.11.1948	LR Wohlen	5:38.15	Brugg	01.07.2008
W60	Lydia Bruhin	1933	VSL	6:47.74	-	1997
W65	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	6:10.90	Bellinzona	24.09.2022
W70	Alison Bourgeois	30.04.1953	Perform-CBS	5:53.22	Laval (FRA)	25.06.2023
W75	Marianne Dahinden	28.10.1924	Einzellizenz	8:22.87	Jyväskylä FIN	10.07.2000
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	9:07.97	Zittau GER	19.08.2012
W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	11:03.56	Malaga ESP	16.09.2018

### 1 Meile

W35	Cornelia Bürki	03.10.1953	LC Zürich	4:38.52	Nice FRA	09.07.1989
W40	Janette Bragagnolo	20.09.1971	SA Bellinzona	5:31.85	Chiasso	26.04.2015

### 2000m

W40	Tamara Winker	07.01.1980	GAB Bellinzona	6:56.71	Bellinzona	01.05.2024
W45	Janette Bragagnolo	20.09.1971	GAB Bellinzona	6:59.40	Lugano	18.08.2018

### 3000m

W35	Cornelia Bürki	03.10.1953	LC Zürich	8:51.86	Zürich	16.08.1989
W40	Chantal Dällenbach	24.10.1962	RC 2 Rives	9:38.14	Reims FRA	23.05.2004
W45	Janette Bragagnolo	20.09.1971	GAB Bellinzona	10:45.66	Rovereto ITA	16.09.2017
W50	Marianne Kämpf	26.12.1964	ST Bern	11:06.11	Bern	29.07.2015
W55	Stefica Gajic	12.11.1948	LR Wohlen	11:41.64	Brugg	08.07.2008
W60	Helen Forster	1941	VSL	14:56.38	Stammheim GER	29.09.2003

### 5000m

W35	Sabine Fischer	29.06.1973	LC Rapperswil-Jona	15:19.80	Barcelona ESP	01.08.2010
W40	Sabine Fischer	29.06.1973	LC Rapperswil-Jona	16:08.85	Luzern	27.07.2013
W45	Stefica Gajic	12.11.1948	SBG Laufclub	18:15.02	Malmö SWE	25.07.1996
W50	Jeannette Bragagnolo	20.09.1971	GAB Bellinzona	19:15.76	Bellinzona	24.09.2022
W55	Ursula Odermatt	10.10.1939	LK Zug	19:05.31	Durban RSA	22.07.1997
W60	Helen Bedrock	06.01.1935	-	22:08.31	Buffalo USA	13.07.1995
W65	Jutta Weiss	27.05.1935	ST Bern	22:16.40	Brisbane AUS	06.07.2001
W70	Giuseppina Gurtner	05.06.1925	VSL	24:57.43	Durban RSA	22.07.1997
W75	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	29:58.94	Riccione IT)	10.09.2007
W80	Giuseppina Gurtner	05.06.1925	VSL	30:52.83	San Sebastian ESP	22.08.2005
W85	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	43:26.32	Perth AUS	28.10.2016

### 10000m

W35	Chantal Dällenbach	24.10.1962	CA Fribourg	32:40.21	Lisboa POL	01.04.2000
W40	Chantal Dällenbach	24.10.1962	RC 2 Rives	34:31.60	Langenthal	29.05.2003
W45	Gerti Wettstein	04.11.1945	VSLs	38:19.75	Kristiansand NOR	25.06.1992
W50	Ursula Odermatt	10.10.1939	LK ZUG	36:51.28	Miyazaki JAP	07.10.1993
W55	Ursula Odermatt	10.10.1939	LK Zug	39:19.11	Durban RSA	19.07.1997
W60	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	53:19.41	Durban RSA	19.07.1997
W65	Lydia Bruhin	1933	VSLs	52:15.00	Gateshead GBR	03.08.1999
W70	Giuseppina Gurtner	05.06.1925	VSLs	52:21.35	Durban RSA	22.07.1997
W75	Marianne Dahinden	28.10.1924	Einzellizenz	1:03:26.22	Jyväskylä FIN	09.07.2000
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	1:06:14.64	Sacramento USA.	15.07.2011

### 80m Hürden (76.2 cm / 8 m)

W40	Monica Pellegrinelli	14.05.1965	GA Bellinzona	11.24 0.1	WR San Sebastian ESP	31.08.2005
W45	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	11.51 0.3	WR Randers DEN	22.07.2004

### 80m Hürden (76.2 cm / 7 m)

W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	12.08 2.0	WR Vaterstetten GER	10.07.2009
W55	Ruth Raaflaub	28.09.1957	TV Länggasse Bern	14.18 0.4	Porto Alegre BRA	25.10.2013

### 80m Hürden (68.6 cm / 7 m)

W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	14.34 0.5	Lahti FIN	07.08.2009
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	16.09 -0.1	Porto Alegre BRA	25.10.2013
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	18.51 0.1	Malaga ESP	15.09.2018
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	21.74 -0.8	Gotenburg SWE	14.08.2024

### 100m Hürden (84 cm / 8.5 m)

W35	Monica Pellegrinelli	14.05.1965	GA Bellinzona	13.28 0.3	Lugano	29.07.2000
W40	Monica Pellegrinelli	14.05.1965	GA Bellinzona	13.57 1.1	Bern	03.07.2005

### 200m Hürden (68.6 cm / 35 m)

W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	53.14 -2.0	Gotenburg SWE	18.08.2024
-----	----------------------------	------------	---------	------------	---------------	------------

### 300m Hürden (76.2 cm / 7 m)

W50	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	45.05	Ljubljana SLO	26.07.2008
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	59.00	Randers DEN	22.07.2004

### 400m Hürden (76.2 cm / 10 m)

W35	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	61.78	Basel	23.05.1994
W40	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	62.90	Basel	12.06.2000
W45	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	63.85	Zürich	18.09.2004

### 2000m Steeple

W35	Arlette-Meier-Hunger	18.05.1975	LC Regensdorf	6:47.35	Pliezhausen GER.	22.05.2011
W40	Arlette-Meier-Hunger	18.05.1975	LC Regensdorf	7:09.22	Freienbach	06.06.2015

### **3000m Steeple**

W35	Arlette-Meier-Hunger	18.05.1975	LC Regensdorf	10:10.93	Regensburg GER	05.06.2010
W40	Arlette-Meier-Hunger	18.05.1975	LC Regensdorf	10:57.18	Langenthal	14.06.2015

### **5000m Track Walk**

W35	Margot Vetterli	05.06.1948	SC Panther Zürich	24:36.45	Bern	09.08.1987
W40	Heidi Reballato	23.10.1943	CM Cour Lausanne	25:55.20	Sion	24.04.1988
W45	Heidi Reballato	23.10.1943	CM Cour Lausanne	24:19.60	Fribourg	08.07.1989
W50	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	25:01.60	Bern	28.06.1997
W55	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	26:37.23	Bern	27.06.1998
W60	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	27:31.17	Aarhus DEN	26.07.2004
W65	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	28:25.80 <sup>ER</sup>	Lausanne	26.09.2009
W70	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	31:44.85	Izmir TUR	25.08.2014
W75	Brigitte De Coppet	18.05.1946	CM Yverdon	42:44.00	Monthey	25.09.2021
W80	Marianne Dahinden	28.10.1924	-	40:24.88	Ljubljana POL	28.07.2008

### **10000m Track Walk**

W35	Marie Polli	28.11.1980	SAL Lugano sezione Marcia	50:46.40	Chailly/Montreux	03.07.2016
W40	Heidi Reballato	23.10.1943	CM Cour Lausanne	53:35.70	Sion	27.04.1986
W45	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	50:56.50	Monthey	10.06.1989
W50	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	52:24.60	Lausanne	24.04.1994
W55	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	56:49.60	Sion	27.05.2001
W60	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	58:19.00	Chailly/Montreux	19.04.2008
W65	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	59:35.30	Fribourg	15.04.2005
W70	Hélène Baptiste	07.01.1950	CM Yverdon	1:17:18.30	Monthey	04.10.2020

### **10km Road Walk**

W35	Margot Vetterli	05.06.1948	SC Panther Zürich	51:18.00	Lomello ITA	14.06.1986
W40	Heidi Reballato	23.10.1943	CM Cour Lausanne	52:27.00	New York USA	03.05.1987
W45	Heidi Reballato	23.10.1943	CM Cour Lausanne	51:10.00	Lausanne	30.04.1989
W50	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	51:56.00	Zürich	29.03.1997
W55	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	52:37.00	Monthey	22.05.1999
W60	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	57:35.00	Aarhus DEN	29.07.2004
W65	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	57:19.00	La Tour-de-Peilz	03.05.2009
W70	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:03:51.00	Namur BEL	22.06.2014

### **20km Road Walk**

W35	Marie Polli	28.11.1980	SAL Lugano sezione Marcia	1:41:06.00	Roma ITA	07.05.2016
W40	Corinne Henchoz	25.08.1964	CM Cour Lausanne	2:04:34.00	Lugano	09.03.2008
W45	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:52:03.00	Upice CZE	29.05.1993
W50	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:49:17.00	Brügge BEL	29.06.1996
W55	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:48:32.00	Lugano	21.03.1999
W60	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:59:04.00	Riccione ITA	14.09.2007
W65	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	1:58:58.00	Metz FRA	05.04.2009
W70	Heidi Maeder	23.10.1943	CM Cour Lausanne	2:14:49.00	Lyon FRA	14.08.2015

### **Hoch / Hauteur**

W35	Francoise Lachat	05.07.1962	Fémina-Vicques	1.72	Delémont	03.06.2000
W40	Francoise Lachat	05.07.1962	Fémina-Vicques	1.72	Bern	20.07.2002

W45	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	1.54	Randers DEN	23.07.2004
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	1.48	Lahti FIN	28.07.2009
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	1.27	San Sebastian ESP	22.08.2005
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	1.29	Ljubljana SLO	27.07.2008
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	1.19	Izmir TUR	22.08.2014
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	1.08	Ptuj SLO	26.08.2017
W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	1.00	Gotenburg SWE	14.08.2024

### Stab / Perche

W35	Nicole Büchler	17.12.1983	LC Zürich	4.55	Doha QAT	27.09.2019
W40	Marie-Claude Fähndich	17.12.1958	Fémina-Vicques	2.00	Delémont	16.05.1999
W50	Claudia Bernath	09.05.1947	LC Schaffhausen	3.10	Langenthal	06.09.1998

### Weit / Longueur

W35	Barbara Leuthard	04.12.1981	LC Zürich	6.27 1.4	Bulle	05.07.2017
W40	Ruth Raaflaub-Minnig	28.09.1957	TV Länggasse	5.66 1.1	Luzern	07.08.1999
	Monica Pellegrinelli	14.05.1965	GA Bellinzona	5.66 1.4	Rivera	20.08.2005
W45	Ruth Raaflaub-Minnig	28.09.1957	TV Länggasse	5.56 1.5	Bern	19.07.2003
W50	Christine Mueller	22.07.1958	LC Zürich	5.27 1.5	Langenthal	21.05.2009
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	4.47	Bern	21.09.2002
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	4.27 0.0	Ljubljana POL	24.07.2008
W65	Ruth Raaflaub-Minnig	28.09.1957	TV Länggasse	3.97 0.0	Pescara ITA	25.09.2023
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3.28 0.7	Torino ITA	29.07.2019
W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3.06 1.7	Gotenburg SWE	13.08.2024

### Drei / Triple

W35	Barbara Leuthard	04.12.1981	LC Zürich	13.08 1.4	Zofingen	13.07.2018
W40	Barbara Leuthard	04.12.1981	LC Zürich	12.66 0.9	Bellinzona	29.07.2023
W45	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	10.38	-	1995
W50	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	10.00 -0.4	Genève	20.09.1997
W55	Ruth Raaflaub-Minnig	28.09.1957	TV Länggasse Bern	9.68 1.9	Lyon (FRA)	15.08.2015
W60	Chantal Freund	11.07.1955	CA Genève	9.12 0.0	Lyon (FRA)	06.08.2015
W65	Ruth Raaflaub-Minnig	28.09.1957	TV Länggasse Bern	8.76 -0.5	Pescara ITA	28.09.2023
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	7.17 1.6	Malaga (ESP)	12.09.2018
W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	6.31 1.0	Gotenburg SWE	17.08.2024

### Kugel / Poids (4 kg)

W35	Nathalie Thévoz	21.08.1967	Olympic Ch-d-Fonds	14.59	Bern	20.09.2003
W40	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	13.71	Baden	03.08.1991
W45	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	13.03	St. Gallen	19.06.1993

### Kugel / Poids (3 kg)

W50	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	13.67	Jyväskylä FIN	09.07.2000
W55	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	13.09	Aarhus DEN	28.07.2004
W60	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	11.83	Bellinzona	11.09.2010
W65	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	10.23	Lyon FRA	04.08.2015
W70	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	9.25	Porto Alegre BRA	25.10.2013

### **Kugel / Poids (2 kg)**

W75	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	9.53	Malaga ESP	12.09.2018
W80	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	8.59	Pescara ITA	22.09.2023

### **Diskus / Disque (1 kg)**

W35	Sylvie Moulinier	07.07.1964	CEP Cortailod	46.12	Genève	28.05.2000
W40	Nathalie Thévoz	21.08.1967	Olympic Ch-de-Fonds	43.77	Langenthal	05.07.2008
W45	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	42.66	Zürich	10.06.1993
W50	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	37.94	Gateshead GBR	03.08.1999
W55	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	34.60	Aarhus DEN	30.07.2004
W60	Edith Anderes	04.02.1948	LC Brühl	31.92	Nyiregyhaza HUN	21.07.2010
W65	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	25.45	Bellinzona	08.09.2012
W70	Elsbeth Häusler	06.07.1954	LV Langenthal	24.56	Olten	06.08.2024

### **Diskus / Disque (750 g)**

W75	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	24.57	Wil	04.05.2019
W80	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	20.51	Pescara ITA	25.09.2023

### **Hammer / Marteau (4 kg)**

W35	Nicole Zihlmann	30.07.1986	LC Luzern	65.97	Luzern	02.10.2021
W40	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	53.37	Magglingen	07.06.2003
W45	Mägy Duss	05.12.1958	LC Luzern	53.67 <sup>ER</sup>	Luzern	28.09.2005

### **Hammer / Marteau (3 kg)**

W50	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	52.25	Čejkovice CZE	09.07.2016
W55	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	50.87	Olten	08.06.2018
W60	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	41.68	La Chaux-de-Fonds	19.06.2024
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	37.63	Olten	05.08.2014
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	35.57	Zalaegerszeg HUN	20.07.2019

### **Hammer / Marteau (2 kg)**

W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	34.18	La Chaux-de-Fonds	14.06.2023
W80	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	16.64	Luzern	03.03.2024

### **Speer / Javelot (600 g)**

W35	Christa Wittwer	25.01.1982	GG Bern	47.67	Zürich	22.07.2017
W40	Christa Wittwer	25.01.1982	GG Bern	38.90	Riehen	16.09.2023
W45	Beatrice Marti	21.12.1968	TV Länggasse Bern	30.60	Olten	23.05.2014

### **Speer / Javelot (500 g)**

W50	Christine Pfeiffer	13.04.1949	Old Boys Basel	30.60	Bern	01.09.2000
W55	Christine Pfeiffer	13.04.1949	Old Boys Basel	27.43	Aarhus DEN	22.07.2004

### **Speer / Javelot (400 g)**

W60	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	TV Huttwil	30.40	Bern	25.08.2007
W65	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	TV Huttwil	28.54	Bellinzona	12.09.2009
W70	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	TV Huttwil	27.59	Porto Alegre BRA	25.10.2013
W75	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	24.58	Venezia ITA	11.09.2019
W80	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	23.17	Pescara ITA	21.09.2023

### **Weight Throw (9.08 kg)**

W35	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	14.39	Potsdam GER	23.08.2002
W40	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	15.92	Aarhus DEN	29.07.2004
W45	Magy Duss	05.12.1958	LC Luzern	16.28	Luzern	02.10.2004

### **Weight Throw (7.26 kg)**

W50	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	15.44	Torino ITA	10.08.2013
W55	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	15.02	Malaga ESP	11.09.2018

### **Weight Throw (5.45 kg)**

W60	Connie Hodel	13.04.1963	TV Olten	15.72	Pescara ITA	24.09.2023
W65	Magy Duss	05.12.1958	LC Luzern	12.48	Gotenburg SWE	20.08.2024
W70	Vera Perret-Gentil	23.01.1941	CEP Cortaillod	8.71	Zittau GER	23.08.2012

### **Weight Throw (4 kg)**

W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	11.84	Pescara ITA	24.09.2023
W80	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	LV Huttwil	7.48	Luzern	03.03.2024

### **Heptathlon**

(Short Hurdles – High Jump – Shot Put – 200m – Long Jump – Javelin – 800m)

W35	Lara Zamboni	02.08.1970	GAB Bellinzona	4023	Tenero	09.10.2005
	<i>15.16/1.3 – 1.40 – 8.01 – 26.00/1.0 – 4.66/0.2 – 21.16 – 2:33.04</i>					
W40	Claudia Wiederkehr	15.04.1967	LV Wettingen Baden	4673	Nyíregyháza HUN	15.07.2010
	<i>12.58/0.0 – 1.39 – 7.67 – 26.02/0.3 – 4.88/0.9 – 23.13 – 2:27.64</i>					
W45	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	5757	Aarhus DEN	23.07.2004
	<i>11.51/0.3 – 1.54 – 8.67 – 26.17/0.8 – 5.27/0.7 – 26.17 – 2:33.74</i>					
W50	Christine Müller	22.07.1958	LC Zürich	5739	Lahti FIN	28.07.2009
	<i>12.24/0.6 – 1.48 – 9.03 – 27.22/1.8 – 4.90/1.3 – 27.10 – 2:38.76</i>					
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	4819	San Sebastian ESP	23.08.2005
	<i>14.48/0.1 – 1.24 – 9.17 – 31.22/0.5 – 4.24/1.3 – 25.87 – 3:01.16</i>					
W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	4186	Izmir TUR	22.08.2014
	<i>17.59/0.8 – 1.19 – 8.33 – 36.42/0.2 – 3.59/0.3 – 18.00 – 3:56.23</i>					
W70	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	4125	Malaga ESP	05.09.2018
	<i>19.13/1.1 – 1.08 – 7.68 – 38.62/2.4 – 3.25(2.6) – 18.23 – 4:02.92</i>					
W75	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3359	Gotenburg SWE	15.08.2024
	<i>21.74/0.8 – 1.00 – 7.42 – 44.19/2.2 – 2.77/1.9 – 13.99 – 4:28.87</i>					

### **Pentathlon**

(Short Hurdles – High Jump – Shot Put – Long Jump – 800m)

W35	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3277*	Brighton GBR	24.08.1984
	<i>16.64 – 1.51 – 10.13 – 5.25 – 2:28.60</i>					
W40	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3231	Kristiansand NOR	01.07.1992
	<i>13.59/2.1 – 1.44 – 9.07 – 4.81/0.6 – 2:43.21</i>					



W45	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3439	Malmö SWE	20.07.1996
	13.70/0.9 – 1.42 – 9.46 – 4.61/-0.5 – 2:50.40					
W50	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3665*	Cesenatico ITA	13.09.1998
	14.03 – 1.39 – 11.02 – 4.56 – 2:57.90					
W55	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3432	Aarhus DEN	27.07.2004
	15.17/-0.9 – 1.24 – 10.18 – 4.26/-0.8 – 3:09.28					
W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	3740	Ljubljana SLO	30.07.2008
	14.59/-0.3 – 1.25 – 9.45 – 4.08/0.7 – 3:18.45					

\* = keine Windmessungsangaben

## Bestleistungen / meilleures performances

### 300m

W35	Helen Burkart	13.05.1958	LC Zürich	38.36	Lausanne	23.07.1994
W40	Claudia Meier	15.04.1967	LV Wettingen-Baden	40.29	Basel	16.05.2009
W45	Claudia Meier	15.04.1967	LV Wettingen-Baden	42.48	Basel	17.05.2014
W80	Ruth Helfenstein	15.09.1931	swiss masters athletics	1:30.91	Čejkovice CZE	09.07.2016

### 600m

W35	Karin Petraglio	16.08.1976	GAB Bellinzona	1:33.99	Chiasso	01.05.2012
W40	Tamara Winker	07.01.1980	GAB Bellinzona	1:36.23	Bellinzona	01.05.2024
W45	Maria Luisa Quirici	12.09.1966	GAB Bellinzona	1:51.81	Bellinzona	20.07.2013

## Eingefrorene Rekorde / records gelées

### Speer / Javelot (600 g)

W35	Micheala Dunkel	16.12.1962	TV Unterstrass	48.84*	Frauenfeld	04.07.1998
W40	Sibylla Meili	29.01.1941	Old Boys Basel	35.46*	San Juan PUR	23.09.1983
W45	Sibylla Meili	29.01.1941	Old Boys Basel	32.26*	Melbourne AUS	29.11.1987

\* = alte Speer Modell (vor Jahr 2000)

### Speer / Javelot (500 g)

W50	Sibylla Meili	29.01.1941	Old Boys Basel	38.80*	-	1992
-----	---------------	------------	----------------	--------	---	------

\* = alte Speer Gewicht 400 g (vor Jahr 2000)

### Speer / Javelot (400 g)

W65	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	18.86*	Lyon FRA	05.08.2015
W70	Adelheid Graber-Bolliger	01.04.1943	TV Huttwil	25.97*	Götzis AUT	21.06.2014

\* = Speer Gewicht 500 g (ab Jahr 2014)

### Heptathlon

W60	Margaritha Dähler-Stettler	21.08.1947	GG Bern	5924*	Ljubljana SLO	24.07.2008
	14.38/2.2 – 1.19 – 9.63 – 32.33 – 4.20/1.3 – 21.42 – 3:17.36					

\* = alte Speer Modell (Gewicht 400g)

For Records, the following rules of competition apply:

WMA Rule 3.1.1 For Records, the age group of an athlete shall be determined by the athlete's date of birth on the day of the record, as long as all the rules of competition apply to both old and new age groups.