

LSW-Werfertag am 15.06.2026 in Mutterstadt

Ergebnisliste

1

LSW-Historisches Gewicht (Ultragewichtwerfen)

MHK (25,4 kg):

1.	Zachrau,	Dominique	81	5,98	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	RKS Phoenix Mutterstadt
4.	Gundermann,	Norbert	56	3,38	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung MHK (25,4 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			14,22 m	
	Zachrau,	Dominique	81	5,98	
	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	
	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	

M45 (25,4 kg):

1.	Zachrau,	Dominique	81	5,98	RKS Phoenix Mutterstadt
a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	RKS Phoenix Mutterstadt
a.W.	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M45 (25,4 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			14,22 m	
	Zachrau,	Dominique	81	5,98	
	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	
	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	

M70 (25,4 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	RKS Phoenix Mutterstadt
1.	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Gundermann,	Norbert	56	3,38	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Luszick-Gahlen	Uwe	54	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (25,4 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			11,62 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	
	Rhaue,	Reinhard	52	4,03	
	Gundermann,	Norbert	56	3,38	

M75 (25,4 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	4,21	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	------	-------------------------

LSW-Kugelstoß-Dreikampf (Stand – Angleiten – Anlauf)

M70 (4,00 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	27,49	(8,98 + 9,20 + 9,31)	RKS Phoenix Mutterstadt
1.	Luszick-Gahlen,	Uwe	54	27,34	(9,00 + 9,32 + 9,02)	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Rhaue,	Reinhard	52	25,61	(8,40 + 8,62 + 8,59)	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Gundermann,	Norbert	56	abg.		RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (4,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			80,44 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	27,49	(8,98 + 9,20 + 9,31)
	Luszick-Gahlen,	Uwe	54	27,34	(9,00 + 9,32 + 9,02)
	Rhaue,	Reinhard	52	25,61	(8,40 + 8,62 + 8,59)

M75 (4,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	27,49	(8,98 + 9,20 + 9,31)	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	-------	----------------------	-------------------------

LSW-Werfertag am 15.06.2026 in Mutterstadt

Ergebnisliste

2

LSW-Schleuderballwerfen

WHK (1,00 kg):

1.	Böhm,	Gertrud	49	15,38	RKS Phoenix Mutterstadt
----	-------	---------	----	-------	-------------------------

MHK (1,50 kg):

1.	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	33,87	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Zachrau,	Gerhard	49	33,41	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Rhaue,	Reinhard	52	27,90	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung MHK (1,50 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			95,18 m	
	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	33,87	
	Zachrau,	Gerhard	49	33,41	
	Rhaue,	Reinhard	52	27,90	

M70 (1,00 kg):

1.	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	38,70	RKS Phoenix Mutterstadt
a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	37,33	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Rhaue,	Reinhard	52	32,57	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Gundermann,	Norbert	56	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (1,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			108,60 m	
	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	38,70	
	Zachrau,	Gerhard	49	37,33	
	Rhaue,	Reinhard	52	32,57	

M75 (1,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	37,33	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	-------	-------------------------

M80 (1,00 kg):

1.	Heinzel,	Jochen	46	18,30	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	--------	----	-------	-------------------------

LSW Diskus griechisch (Einzelwertung)

M70 (2,50 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	20,14	RKS Phoenix Mutterstadt
1.	Gundermann,	Norbert	56	16,47	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Rhaue,	Reinhard	52	16,31	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (2,50 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			52,92 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	20,14	
	Gundermann,	Norbert	56	16,47	
	Rhaue,	Reinhard	52	16,31	

M75 (2,50 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	20,14	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Heinzel,	Hans-Joachim	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M75 (2,50 kg):

-	RKS Phoenix Mutterstadt			abg.	
---	-------------------------	--	--	------	--

M80 (2,00 kg):

-	Heinzel,	Hans-Joachim	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt
---	----------	--------------	----	------	-------------------------

LSW-Werfertag am 15.06.2026 in Mutterstadt

Ergebnisliste

3

LSW Diskus griechisch (Dreikampfwertung)

M70 (2,00 + 2,50 + 3,00 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	62,03 (22,92 + 20,14 + 18,97)	RKS Phoenix Mutterstadt
1.	Gundermann,	Norbert	56	50,74 (18,91 + 16,47 + 15,36)	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Rhaue,	Reinhard	52	49,99 (18,04 + 16,31 + 15,64)	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Lusztick-Gahlen	Uwe	54	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (2,00 + 2,50 + 3,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			162,76 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	62,03 (22,92 + 20,14 + 18,97)	
	Gundermann,	Norbert	56	50,74 (18,91 + 16,47 + 15,36)	
	Rhaue,	Reinhard	52	49,99 (18,04 + 16,31 + 15,64)	

M75 (2,00 + 2,50 + 3,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	62,03 (22,92 + 20,14 + 18,97)	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Heinzel,	Hans-Joachim	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M75 (2,00 + 2,50 + 3,00 kg):

-	RKS Phoenix Mutterstadt			abg.	
---	-------------------------	--	--	------	--

M80 (2,00 + 2,50 + 3,00 kg):

-	Heinzel,	Hans-Joachim	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt
---	----------	--------------	----	------	-------------------------

LSW-Gewichtwurf einarmig (Einzelwertung)

WHK (5,00 kg):

1.	Böhm,	Gertrud	49	7,80	RKS Phoenix Mutterstadt
----	-------	---------	----	------	-------------------------

W 75 (3,00 kg):

1.	Böhm,	Gertrud	49	10,50	RKS Phoenix Mutterstadt
----	-------	---------	----	-------	-------------------------

M70 (3,00 kg):

1.	Lusztick-Gahlen,	Uwe	54	27,34	RKS Phoenix Mutterstadt
a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	26,57	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Gundermann,	Norbert	56	21,25	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Rhaue,	Reinhard	52	20,71	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Weber,	Horst	52	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (3,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			75,16 m	
	Lusztick-Gahlen,	Uwe	54	27,34	
	Zachrau,	Gerhard	49	26,57	
	Gundermann,	Norbert	56	21,25	

M75 (3,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	26,57	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	-------	-------------------------

Teamwertung M75 (3,00 kg):

-	RKS Phoenix Mutterstadt			abg.	
---	-------------------------	--	--	------	--

M80 (3,00 kg):

-	Klingler,	Roland	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Heinzel,	Hans-Joachim	46	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

LSW-Werfertag am 15.06.2026 in Mutterstadt

Ergebnisliste

4

LSW-Igmanderhammerwerfen (Einzelwertung)

W75 (3,00 kg):

1.	Böhm,	Gertrud	49	12,57	RKS Phoenix Mutterstadt
----	-------	---------	----	-------	-------------------------

MHK (13,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	11,34	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Rhaue,	Reinhard	52	9,14	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Gundermann,	Norbert	56	8,47	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung MHK (13,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			28,95 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	11,34	
	Gundermann,	Norbert	56	8,47	
	Rhaue,	Reinhard	52	9,14	

M70 (5,00 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	24,47	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Gundermann,	Norbert	56	20,93	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Rhaue,	Reinhard	52	19,86	RKS Phoenix Mutterstadt
-	Lusztick-Gahlen,	Uwe	54	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung M70 (5,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			65,26 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	24,47	
	Gundermann,	Norbert	56	20,93	
	Rhaue,	Reinhard	52	19,86	

M75 (5,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	24,47	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	-------	-------------------------

LSW-Igmanderhammerwerfen (Dreikampfwertung)

W75 (3,00 kg):

-	Böhm,	Gertrud	49	abg.	RKS Phoenix Mutterstadt
---	-------	---------	----	------	-------------------------

MHK + M70 (5,00 + 8,00 + 13,00 kg):

a.W.	Zachrau,	Gerhard	49	53,48 (24,47 + 17,67 + 11,34)	RKS Phoenix Mutterstadt
2.	Gundermann,	Norbert	56	43,58 (20,93 + 14,18 + 8,47)	RKS Phoenix Mutterstadt
3.	Rhaue,	Reinhard	52	41,55 (18,86 + 13,55 + 9,14)	RKS Phoenix Mutterstadt

Teamwertung MHK + M70 (5,00 + 8,00 + 13,00 kg):

1.	RKS Phoenix Mutterstadt			138,61 m	
	Zachrau,	Gerhard	49	53,48 (24,47 + 17,67 + 11,34)	RKS Phoenix Mutterstadt
	Gundermann,	Norbert	56	43,58 (20,93 + 14,18 + 8,47)	RKS Phoenix Mutterstadt
	Rhaue,	Reinhard	52	41,55 (18,86 + 13,55 + 9,14)	

M75 (5,00 + 8,00 + 13,00 kg):

1.	Zachrau,	Gerhard	49	53,48 (24,47 + 17,67 + 11,34)	RKS Phoenix Mutterstadt
----	----------	---------	----	-------------------------------	-------------------------

Teamwertung M75 (3,00 kg):

-	RKS Phoenix Mutterstadt			abg.	
---	-------------------------	--	--	------	--

LSW-Gewichtwurf einarmig (Dreikampfwertung)

Hinweis:

Keine statistische Aufnahme, da alle Würfe aus Diskuskreis!

M70 (3,00 kg):

1.	Lusztick-Gahlen,	Uwe	54	61,83 (27,34 + 20,22 + 14,27)	RKS Phoenix Mutterstadt
----	------------------	-----	----	-------------------------------	-------------------------