

BETTINA PATERNOSTER



Geboren am **22.06.1966**

Seit **2012** im Verein

Hobbys:

derzeit keine Angaben

Die größten Erfolge

*Vize-Europameister
Deutscher Meister
Deutscher Meister*

*Mannschaft 2019
Mannschaft 2013
Mannschaft 2023*

*Berglauf
Crosslauf
Langstaffel 3x800m*

*AK W50
AK W45
AK W50*

*Janske Lazne/CZE
Dornstetten
Bietigheim/Bissingen*

*Deutscher Vizemeister
Deutscher Vizemeister*

*Mannschaft 2015
Mannschaft 2023*

*Crosslauf
Langstaffel 4x400m*

*AK W45
AK W50*

*Markt Indersdorf
Bietigheim/Bissingen*

<i>Dritter Deutsche</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2012</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W40+</i>	<i>Unterharmersbach</i>
<i>Dritter Deutsche</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2013</i>	<i>10 km Straße</i>	<i>AK W45+</i>	<i>Bobingen</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2012</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W45+</i>	<i>Weitnau</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2017</i>	<i>800m</i>	<i>AK W50</i>	<i>Regensburg</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2017</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Kemmern</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2017</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Furth im Wald</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2022</i>	<i>1500m</i>	<i>AK W55</i>	<i>München</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2022</i>	<i>5000m</i>	<i>AK W55</i>	<i>München</i>
<i>Bayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2024</i>	<i>3 x 800 m Staffel</i>	<i>AK W40</i>	<i>Unterschleißheim</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2012</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W45</i>	<i>Weitnau</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2012</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Buttenwiesen</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2013</i>	<i>Halbmarathon</i>	<i>AK W45</i>	<i>Ruhstorf</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2017</i>	<i>1500m Bahn</i>	<i>AK W50</i>	<i>Regensburg</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2017</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W50</i>	<i>Kemmern</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2017</i>	<i>10 km Straße</i>	<i>AK W50</i>	<i>Neuhaus</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2017</i>	<i>10 km Straße</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Neuhaus</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2018</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Ruhstorf/Sulzbach</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2019</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Kemmern</i>
<i>Bayerischer Vizemeister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2021</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W50+</i>	<i>Zenting</i>
<i>Niederbayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2012</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W45+</i>	<i>Otterskirchen</i>
<i>Niederbayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2013</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W45</i>	<i>Passau</i>
<i>Niederbayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2013</i>	<i>Berglauf</i>	<i>AK W45</i>	<i>Otterskirchen</i>
<i>Niederbayerischer Meister</i>	<i>Einzel</i>	<i>2023</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>W 55</i>	<i>Ruhstorf</i>
<i>Niederbayerischer Meister</i>	<i>Mannschaft</i>	<i>2023</i>	<i>Crosslauf</i>	<i>AK W45+</i>	<i>Ruhstorf</i>

Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2013	Crosslauf	AK W45+	Passau
Niederbayerischer Meister	Einzel	2014	10 km Straße	AK W45	Geiselhöring
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2014	Crosslauf	AK W45+	Dingolfing
Niederbayerischer Meister	Einzel	2015	Halbmarathon	AK W45+	Deggendorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2015	Crosslauf	AK W45+	Arnstorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2015	Halbmarathon	AK W45+	Deggendorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2015	Berglauf	AK W45+	Otterskirchen
Niederbayerischer Meister	Einzel	2016	Berglauf	AK W50	Otterskirchen
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2016	Berglauf	allg./AK W45+	Otterskirchen
Niederbayerischer Meister	Einzel	2017	Crosslauf	AK W50	Geiselhöring
Niederbayerischer Meister	Einzel	2017	10 km Straße	AK W50	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2017	Crosslauf	AK W45+	Geiselhöring
Niederbayerischer Meister	Einzel	2018	Berglauf	AK W50	Otterskirchen
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2018	Crosslauf	AK W45+	Arnstorf
Niederbayerischer Meister	Einzel	2019	10 km Strasse	AK W50	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2019	10 km Strasse	Frauen	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2019	10 km Strasse	AK W45+	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Einzel	2021	10 km Strasse	AK W55	Geiselhöring
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2021	Berglauf	Frauen	Zenting
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2021	Berglauf	AK W50+	Zenting
Niederbayerischer Meister	Einzel	2021	Crosslauf	AK W55	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Mannschaft	2021	Crosslauf	AK W45+	Ruhstorf
Niederbayerischer Meister	Einzel	2025	Crosslauf	AK W55	Passau

Bestleistungen

10 km

44:33 min

2013

Grossenseebach

