

## Till Helmke, 100 m/200m

2009 (25)	10,51/20,66
2008 (24)	10,40/20,71
2007 (23)	10,39/20,37
2006 (22)	10,42/20,70
2005 (21)	10,44/20,66
2004 (20)	10,31/20,47
2003 (19)	10,43/20,86
2002 (18)	10,42/20,81
2001 (17)	10,55/21,47
2000 (16)	10,78/21,60
1999 (15)	10,89/-

## Meine Top 10 (Stand: Oktober 09)

10,31 (1,4)	Braunschweig	10. Juli 2004
10,36 (0,0)	Zeven	29. Mai 2004
10,39 (1,4)	Wetzlar	28. Juli 2007
10,40 (0,8)	Erfurt	13. Juni 2004
10,40 (1,2)	Wetzlar	14. Juni 2008
10,41 (1,1)	Weinheim	26. Mai 2007
10,41 (1,2)	Wetzlar	14. Juni 2008
10,41 (-0,8)	Monaco	29. Juli 2008
10,42 (-0,7)	Hamburg	17. August 2002
10,42 (1,9)	Regensburg	17. Juni 2006
20,37 (1,8)	Wetzlar	28. Juli 2007
20,47 (0,5)	Zeven	30. Mai 2004
20,59 (-0,7)	Braunschweig	11. Juli 2004
20,66 (0,7)	Wattenscheid	3. Juli 2005
20,66 (-0,2)	Weinheim	23. Mai 2009
20,70 (1,2)	Bautzen	27. August 2006
20,71 (0,0)	Weinheim	24. Mai 2008
20,73 (1,8)	Athen	24. August 2004
20,75 (0,9)	Wattenscheid	3. Juli 2005
20,75 (0,7)	Regensburg	8. Juni 2008