

| Disziplin | Leistung | Name | Datum | Ort |
|---|-----------------|---|-------------------|-------------------|
| 75 m | 9,5 sec | Dessel, Frauke | 09.09.1989 | Witten |
| | 9,79 sec | Richter, Daniela | 12.06.1996 | Dortmund |
| 100 m | 12,32 sec | Grompe, Katharina | 09.09.2007 | Minden |
| 800 m | 2:14,98 min | Beavogui, Mawoin | 22.06.2003 | Minden |
| 2000 m | 6:40,58 min | Schroeder, Kira | 21.04.2018 | Menden |
| 5 km | 19:56 min | Vogt, Pia | 25.06.2017 | Menden |
| 80 m Hürden | 11,74 sec | Oefner, Esther | 18.05.2008 | Paderborn |
| 3000 m Bahngehen | 19:31,9 min | Treckmann, Nina | 07.09.1997 | Dortmund |
| Hochsprung | 1,76 m | Wolter, Pia | 19.08.1990 | Bad Oeynhausen |
| Stabhochsprung | 3,10 m | Jakob, Zoe | 23.06.2002 | Recklinghausen |
| Weitsprung | 5,69 m | Oefner, Esther | 31.08.2008 | Paderborn |
| Dreisprung | 11,18 m | Oefner, Esther | 25.09.2008 | Dortmund |
| Kugelstoß 3 kg | 13,54 m | Ahmetaj, Leonora | 23.08.2014 | Dortmund |
| Diskuswurf 1 kg | 38,00 m | Ahmetaj, Leonora | 13.09.2014 | Lage |
| Hammerwurf 3 kg | 21,58 m | Feller, Yvonne | 21.09.1991 | Dortmund |
| Speerwurf 600 g | 40,91 m | Horst, Lisa | 02.09.2006 | Gladbeck |
| Ballwurf 200 g | 48,0 m | Steinmann, Neele | 01.06.2014 | Dortmund |
| | 48,0 m | Tösmann, Lilian | 24.06.2014 | Dortmund |
| Siebenkampf | 3914 Pkt | Oefner, Esther | 14./15.06.08 | Bad Oeynhausen |
| | | (12,00 - 1,64 - 10,25 - 12,90 - 5,39 - 34,58 - 2:23,66) | | |
| Block Sprint / Sprung (seit 2000) | 2859 Pkt | Oefner, Esther | 25.05.2008 | Dortmund |
| | | (12,94 - 11,90 - 5,63 - 1,52 - 36,67) (100 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Hochsprung, Speerwurf 600 g) | | |
| Block Lauf (seit 2000) | 2491 Pkt | Krisch, Elayna | 02.07.2016 | Aachen |
| | | (13,07 - 13,74 - 4,62 - 33,0 - 7:11,04) (100 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Ballwurf 200 g, 2000 m) | | |
| Block Wurf (seit 2000) | 2602 Pkt | Weller, Anna-Katharina | 25.06.2003 | Dortmund |
| | | (13,70 - 13,53 - 4,59 - 12,29 - 34,17) (100 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Kugel 3 kg, Diskus 1 kg) | | |
| <i>Block Sprint / Sprung (bis 1999)</i> | <i>2656 Pkt</i> | <i>Barth, Cornelia</i> | <i>20.08.1989</i> | <i>Düsseldorf</i> |
| | | <i>(10,28 - 12,53 - 4,92 - 1,48 - 37,60) (75 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Hochsprung, Speerwurf 600 g)</i> | | |
| <i>Block Lauf (bis 1999)</i> | <i>2497 Pkt</i> | <i>Nefzger, Julia</i> | <i>30.06.1996</i> | <i>Ahlen</i> |
| | | <i>(10,29 - 13,67 - 4,69 - 38,5 - 7:08,34) (75 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Ballwurf 200 g, 2000 m)</i> | | |
| <i>Block Wurf (bis 1999)</i> | | Rekord unbekannt | | |
| | | <i>(75 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Kugel 3 kg, Diskus 1 kg)</i> | | |