

Ergebnisse 20 km

Gesamt- Platz	Start- Nr. Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
1	86 Simon	Hendrik	LG Donatus Erfstadt	LLM35	1	01:14:55	03:45	16,02
2	103 Apfelbaum	Frank	Meckenheim	LLM40	1	01:16:28	03:49	15,69
3	95 Paulus	Rudolf	SSG Königswinter	LLM40	2	01:16:50	03:50	15,62
4	127 Schröter	Martin	Frechen	LLM35	2	01:21:37	04:05	14,70
5	80 Schönbach	Roland	TV Refrath	LLM40	3	01:24:36	04:14	14,18
6	22 Stuij	Marco	Köln	LLM35	3	01:24:46	04:14	14,16
7	45 Mertens	Hans	Rheinbach	LLM40	4	01:25:18	04:16	14,07
8	112 Portele	Thomas	Bonn	LLM40	5	01:25:29	04:16	14,04
9	50 Branse	Konrad	LT SV Westum	LLM50	1	01:26:22	04:19	13,89
10	23 Scherzer	Stefan	Niederkassel	LLM45	1	01:28:06	04:24	13,62
11	25 Lempert	Oliver	TUS 08 Rheinberg	LLM35	4	01:28:57	04:27	13,49
12	130 Engel	Bernd	LG Kalt	LLM40	6	01:28:58	04:27	13,49
13	69 Dr. Pflock	Dieter	Swisttal	LLM40	7	01:29:07	04:27	13,47
14	94 Höster	Michael	Hunsrück-Marathon eV	LLM20	1	01:29:25	04:28	13,42
15	73 Kurth	Frank	SV 47 Mutscheid	LLM40	8	01:30:30	04:31	13,26
16	121 Dr. Braun	Dietmar	Bad Neuenahr	LLM40	9	01:33:12	04:40	12,88
17	47 Heyna	Joachim	Kerpen	LLM45	2	01:33:15	04:40	12,87
18	5 Arens	Norbert	Merlin-Runners	LLM40	10	01:33:24	04:40	12,85
19	126 Keuser	Walter Franz	DJK Mayen	LLM55	1	01:33:38	04:41	12,82
20	70 Fuchs	Johannes	Eckendorf	LLM40	11	01:33:59	04:42	12,77
21	65 Schneider	Dirk	LF Brohlthal	LLM30	1	01:34:25	04:43	12,71
22	44 Mertens	Norbert	Rheinbach	LLM40	12	01:34:31	04:44	12,70
23	79 Schönbach	Sandra	TV Refrath	LLW35	1	01:34:42	04:44	12,67
24	51 Blüher	Klaus	LT SV Westum	LLM55	2	01:35:36	04:47	12,55
25	92 Thewes	Carsten	Sinzig	LLM35	5	01:35:53	04:48	12,52
26	24 Siroic	Christopher	DJK Novesia Neuss	LLM45	3	01:36:05	04:48	12,49
27	3 Kröll	Michael	Adler-Langlauf Bottrop	LLM30	2	01:36:10	04:49	12,48
28	120 Ibisch	Volker	LG Eifel-Runners	LLM50	2	01:36:12	04:49	12,47
29	48 Schäfer	Josef	LT SV Westum	LLM50	3	01:36:28	04:49	12,44
30	62 Blöcher	Thomas	Meckenheim	LLM45	4	01:36:48	04:50	12,40
31	114 Wilhelm	Joachim	Wuppertal	LLM45	5	01:37:23	04:52	12,32
32	87 Cramer	Rüdiger	LC Euskirchen	LLM40	13	01:38:30	04:55	12,18
33	106 Zinke	Gert	Bonn	LLM45	6	01:38:58	04:57	12,13
34	14 Roth	Edwin	LT Schöllerhof	LLM50	4	01:39:11	04:58	12,10
35	41 Uedelhoven	Stefan	LC Euskirchen	LLM40	14	01:39:16	04:58	12,09
36	117 Lipphard	Detlev	Grafschaft	LLM45	7	01:41:14	05:04	11,85
37	29 Niechoj	Ludger	Lauftreff Ahrweiler	LLM45	8	01:41:15	05:04	11,85
38	34 Schmitz	Monika	TV Altendorf-Ersdorf	LLW45	1	01:41:27	05:04	11,83
39	90 Henning	Reinard	LT SC Bad Bodendorf	LLM55	3	01:41:48	05:05	11,79
40	53 Seul	Wolfgang	LT SV Westum	LLM60	1	01:42:12	05:07	11,74
41	52 Gieraths	Hans-Peter	LT SV Westum	LLM45	9	01:42:13	05:07	11,74
42	113 Birke	Thomas	LG Laacher See	LLM35	6	01:42:21	05:07	11,72
43	30 Dues	Jan-Gerd	TV Borcken	LLM40	15	01:42:29	05:07	11,71
44	9 König	Joachim	LT Run 4 Fun	LLM45	10	01:43:06	05:09	11,64
45	35 Förster	Uwe	LT TV Wipperfürt	LLM50	5	01:44:03	05:12	11,53
46	33 Schmitz	Peter	Rotwein-Runners	LLM45	11	01:44:07	05:12	11,53

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
47	10	Leinhaas	Andreas	Alfter	LLM35	7	01:44:22	05:13	11,50
48	26	Scholten	Dietmar	LT Gruiten-Neandertal	LLM55	4	01:44:41	05:14	11,46
49	6	Frankenberg	Steffen	Köln	LLM35	8	01:44:42	05:14	11,46
50	67	Sindorf	Heinz	TV Rommerskirchen	LLM65	1	01:44:47	05:14	11,45
51	131	Hellmann	Michael	Sport-Fabrik-Bonn	LLM40	16	01:45:04	05:15	11,42
52	46	Hoenen	Roland	Siegburg	LLM35	9	01:45:50	05:17	11,34
53	122	Dr. Wittslock	Dietmar	Lauftreff Röttgen	LLM50	6	01:45:52	05:18	11,34
54	123	Hecker	Lorenz	Lauftreff Röttgen	LLM40	17	01:45:53	05:18	11,33
55	61	Guenert	Gilles	Troisdorfer LG	LLM45	12	01:45:55	05:18	11,33
56	13	Loosen	Jens	Ebbe-Flitzer	LLM45	13	01:46:30	05:20	11,27
57	88	Reiser	Jürgen	LG RWE Power	LLM40	18	01:46:40	05:20	11,25
58	21	Kellringer	Mark	Rheinbach	LLM35	10	01:47:27	05:22	11,17
59	93	Bauer	Wilfried	LT SC Bad Bodendorf	LLM35	11	01:47:29	05:22	11,16
60	107	Witts	Richard	LT Saaler Mühle	LLM40	19	01:47:56	05:24	11,12
61	128	De Bruijn	Sjef	Champforqueuil	LLM40	20	01:48:24	05:25	11,07
62	102	Reuter	Peter	Sankt Augustin	LLM60	2	01:48:34	05:26	11,05
63	89	Geiger	Peer	LT LA-Villedieu	LLM40	21	01:48:57	05:27	11,01
64	98	Holtmann	Thomas	Wachtberg	LLM45	14	01:48:57	05:27	11,01
65	101	Haas	Achim	LG Stolberg	LLM50	7	01:48:59	05:27	11,01
66	132	Bersheim	Steffi	LF Brohltal	LLW30	1	01:49:01	05:27	11,01
67	28	Laakmann	Theo	TUS 08 Rheinberg	LLM70	1	01:49:20	05:28	10,98
68	37	Hand	Jürgen	SC Kölsch Fründe	LLM20	2	01:49:47	05:29	10,93
69	82	Waßmannh	Konrad	LLG St.Augustin	LLM55	5	01:50:42	05:32	10,84
70	129	Kopp	Thomas	LG Kalt	LLM35	12	01:50:45	05:32	10,84
71	18	Hahne	Uwe	LT Run 4 fun	LLM45	15	01:51:30	05:35	10,76
72	97	Lüninghöner	Horst	TUS Birk	LLM55	6	01:51:40	05:35	10,75
73	100	Von Gizycki	Günther	Waldschleichen	LLM65	2	01:51:43	05:35	10,74
74	7	Bormann	Michael	Dauerlaufschule Köln	LLM45	16	01:51:52	05:36	10,73
75	40	Gairing	Gerhard	SC Kölsch Fründe	LLM55	7	01:52:07	05:36	10,70
76	84	Schönenbrucher	Werner	Troisdorfer LG M.U.T.	LLM45	17	01:52:15	05:37	10,69
77	43	Salber	Ralf	Bonn	LLM40	22	01:53:00	05:39	10,62
78	55	Schneider	Heinz-Harro		LLM45	18	01:53:03	05:39	10,61
79	119	Thelen	Richard	Alfterer SC	LLM50	8	01:53:08	05:39	10,61
80	118	Strotkamp	Sabine	LG Kreis Ahrweiler	LLW40	1	01:53:15	05:40	10,60
81	17	Roth	Monika	LR Schöllerhof	LLW45	2	01:53:17	05:40	10,59
82	91	Laux	Monika	Deaf Runners	LLW45	3	01:53:24	05:40	10,58
83	56	Winkler	Rüdiger		LLM55	8	01:53:44	05:41	10,55
84	135	Feldmann-Huno	Marion	Laktat Könige Köln	LLW40	2	01:54:36	05:44	10,47
85	66	Moschlau	Uwe	Nickenich	LLM45	19	01:54:55	05:45	10,44
86	72	Schumalski-Kinç	Dieter		LLM50	9	01:55:19	05:46	10,41
87	31	Schmitz	Gabi	Heimbach	LLW40	3	01:56:15	05:49	10,32
88	32	Schmidt	Monika	Heimbach	LLW50	1	01:56:16	05:49	10,32
89	76	Reusch	Michael	Bornheim	LLM40	23	01:56:26	05:49	10,31
90	110	Wörfel	Klaus	Lauftr.Gruiten-Neandertal	LLM70	2	01:56:32	05:50	10,30
91	1	Van der Van	Christian	Köln	LLM40	24	01:56:47	05:50	10,28
92	2	Frank	Waltraud	Laktatkönige Köln	LLW50	2	01:56:48	05:50	10,27
93	36	Meyer	Wilfried	SC Kölsch Fründe	LLM55	9	01:57:04	05:51	10,25

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
94	11	Kühn	Achim	LT Rhein-Herne-Kanal	LLM50	10	01:57:27	05:52	10,22
95	104	Breuer	Jörg	Remagen-Kripp	LLM40	25	01:57:51	05:54	10,18
96	49	Neuer	Josef	LT SV Westum	LLM60	3	01:58:19	05:55	10,14
97	15	Brocksieper	Stefan	Ebbe-Flitzer	LLM35	13	01:58:21	05:55	10,14
98	108	Nolden	Elmar	Sportpark Ennert	LLM45	20	01:58:31	05:56	10,13
99	81	Esser	Heinz	GSV Porz Köln	LLM55	10	01:58:37	05:56	10,12
100	54	Köbbing	Manfred	LT SV Westum	LLM40	26	01:58:46	05:56	10,10
101	111	Baumhoer	Michael	Lt-Run 4Fun.de	LLM40	27	01:59:18	05:58	10,06
102	116	Weller	Wolfgang	LT-Run 4Fun.de	LLM60	4	01:59:19	05:58	10,06
103	63	Grün	Jörg	TG 81 Düsseldorf	LLM45	21	01:59:34	05:59	10,04
104	109	Nolden	Ulrike	Sportpark Ennert	LLW45	4	02:00:39	06:02	9,95
105	125	Hess	Michael	Köln	LLM40	28	02:01:18	06:04	9,89
106	27	Dr. Mechtenberg	Elisabeth	LT Wachtberger Dracher	LLW50	3	02:01:53	06:06	9,85
107	4	Kläser	Ralf	LLG St.Augustin	LLM40	29	02:01:54	06:06	9,84
108	78	Donat	Ernst	Bornheim	LLM40	30	02:02:02	06:06	9,83
109	124	Michel	Meddy	Meddy's Laufladen Tean	LLW50	4	02:02:56	06:09	9,76
110	133	Wolff	Sabine	Laktat Könige	LLW40	4	02:03:16	06:10	9,73
111	134	Matakas	Frank	Köln	LLM65	3	02:03:18	06:10	9,73
112	38	Brosk	Hannelore	SC Kölsch Freunde	LLW55	1	02:03:23	06:10	9,73
113	8	Westphal	Kerstin	LT Run 4 Fun	LLW35	2	02:05:24	06:16	9,57
114	99	Jonas	Elisabeth	SV 47 Mutscheid	LLW50	5	02:05:43	06:17	9,55
115	60	Kohlhaas	Martina	LG Gimmigen	LLW45	5	02:06:47	06:20	9,46
116	75	Gericke	Ursula	LT Gruiten-Neandertal	LLW60	1	02:06:54	06:21	9,46
117	96	Reimann	Ute	LC Euskirchen	LLW50	6	02:07:55	06:24	9,38
118	19	Dudday	Uwe-alexande	Sinzig	LLM40	31	02:09:11	06:28	9,29
119	105	Müller	Margareta	Lt Saaler Mühle	LLW55	2	02:09:18	06:28	9,28
120	83	Unger	Corinna	Rheinbach	LLW35	3	02:12:38	06:38	9,05
121	85	Bäcker	Birgit	Meckenheim	LLW45	6	02:12:39	06:38	9,05
122	115	Weller	Gudrun	LT-Run 4Fun.de	LLW55	3	02:14:36	06:44	8,92
123	77	Ludwig	K.F.	LT Gruiten	LLM60	5	02:16:11	06:49	8,81
124	57	Ewen	Joachim	LG Gimmigen	LLM45	22	02:16:16	06:49	8,81
125	58	Hauröder	Bernd	LG Gimmigen	LLM45	23	02:16:17	06:49	8,81
126	59	Kohlhaas	Hans	LG Gimmigen	LLM45	24	02:16:19	06:49	8,80
127	39	Brosk	Günter	SC Kölsch Freunde	LLM65	4	02:29:42	07:29	8,02

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
1	133	Schneider	Norbert	TUS Mechernich 1897	LM35	1	00:36:58	03:42	16,23
2	107	Jäger	Patrick	TV Refrath	JMB	1	00:38:26	03:51	15,61
3	138	Schuster	Holger	TSV Rönsahl	LM35	2	00:38:43	03:52	15,50
4	78	Meten	Acar	LG Laacher See	JMB	2	00:39:04	03:54	15,36
5	3	Grüner	Mark	TV Rheinbach	LM40	1	00:40:05	04:01	14,97
6	73	Golder	Wolfgang	FC Straberg/Dormagen	LM50	1	00:41:30	04:09	14,46
7	128	Kneip	Peter	Tri Team Sinzig	LM40	2	00:41:42	04:10	14,39
8	29	Krayer	Gerd	LT Baar	LM40	3	00:41:49	04:11	14,35
9	54	Wagner	Erwin	LT SV Westum	LM50	2	00:42:14	04:13	14,21
10	72	Schillings	Hubert	FC Straberg/Dormagen	LM45	1	00:42:32	04:15	14,11
11	20	Lüpertz	Stephan	DJK Novesia Neuss	LM20	1	00:42:54	04:17	13,99

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
12	5	Rhine-Gritz	Maximilian	DJK Rheinkraft Neuss	LM35	3	00:45:14	04:31	13,26
13	26	Manthei	Christian	Meckenheim	LM45	2	00:45:50	04:35	13,09
14	88	Knebel	Andre	LT SV Hönningen/Ahr	LM35	4	00:46:24	04:38	12,93
15	126	Lehnen	Michael	LT Ennert Bonn	LM40	4	00:46:41	04:40	12,85
16	68	Knoch	Jürgen	LT SV Westum	LM45	3	00:47:20	04:44	12,68
17	136	Francesco	Mauro	Losen ZA	LM35	5	00:47:29	04:45	12,64
18	86	Dismon	Hartmut	LT SV Hönningen/Ahr	LM45	4	00:47:43	04:46	12,57
19	55	Strohe	Judith	LT SV Westum	LW45	1	00:47:58	04:48	12,51
20	83	Nehring	Ingo	TV Rommerskirchen	LM60	1	00:48:33	04:51	12,36
21	6	Barnscheid	Karl-Heinz	SV Lembeck	LM55	1	00:48:43	04:52	12,32
22	44	Kolberg	Swantje	Triathlon Ahrweiler	LW45	2	00:48:57	04:54	12,26
23	95	Schneider	Günter	LT Westum	LM50	3	00:49:02	04:54	12,24
24	74	Michel	Moni	FC Straberg/Dormagen	LW35	1	00:49:04	04:54	12,23
25	66	Stephan	Karl-Heinz	LG Gimmigen	LM40	5	00:50:02	05:00	11,99
26	101	Zilliger	Christian	Bundeswehr Mendig	LM20	2	00:50:06	05:01	11,98
27	75	Helling	Egon	FC Straberg/Dormagen	LM65	1	00:50:15	05:01	11,94
28	129	Walschke	Guido	Die Walbis	LM35	6	00:50:23	05:02	11,91
29	69	Cramer	Guido	Mayschoß	LM40	6	00:50:27	05:03	11,89
30	19	Seedorf	Uwe	DJK Novesia Neuss	LM35	7	00:50:28	05:03	11,89
31	9	Schmidt	Helmut	Colognerunners	LM45	5	00:50:43	05:04	11,83
32	96	Hugler	Manfred	SSF Bonn	LM70	1	00:51:03	05:06	11,75
33	81	Gans	Ulrich	ASS Altenkirchen	LM70	2	00:51:13	05:07	11,71
34	32	Berger	Klaus	LT TV Wipperfürth	LM40	7	00:51:23	05:08	11,68
35	85	Thelen	Frank	LT SV Hönningen/Ahr	LM35	8	00:51:23	05:08	11,68
36	2	Trost	Stefan	Laufzentrum Martinstras:	LM45	6	00:51:52	05:11	11,57
37	103	Moser	Wolfgang	Alfterer SC	LM65	2	00:52:02	05:12	11,53
38	21	Janning	Dieter	DJK Novesia Neuss	LM65	3	00:52:06	05:13	11,52
39	121	Dedek	Michael	Run-Fun-Gelsdorf	LM40	8	00:52:14	05:13	11,49
40	64	Schmitz	Rainer	LG Gimmigen	LM40	9	00:52:25	05:15	11,45
41	27	Wirths	Klaus Armin	TSV Rodenkirchen 06	LM50	4	00:52:40	05:16	11,39
42	110	Theisen	Ferdi	DJK Udenbreth	LM60	2	00:52:45	05:17	11,37
43	139	Liebl	Martin	LT Ahrweiler	LM35	9	00:53:01	05:18	11,32
44	65	Stephan	Doris	LG Gimmigen	LW40	1	00:53:12	05:19	11,28
45	134	Altendorf	Oskar	TV Refrath	LM45	7	00:53:43	05:22	11,17
46	1	Breidenbach	Peter	Der Badorfer	LM50	5	00:53:55	05:23	11,13
47	89	Dieden-Münch	Steffi	LT SV Hönningen/Ahr	LW40	2	00:54:00	05:24	11,11
48	120	Dr. Schneider	Roland	Run-fun-Gelsdorf	LM40	10	00:54:08	05:25	11,08
49	60	Segura	Thomas	Sinzig	LM30	1	00:54:40	05:28	10,98
50	80	Baldauf	Ralf	Ahrweiler	LM45	8	00:54:41	05:28	10,97
51	4	Wippich	Jürgen	Bornheim	LM40	11	00:54:45	05:28	10,96
52	109	Sherwood	William	TUS Odendorf	LM60	3	00:54:50	05:29	10,94
53	25	Naunheim	Peter	TUS Viernich	LM45	9	00:54:55	05:30	10,93
54	99	Burggraf	Ronald	Dernau	LM50	6	00:55:04	05:30	10,90
55	87	Dismon	Ulla	LT SV Hönningen/Ahr	LW40	3	00:55:11	05:31	10,87
56	77	Koch	Veronika	FC Straberg/Dormagen	LW45	3	00:55:13	05:31	10,87
57	114	Schmidt	Christian	SV Lohmar	JMB	3	00:55:24	05:32	10,83
58	123	Wiesel	Ernst	BSG Sparkasse Köln/Bo	LM35	10	00:55:37	05:34	10,79
59	124	Thibault	Hans	BSG Sparkasse Köln/Bo	LM40	12	00:55:38	05:34	10,78
60	82	Dzinbala	Albert	TV Rommerskirchen	LM60	4	00:56:06	05:37	10,70
61	127	Rückel	Horst	LCEU/LZ Martinstr.	LM65	4	00:56:09	05:37	10,69
62	92	Schopp	Walter	LT SV Hönningen/Ahr	LM50	7	00:56:22	05:38	10,64
63	28	Gebhard	Willi	Gelsdorf	LM45	10	00:56:24	05:38	10,64
64	111	Müller	Brigitte	LF-Brohlthal	LW45	4	00:56:26	05:39	10,63
65	113	Leinkühler	Ulrike	LT Regenbogensch. Sinz	LW35	2	00:56:48	05:41	10,56

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
66	17	Rudolf	Jörg	Eifel-Therme-Zikkurat	LM40	13	00:56:50	05:41	10,56
67	119	Schlaak	Jasmin	Wachtberg	LW40	4	00:57:02	05:42	10,52
68	118	Schlaak	Bernhardt	Wachtberg	LM45	11	00:57:03	05:42	10,52
69	76	Ropertz	Hennes	FC Straberg/Dormagen	LM50	8	00:57:06	05:43	10,51
70	31	Becker	Manfred	LT TV Wipperfürth	LM65	5	00:57:25	05:45	10,45
71	140	Thelen	Karl-Josef	SSC Hohe Acht	LM70	3	00:57:25	05:45	10,45
72	35	Radder	Uwe	LT TV Wipperfürth	LM50	9	00:58:02	05:48	10,34
73	71	Schoos	Josef	FC Straberg/Dormagen	LM60	5	00:58:03	05:48	10,34
74	98	John	Gerd	Marathon Team-KVB	LM65	6	00:58:03	05:48	10,34
75	63	Kubach	Anke	LG Gimmigen	JWA	1	00:58:20	05:50	10,29
76	62	Felsch	Reimund	LG Gimmigen	LM45	12	00:58:21	05:50	10,28
77	10	Rese	Bernd	SSF Bonn	LM50	10	00:58:29	05:51	10,26
78	61	Schreiner	Hans-Peter	Bornheim	LM55	2	00:58:36	05:52	10,24
79	135	Steffens	Helmut	LG Gimmigen	LM50	11	00:58:43	05:52	10,22
80	108	Hoenen	Herbert	TUS Birk	LM70	4	00:59:01	05:54	10,17
81	90	Gaspar-Paetz	Andrea	LT SV Hönningen/Ahr	LW40	5	00:59:18	05:56	10,12
82	112	Thelen	Beate	Alfterer SC	LW45	5	00:59:32	05:57	10,08
83	57	Gassen	Christiane	LT SV Westum	LW45	6	00:59:44	05:58	10,04
84	116	Zörner	Daniel	SV Dernau	LM20	3	01:00:31	06:03	9,91
85	59	Segura	Gernot	Sinzig	LM60	6	01:00:34	06:03	9,91
86	117	Sebastian	Maik	Eintracht Frankfurt	LM20	4	01:01:07	06:07	9,82
87	93	Ulrich	Annemie	LT SV Hönningen/Ahr	LW50	1	01:02:41	06:16	9,57
88	115	Winter	Martin	TUS Hamborn	LM45	13	01:02:47	06:17	9,56
89	105	Burggraf-Kurth	Ursula	SV 47 Mutscheid	LW45	7	01:03:00	06:18	9,52
90	102	Esch	Patricia	47SV Mutscheid	LW45	8	01:03:04	06:18	9,51
91	130	Weiß	Jonas	LT Baar	JMB	4	01:03:14	06:19	9,49
92	18	Schovenberg	Jutta	Ahrweiler	LW40	6	01:03:24	06:20	9,46
93	132	Becker	Rolf	LT Regenbogenschule	LM45	14	01:03:33	06:21	9,44
94	11	Thomas	Friedrich	Wermelskirchen	LM60	7	01:03:43	06:22	9,42
95	104	Wolter	Renate	Alfterer SC	LW45	9	01:03:54	06:23	9,39
96	58	Büttner	Lutz	Soest	LM55	3	01:04:00	06:24	9,38
97	122	Dedek	Sabine	Grafschaft	LW35	3	01:04:01	06:24	9,37
98	12	Brillowski	Sebastian	Wermelskirchen	LM30	2	01:04:11	06:25	9,35
99	106	Stumpp	Bernd	Sportteufelchen	LM40	14	01:04:23	06:26	9,32
100	67	Gräter	Kurt	Blackfood Cologne	LM55	4	01:04:59	06:30	9,23
101	38	Ronsdorf	Monika	TG 81 Düsseldorf	LW50	2	01:05:02	06:30	9,23
102	131	Becker	Monika	LT Regenbogenschule	LW30	1	01:05:04	06:30	9,22
103	16	Lörsch	Willi	TUS Immendorf	LM55	5	01:05:34	06:33	9,15
104	100	Tutt	Karl	Laktatkönige Köln	LM45	15	01:05:38	06:34	9,14
105	45	Proksch	Jürgen	TV 06 Bad Neuenahr	LM40	15	01:05:51	06:35	9,11
106	13	Schiffmann	Christina	Wermelskirchen	LW30	2	01:06:24	06:38	9,04
107	14	Thomas	Andrea	Wermelskirchen	LW30	3	01:06:25	06:39	9,03
108	94	Horsmann	Barbara	LT SV Hönningen/Ahr	LW30	4	01:07:05	06:43	8,94
109	91	Greulich	Mario	LT SV Hönningen/Ahr	LM35	11	01:07:06	06:43	8,94
110	30	Hembach	Hans-Peter	LT TV Wipperfürth	LM55	6	01:07:10	06:43	8,93
111	7	Heller	Gabriele	Impuls-Lauftreff	LW45	10	01:07:23	06:44	8,90
112	8	Heller	Hans-Peter	Impuls-Lauftreff	LM45	16	01:07:24	06:44	8,90
113	22	Spyra	Heike	DJK Novesia Neuss	LW40	7	01:07:30	06:45	8,89
114	33	Berger	Joachim	LT TV Wipperfürth	LM45	17	01:07:49	06:47	8,85
115	53	Mehr	Melanie	Bad Honnef	LW30	5	01:08:33	06:51	8,75
116	23	Hermanns	Aranka	DJK Novesia Neuss	LW50	3	01:08:52	06:53	8,71
117	70	Anders	Anne	LT Ahrweiler	LW50	4	01:09:22	06:56	8,65
118	42	Filthaut	Gisela	TG 81 Düsseldorf	LW60	1	01:09:33	06:57	8,63
119	137	Plasa	Uta	LT Baar	LW55	1	01:09:43	06:58	8,61

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
120	141	Hunger	Bernd	LT Ahrweiler	LM60	8	01:10:17	07:02	8,54
121	41	Knipp	Hermann	TG 81 Düsseldorf	LM65	7	01:10:55	07:05	8,46
122	40	Ihms	Rolf	TG 81 Düsseldorf	LM75	1	01:11:54	07:11	8,34
123	43	Weitz	Annemarie	Kölsch Fründe	LW55	2	01:12:20	07:14	8,29
124	36	Würth	Herrmann	LT TV Wipperfürth	LM65	8	01:12:27	07:15	8,28
125	34	Böhle	Horst	LT TV Wipperfürth	LM60	9	01:14:41	07:28	8,03
126	97	Berger	Peha	Witterschlick	LW40	8	01:25:26	08:33	7,02

Ergebnisse 3,8 km

Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Zeit	Zeit/km	km/Std
25	Aschenbach	Heike	Eifel-Therme-Zikkurat	00:29:54	07:52	7,63
27	Bell	Niklas	LG Gimmigen	00:21:01	05:32	10,85
32	Dismon	Sarah Ann	LT SV Hönningen/Ahr	00:19:32	05:08	11,67
29	Klasen	Florian	LG Laacher See	00:26:23	06:57	8,64
30	Mouloud	Chalgoum	LG Laacher See	00:15:48	04:09	14,43
35	Rössel	David	SSF Bonn	00:17:52	04:42	12,76
26	Scharfenberg	Robin	DJK Novesia Neuss	00:19:01	05:00	11,99
33	Scherzer	Matteo	Niederkassel	00:20:53	05:30	10,92
34	Schopp	Judith	Lt Hönningen/Ahr	00:19:23	05:06	11,76
31	Schriever	Andrea	Solingen	00:24:10	06:22	9,43
28	Wagner	Leo	LT Baar	00:20:04	05:17	11,36

Ergebnisse 800 m

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
1	426	Cooker	Kenton	TZ 08 Sinzig	SMA	1	00:02:24	03:00	20,00
2	434	Hannebach	Niklas	Running Team Burgbroh	SMB	1	00:02:33	03:11	18,82
3	444	Schlaak	Annie	Godesberger TV	SWA	1	00:02:40	03:20	18,00
4	443	Schlaak	Marie	Godesberger TV	SWB	1	00:02:44	03:25	17,56
5	393	Peter	Caroline	Grundschule Ringen	SWB	2	00:02:45	03:26	17,45
6	435	Kreuzberg	Hannes		SMC	1	00:02:45	03:26	17,45
7	388	Selzer	Alexandra	DJK Rheinkraft Neuss	SWB	3	00:02:50	03:33	16,94
8	391	Salkaj	Sevina	Grundschule Ringen	SWC	1	00:02:52	03:35	16,74
9	445	Schopp	Judith	LT Hönningen	SWB	4	00:02:52	03:35	16,74
10	436	Kreuzberg	Lena		SWB	5	00:02:53	03:36	16,65
11	417	Grimmiger	Pascal	Grundschule Dernau	SMC	2	00:02:55	03:39	16,46
12	431	Kastenholz	Jan	Grundschule Dernau	SMC	3	00:02:56	03:40	16,36
13	387	Rhine	Sophie	DJK Rheinkraft Neuss	SWC	2	00:02:57	03:41	16,27
14	423	Gebhard	Alexander	Gelsdorf	SMC	4	00:02:57	03:41	16,27
15	428	Kubach	Katrin	LG Gimmigen	SWA	2	00:02:59	03:44	16,09
16	437	Dismon	Sarah-Ann	LT SV Hönningen/Ahr	SWA	3	00:03:00	03:45	16,00
17	430	Zinn	Tamina	TUS Ahrweiler	SWC	3	00:03:01	03:46	15,91
18	425	Ley	Eva	Dernau	SWC	4	00:03:03	03:49	15,74
19	433	Weber	Manuel	Grundschule Dernau	SMC	5	00:03:04	03:50	15,65
20	438	Dismon	Jenny	LT SV Hönningen/Ahr	SWB	6	00:03:06	03:53	15,48
21	390	Dresen	Victoria	Grundschule Ringen	SWC	5	00:03:09	03:56	15,24
22	439	Krischer	Zoë	Running Team Burgbroh	SWC	6	00:03:11	03:59	15,08
23	412	Di Carlo	Phillip	Grundschule Dernau	SMC	6	00:03:12	04:00	15,00
24	404	Hartenberg	Natalie	Grundschule Dernau	SWC	7	00:03:13	04:01	14,92

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
25	411	Glasner	Mira	Grundschule Dernau	SWC	8	00:03:14	04:03	14,85
26	427	Ewen	Michelle	LG Gimmigen	SWB	7	00:03:14	04:03	14,85
27	432	Trarbach	Linda	Grundschule Dernau	SWC	9	00:03:15	04:04	14,77
28	418	Birkenfeld	Robin	Grundschule Dernau	SMC	7	00:03:16	04:05	14,69
29	405	Harrichhausen	Michelle	Grundschule Dernau	SWC	10	00:03:16	04:05	14,69
30	421	Ley	Jos	Grundschule Dernau	SMC	8	00:03:16	04:05	14,69
31	408	Poppelreuter	Emina	Grundschule Dernau	SWC	11	00:03:18	04:07	14,55
32	401	Marner	Annika	Grundschule Dernau	SWC	12	00:03:19	04:09	14,47
33	422	Vier	Jacquiline	Grundschule Ringen	SWC	13	00:03:19	04:09	14,47
34	400	Heimermann	Alisa	Grundschule Dernau	SWC	14	00:03:20	04:10	14,40
35	395	Schnitzler	Johannes	Grundschule Dernau	SMC	9	00:03:24	04:15	14,12
36	409	Neiß	David	Grundschule Dernau	SMC	10	00:03:25	04:16	14,05
37	389	Brenstedt	Wibke	Grundschule Ringen	SWC	15	00:03:26	04:17	13,98
38	413	Bäcker	Isabella	Grundschule Dernau	SWC	16	00:03:27	04:19	13,91
39	396	Nietgen	Leo	Grundschule Dernau	SMC	11	00:03:27	04:19	13,91
40	403	Jeckstadt	Tim	Grundschule Dernau	SMC	12	00:03:29	04:21	13,78
41	446	Schmickler	Niklas	Trikids TUS AW	SMC	13	00:03:30	04:23	13,71
42	402	Klee	Jonah	Grundschule Dernau	SMC	14	00:03:35	04:29	13,40
43	424	Nietgen	Marco	Dernau	SMB	2	00:03:36	04:30	13,33
44	397	Nietgen	Johannes	Grundschule Dernau	SMC	15	00:03:40	04:35	13,09
45	429	Schmitz	Marc-Philipp	LG Gimmigen	SWC	17	00:03:41	04:36	13,03
46	441	Berger	Christina	Witterschlick	SWB	8	00:03:41	04:36	13,03
47	406	Hammes	Alina	Grundschule Dernau	SWC	18	00:03:55	04:54	12,26
48	394	Knieps	Marc	Grundschule Dernau	SMC	16	00:03:59	04:59	12,05
49	440	Schreiner	Gerd	Neuss	SMC	17	00:04:00	05:00	12,00
50	398	Nelles	Janik	Grundschule Dernau	SMC	18	00:04:01	05:01	11,95
51	414	Wegerhof	Gina	Grundschule Dernau	SWC	19	00:04:04	05:05	11,80
52	415	Steffes	Jana	Grundschule Dernau	SWC	20	00:04:05	05:06	11,76
53	392	Fritz	Fabian	Grundschule Ringen	SMC	19	00:04:22	05:28	10,99
54	420	Bergmann	Anne	Grundschule Dernau	SWC	21	00:04:33	05:41	10,55

Ergebnisse 400 m

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
1	115	Thelen	Steffen	LT SV Hönningen/Ahr	SME	1	00:01:54	04:45	12,63
2	54	Leppnig	Leandra	Grundschule Dernau	SWD	1	00:01:55	04:47	12,52
3	120	Krischer	Zoë	Running Team Burgbroh	SWD	2	00:01:55	04:47	12,52
4	51	Kolberg	Lennardt	Grundschule Ringen	SMD	1	00:01:56	04:50	12,41
5	76	Hallerbach	Jens	Grundschule Dernau	SMD	2	00:02:00	05:00	12,00
6	49	Eppich	Jan-Malte	Grundschule Ringen	SMD	3	00:02:01	05:02	11,90
7	103	Gebhard	Michael	Gelsdorf	SMD	4	00:02:03	05:07	11,71
8	56	Leppnig	Johanna	Grundschule Dernau	SWD	3	00:02:04	05:10	11,61
9	116	Knebel	Marvin	LT SV Hönningen/Ahr	SME	2	00:02:04	05:10	11,61
10	107	Peters	Philipp	Grundschule Dernau	SMD	5	00:02:05	05:13	11,52
11	44	Ossenhofer	Lara	Grundschule Ringen	SWD	4	00:02:06	05:15	11,43
12	41	Dresen	Katharina	Grundschule Ringen	SWD	5	00:02:06	05:15	11,43
13	53	Noll	Felix	Grundschule Dernau	SMD	6	00:02:08	05:20	11,25
14	37	Kolberg	Maitje	Grundschule Ringen	SWD	6	00:02:09	05:23	11,16
15	66	Grimmiger	Raphael	Grundschule Dernau	SMD	7	00:02:09	05:23	11,16
16	72	Josten	Daria	Grundschule Dernau	SWD	7	00:02:10	05:25	11,08
17	59	Surges	Daniel	Grundschule Dernau	SMD	8	00:02:10	05:25	11,08

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
18	34	Steinert	Annika	Trikids TUS Ahrweiler	SWE	1	00:02:11	05:28	10,99
19	114	Thelen	Carsten	LT SV Hönningen/Ahr	SME	3	00:02:11	05:28	10,99
20	108	Kreuzberg	Lea-Marie	Grundschule Dernau	SWD	8	00:02:12	05:30	10,91
21	42	Fritz	Felix	Grundschule Ringen	SMD	9	00:02:13	05:32	10,83
22	78	Flamm	Lara	Grundschule Dernau	SWD	9	00:02:13	05:32	10,83
23	80	Neukirchen	Nicolas	Grundschule Dernau	SME	4	00:02:15	05:37	10,67
24	121	Cocker	Lawrence	TV Sinzig	SMD	10	00:02:16	05:40	10,59
25	64	Müller	Johannes	Grundschule Dernau	SMD	11	00:02:17	05:42	10,51
26	101	Reinhard	Luise	Trikids TUS Ahrweiler	SWE	2	00:02:17	05:42	10,51
27	97	Schnitzler	Leona	Kinderturngruppe Dernau	SWE	3	00:02:18	05:45	10,43
28	77	Gies	Fabian	Grundschule Dernau	SMD	12	00:02:19	05:47	10,36
29	62	Schäfer	Celine	Grundschule Dernau	SWD	10	00:02:19	05:47	10,36
30	113	Zinn	Tokessa	TUS Ahrweiler	SWE	4	00:02:20	05:50	10,29
31	118	Dismon	Marie	LT SV Hönningen/Ahr	SWE	5	00:02:20	05:50	10,29
32	119	Münch	Leon	LT SV Hönningen/Ahr	SMD	13	00:02:20	05:50	10,29
33	38	Eppich	Thea-Marie	Grundschule Ringen	SWE	6	00:02:21	05:53	10,21
34	89	Cramer	David	Grundschule Dernau	SME	5	00:02:21	05:53	10,21
35	67	Effert	Domenik	Grundschule Dernau	SMD	14	00:02:21	05:53	10,21
36	50	Nitzche	Mikel	Grundschule Ringen	SMD	15	00:02:23	05:57	10,07
37	45	Pfennig	Marie-Christin	Grundschule Ringen	SWD	11	00:02:23	05:57	10,07
38	73	Jeckstadt	Nico	Grundschule Dernau	SMD	16	00:02:23	05:57	10,07
39	52	Hübner	Nina	Grundschule Dernau	SWD	12	00:02:24	06:00	10,00
40	71	Nietgen	Justus	Grundschule Dernau	SMD	17	00:02:24	06:00	10,00
41	47	Stricker	Julian	Grundschule Ringen	SMD	18	00:02:25	06:02	9,93
42	63	Nietgen	Laura	Grundschule Dernau	SWD	13	00:02:25	06:02	9,93
43	48	Sanderbrandes	Lars	Grundschule Ringen	SMD	19	00:02:26	06:05	9,86
44	61	Scholz	Stella	Grundschule Dernau	SWD	14	00:02:27	06:08	9,80
45	110	Kohlhaas	Julia	LG Gimmigen	SWD	15	00:02:27	06:08	9,80
46	123	Blieschies	Jordika	Blankenheim	SME	6	00:02:27	06:08	9,80
47	99	Spindler	Johannes	Kinderturngruppe Dernau	SME	7	00:02:28	06:10	9,73
48	70	Sebastian	Lara	Grundschule Dernau	SWD	16	00:02:28	06:10	9,73
49	60	Schulze-Icking	Annika	Grundschule Dernau	SWD	17	00:02:29	06:13	9,66
50	87	Hartenberg	Nicolas	Grundschule Dernau	SME	8	00:02:32	06:20	9,47
51	55	Holzem	Lara	Grundschule Dernau	SWD	18	00:02:32	06:20	9,47
52	98	Josten	Neele	Kinderturngruppe Dernau	SWE	7	00:02:33	06:22	9,41
53	40	Brauner	Sarah	Grundschule Ringen	SWD	19	00:02:34	06:25	9,35
54	88	Fahrenbruch	Lydia	Grundschule Dernau	SWE	8	00:02:35	06:28	9,29
55	112	Stephan	Sven	LG Gimmigen	SMD	20	00:02:35	06:28	9,29
56	105	Leyendecker	Sascha	Grundschule Dernau	SMD	21	00:02:38	06:35	9,11
57	43	Hammes	Lucas	Grundschule Ringen	SMD	22	00:02:40	06:40	9,00
58	90	Dewald	Angelina	Grundschule Dernau	SWD	20	00:02:42	06:45	8,89
59	65	Josten	Noah	Grundschule Dernau	SMD	23	00:02:43	06:48	8,83
60	82	Kunert	Julia	Grundschule Dernau	SWE	9	00:02:45	06:52	8,73
61	106	Nelles	Niklas	Grundschule Dernau	SMD	24	00:02:45	06:52	8,73
62	68	Di Carlo	Annalena	Grundschule Dernau	SWD	21	00:02:46	06:55	8,67
63	69	Wollersheim	Julia	Grundschule Dernau	SWD	22	00:02:47	06:57	8,62
64	33	Steinert	Svenja	Trikids TUS Ahrweiler	SWF	1	00:02:48	07:00	8,57
65	85	Jeckstadt	Vivian	Grundschule Dernau	SWE	10	00:02:50	07:05	8,47
66	79	Sebastian	Annette	Grundschule Dernau	SWD	23	00:02:50	07:05	8,47
67	111	Schmitz	Elisa	LG Gimmigen	SWD	24	00:02:51	07:07	8,42
68	36	Wollersheim	Jan	Dernau	SME	9	00:02:54	07:15	8,28
69	92	Axer	Kim	Grundschule Dernau	SWE	11	00:02:54	07:15	8,28
70	91	Bouhs	Jannik	Grundschule Dernau	SMD	25	00:02:55	07:17	8,23
71	100	Holzem	Tim	Kinderturngruppe Dernau	SME	10	00:02:56	07:20	8,18

Gesamt- Platz	Start- Nr.	Name	Vorname	Verein	Alters- Klasse	Platz AK	Zeit	Zeit/km	km/Std
72	35	Grüner	Leonie	TV Rheinbach	SWF	2	00:02:57	07:23	8,14
73	84	Josten	Ronja	Grundschule Dernau	SWE	12	00:02:59	07:28	8,04
74	104	Ertel	Sandra	Grundschule Dernau	SWD	25	00:02:59	07:28	8,04
75	75	Handanagic	Dennis	Grundschule Dernau	SMD	26	00:03:02	07:35	7,91
76	39	Benamer-Belkacem	Jasmina	Grundschule Ringen	SWD	26	00:03:05	07:42	7,78
77	83	Knieps	Lennard	Grundschule Dernau	SME	11	00:03:06	07:45	7,74
78	109	Kohlhaas	Alina	LG Gimmigen	SWE	13	00:03:06	07:45	7,74
79	93	Axer	Dennis	Grundschule Dernau	SME	12	00:03:08	07:50	7,66
80	96	Vetterlein	Magdalena	Kinderturngruppe Dernau	SWE	14	00:03:09	07:52	7,62
81	122	Lehnen	Berit	LT Ennert Bonn	SWF	3	00:03:15	08:07	7,38
82	102	Reinhard	Pauline	Trikids TUS Ahrweiler	SWF	4	00:03:18	08:15	7,27
83	86	Heimermann	Leon	Grundschule Dernau	SME	13	00:03:19	08:17	7,24
84	95	Heimermann	Marc	Kinderturngruppe Dernau	SMF	1	00:03:26	08:35	6,99

Ergebnisse 10 km Walking/Nordic-Walking

Start-N	Name	Vorname	Verein	Zeit	Zeit/km	km/Std
394	Adorf	Carola	TV Rommerskirchen	1:35:50	09:35	6,26
400	Becker	Christa	LT Saaler Mühle	1:35:31	09:33	6,28
384	Bongen	Doris	LT TV Wipperfürth	1:36:13	09:37	6,24
385	Bongen	Günther	LT TV Wipperfürth	1:28:54	08:53	6,75
396	Dzinbala	Ursula	TV Rommerskirchen	1:28:53	08:53	6,75
404	Emmerichs	Brunhilde	SSC Hohe Acht	1:21:14	08:07	7,39
388	Ewen	Margit	LG Gimmigen	1:25:53	08:35	6,99
389	Felsch	Susanne	LG Gimmigen	1:25:55	08:35	6,98
402	Franzen	Sylvia	LG Laacher See	1:18:36	07:52	7,63
397	Grätz	Ulf	Solingen	1:25:47	08:35	6,99
401	Köppen	Ulla	TV Holt	1:33:56	09:24	6,39
391	Kubach	Monika	LG Gimmigen	1:24:27	08:27	7,10
395	Nehring	Brigitte	TV Rommerskirchen	1:35:49	09:35	6,26
403	Retterath	Willi	LT Baar	1:24:58	08:30	7,06
382	Schmidt	Stefan	Wachtberg	1:25:49	08:35	6,99
386	Schmitz	Hubert	LT TV Wipperfürth	1:28:53	08:53	6,75
387	Schmitz	Brigitte	LT TV Wipperfürth	1:36:14	09:37	6,23
393	Sindorf	Helga	TV Rommerskirchen	1:35:50	09:35	6,26
398	Wilts	Meta	LT Saaler Mühle	1:35:30	09:33	6,28
399	Wilts	Andrea	LT Saaler Mühle	1:35:31	09:33	6,28
383	Zander	Adaline	LT TV Wipperfürth	1:29:44	08:58	6,69