

# 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

4. Oktober 2009

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

## Klasse M14

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	741	Schneider, Marvin Felix	96	DEU	Tri Kids	10	10	0:19:06	10	0:19:08	3,49	15,70
2	1091	Immig, Ruben	95		*Koblenz	15	15	0:19:38	15	0:19:40	3,56	15,27
3	986	Frings, Hannes	95		Selbstläufer Altenahr	20	21	0:20:36	20	0:20:38	4,07	14,56
4	1231	Möller, Sebastian	96		LG Maifeld-Pellenz	26	27	0:21:00	29	0:21:24	4,12	14,28
5	1032	Haegel, Daan	96		*Kehrig	27	28	0:21:09	25	0:21:10	4,14	14,18
6	905	Schlebusch, Kjel	96		LG Maifeld-Pellenz	28	30	0:21:15	30	0:21:39	4,15	14,12
7	1235	Dietzler, Tobias	98		*Roes	35	38	0:21:49	34	0:21:53	4,22	13,74
8	1169	Schubert, Julian	96		LG Maifeld-Pellenz	37	40	0:21:55	42	0:22:24	4,23	13,68
9	1183	Schneider, Mavin	97		BSV Weißenthurm	40	43	0:22:07	43	0:22:25	4,25	13,56
10	1181	Klößner, Lukas	97		BSV Weißenthurm	43	47	0:22:17	45	0:22:31	4,27	13,46
11	1077	Krautkrämer, Markus	99		LG Boppard Bad Salzig	45	49	0:22:21	49	0:22:48	4,28	13,42
12	1078	Rüdel, Lennart	96		LG Boppard Bad Salzig	48	55	0:22:31	46	0:22:35	4,30	13,32
13	1087	Hauptenthal, Ole Einar	99		FC St. Johann	58	67	0:23:20	61	0:23:34	4,40	12,85
14	948	Pawlowski, Niclas	97		*Koblenz	59	68	0:23:22	62	0:23:37	4,40	12,84
15	1128	Pies, Alexander	95		*Dieblich	63	73	0:23:32	63	0:23:41	4,42	12,75
16	1240	Schlöder, Christopher	95		Maifelder SV	66	77	0:23:39	64	0:23:43	4,44	12,68
17	1176	Kave, Fabian	97		BSV Weißenthurm	75	88	0:24:07	73	0:24:25	4,50	12,43
18	704	Krieg, Jan-Lukas	95	DEU		78	92	0:24:16	82	0:24:45	4,51	12,36
19	1213	Phasen, Jonas	95		TG Ruitsch Kerben	79	93	0:24:25	74	0:24:28	4,53	12,28
20	1178	Hermanies, Dustin	97		BSV Weißenthurm	80	94	0:24:29	86	0:24:50	4,54	12,25
21	714	Müller, Jonathan	97	DEU	TUS Lonngig	81	95	0:24:31	79	0:24:38	4,54	12,23
22	1177	Beckmann, Philipp	97		BSV Weißenthurm	82	96	0:24:31	90	0:24:52	4,54	12,23
23	1180	Flicka, Marius	97		BSV Weißenthurm	83	97	0:24:34	89	0:24:52	4,55	12,21
24	1145	Strässer, Jonas	96		TSV Lehmen	84	98	0:24:34	83	0:24:45	4,55	12,21
25	1175	Haas, Marius	97		BSV Weißenthurm	87	102	0:24:38	95	0:24:59	4,56	12,17
26	1045	Faber, Niklas	98		*Sankt Johann	90	106	0:24:40	91	0:24:54	4,56	12,16
27	1184	Bölükoglu, Sergen	97		BSV Weißenthurm	101	120	0:24:58	101	0:25:17	5,00	12,01
28	965	Kirsch, Johannes	98		*Binningen	102	121	0:24:59	97	0:25:03	5,00	12,00
29	892	Siebenborn, Kevin	96		*Polch	109	130	0:25:25	115	0:25:52	5,05	11,80
30	1182	Ziese, Gianni	97		BSV Weißenthurm	112	136	0:25:32	113	0:25:47	5,07	11,74
31	1064	Boesen, Gabriel	99		*Kalt	114	140	0:25:35	114	0:25:49	5,07	11,72
32	1289	Kaufmann, Max	97		MSV	116	142	0:25:37	116	0:25:55	5,08	11,71
33	1294	Fröhlich, Daniel	99		MSV	117	143	0:25:40	118	0:25:58	5,08	11,69
34	1255	Sonntag, Marvin	98		*Koblenz	118	144	0:25:40	109	0:25:41	5,08	11,68
35	952	Heyde, Johannes	98		*Münstermaifeld	119	147	0:25:44	112	0:25:46	5,09	11,65
36	1290	Port, Simon	00		MSV	121	150	0:25:48	119	0:26:05	5,10	11,63
37	1287	Zimmermann, Leo	99		MSV	122	152	0:25:51	121	0:26:09	5,10	11,60
38	1130	Nolden, Nico	99		MSV	124	158	0:25:56	127	0:26:14	5,11	11,57
39	1292	Düllberg, Jan	99		MSV	125	159	0:25:56	126	0:26:13	5,11	11,56
40	1293	Röder, Thomas	99		MSV	129	166	0:26:02	129	0:26:19	5,13	11,52
41	1270	Gies, Thomas	98		*Bad Neuenahr-Ahrwei	134	171	0:26:11	125	0:26:12	5,14	11,46
42	1298	Nengel, Henrik	97	DEU	Neuwieder Wasserspor	141	185	0:26:36	134	0:26:40	5,19	11,28
43	1291	Münzel, David	99		MSV	151	201	0:27:05	150	0:27:23	5,25	11,07
44	1271	Föllenz, Michael	99		*Gevenich	162	226	0:27:40	161	0:27:58	5,32	10,84
45	891	Selka, Dennis	98		Jugendtreff Homepage	164	229	0:27:44	165	0:28:11	5,33	10,81
46	1082	König, Felix	97		SSG Kell	167	233	0:27:51	167	0:28:18	5,34	10,77
47	1296	Esten, David	00	DEU	TGO Lahnstein	180	264	0:28:28	179	0:28:42	5,42	10,53
48	1096	Brand, Christopher	98		*Polch	187	275	0:28:50	182	0:28:52	5,46	10,40
49	1062	Kohlhaas, Stefan	95		SSG Kell	194	289	0:29:16	196	0:29:44	5,51	10,25
50	993	Jakobs, Oliver	98		*Bassenheim	202	311	0:29:49	201	0:30:00	5,58	10,06
51	958	Kutzner, Simon	97		X-Sport Kastellaun	207	328	0:30:10	207	0:30:29	6,02	9,94
52	1185	Can Capa, Mehmed	97		BSV Weißenthurm	209	334	0:30:15	209	0:30:31	6,03	9,91
53	953	Heyde, Maximilian	97		*Münstermaifeld	212	351	0:30:41	210	0:30:44	6,08	9,78
54	815	Jehn, Leopold	99		Runnig Team Bad Ems	214	353	0:30:42	214	0:31:09	6,08	9,77
55	814	Jehn, Maximilian	99		Runnig Team Bad Ems	215	354	0:30:43	215	0:31:10	6,09	9,77
56	1282	Wagener, Stephan	97		*Koblenz	217	361	0:30:58	216	0:31:11	6,12	9,68
57	818	Lützenkirchen, Kai	98		TuS Rhens	218	363	0:30:59	218	0:31:27	6,12	9,68
58	1259	Schröder, Max	99		*Rüber	231	399	0:32:03	230	0:32:29	6,25	9,36

## 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

4. Oktober 2009

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

### Klasse M14

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-Pl	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
59	1049	Baudenbacher, René	97		SSG Kell	250	454	0:35:27	251	0:35:55	7,05	8,46
60	827	Kopp, Mario	99		*Andernach	254	462	0:36:18	254	0:36:23	7,16	8,26
61	740	Kopp, Manuel	97	DEU	*Andernach	255	463	0:36:18	253	0:36:23	7,16	8,26
62	1017	Gröning, Stephan	95		LG Boppard Bad Salzig	261	473	0:37:44	260	0:38:25	7,33	7,95
63	1063	Berg, Markus	96		SSG Kell	262	474	0:38:08	261	0:38:36	7,38	7,87

### Klasse M15

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-Pl	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	804	Jeandree, Julien	94		LG Kreis Ahrweiler	2	2	0:16:19	2	0:16:19	3,16	18,38
2	1253	Schütz, Robert	94		LG Kreis Ahrweiler	3	3	0:17:20	3	0:17:20	3,28	17,30
3	996	Schweikert, Markus	94		*Spay	5	5	0:18:21	5	0:18:21	3,40	16,35
4	1278	Schmitz, Sebastian	94		LAZ Puma Troisdorf	6	6	0:18:21	6	0:18:22	3,40	16,34
5	997	Mannebach, Niklas	94		LG Maifeld-Pellenz	7	7	0:18:22	7	0:18:23	3,41	16,32
6	970	Gödert, Alexander	94		LA TuS Mayen	13	13	0:19:21	13	0:19:22	3,52	15,49
7	724	Giffels, Oliver	94	DEU	LG Kreis Ahrweiler	24	25	0:20:40	23	0:20:41	4,08	14,51
8	946	Kaiser, Tobias	94		*Polch	34	37	0:21:48	36	0:22:02	4,22	13,76
9	733	Peredi, Leonard	94	DEU	*Wallmerod	61	70	0:23:23	59	0:23:28	4,41	12,82
10	1135	Kraus, Alexander	94		SSG Kell	76	89	0:24:08	76	0:24:34	4,50	12,43
11	960	Krauß, Tobias	94		LSC Maischeid	94	111	0:24:43	85	0:24:48	4,57	12,13
12	1208	Peuter, Jonas	94		*Michelbach	146	194	0:26:57	146	0:27:07	5,24	11,12
13	717	Barz, Dominik	94	D	*Ochtendung	186	274	0:28:47	192	0:29:25	5,45	10,42
14	988	Gumm, Felix	94		TUS-Laubach	201	308	0:29:44	199	0:29:55	5,57	10,09

# 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

4. Oktober 2009

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

## Klasse MHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	1151	Wennmacher, Johannes	83		Team Blumenhaus Wen	1	1	0:15:53	1	0:15:54	3,11	18,88
2	731	Uhren, Gerd	64	DEU	TUS Ahrweiler	4	4	0:18:16	4	0:18:17	3,39	16,42
3	701	Knuffmann, Matthias	93	DEU	LG Maifeld-Pellenz	8	8	0:18:36	8	0:18:36	3,43	16,13
4	747	Sell, Mario	90	DEU	LG Maifeld Pellenz	9	9	0:18:43	9	0:18:46	3,45	16,02
5	749	Kircher, Ralf	69	DEU	LG Bambule WW	11	11	0:19:10	11	0:19:12	3,50	15,65
6	1111	Schrömgies, Manfred	67		SRL Triathlon Koblenz.	12	12	0:19:16	12	0:19:19	3,51	15,56
7	1262	Weiß-Bollin, Tobias	73		LG Rhein-Lahn	14	14	0:19:22	14	0:19:25	3,53	15,48
8	1043	Berke, Martin	63		TV Cochem	16	16	0:19:45	16	0:19:45	3,57	15,19
9	1053	Nübel, Nicolas	92		LG Maifeld-Pellenz	17	17	0:20:16	17	0:20:16	4,03	14,80
10	899	Kraus, Manfred	65		Running Team Bad Em	18	18	0:20:22	18	0:20:26	4,05	14,72
11	727	Klein, Peter	64	DEU	GdB	19	19	0:20:29	19	0:20:30	4,06	14,64
12	721	Keller, Oliver	69	D	SV Büchel	21	22	0:20:36	21	0:20:39	4,07	14,55
13	1249	Keifenheim, René	93		LA TuS Mayen	22	23	0:20:37	22	0:20:40	4,08	14,54
14	1268	Förster, Niko	70		*Plaidt	23	24	0:20:38	24	0:20:43	4,08	14,53
15	1246	Willems, Benjamin	93		Vulkanläufer	25	26	0:20:46	28	0:21:24	4,09	14,43
16	1092	Immig, Ralf	65		*Koblenz	29	31	0:21:15	26	0:21:18	4,15	14,11
17	1285	Schneider, Günter	68		TSV Emmelshausen	30	32	0:21:22	27	0:21:24	4,17	14,03
18	743	Brechtel, Christian	93	D	LG Maifeld Pellenz	31	34	0:21:41	31	0:21:43	4,20	13,83
19	858	Faber, Sascha	82		Hau-Rein Team Neuwi	32	35	0:21:43	32	0:21:45	4,21	13,81
20	718	Berk, Michael	70	DEU	*Andernach	33	36	0:21:45	33	0:21:50	4,21	13,78
21	999	Mülhausen, Michael	68		HSC 1990 Gamlen	36	39	0:21:54	35	0:21:58	4,23	13,70
22	1165	Schäfer, Timo	67		TV-Niederbieber	38	41	0:22:04	37	0:22:07	4,25	13,59
23	845	Bersch, Dirk	69		*Winningen	39	42	0:22:06	39	0:22:15	4,25	13,57
24	1080	Hunkemöller, Marco	76		*Mülheim-Kärlich	41	44	0:22:08	38	0:22:15	4,26	13,55
25	857	Faber, Karl-Heinz	53		Hau-Rein Team Neuwi	42	46	0:22:16	40	0:22:18	4,27	13,47
26	1146	Praangenberg, Jürgen	61		*Neuwied	43	48	0:22:17	41	0:22:22	4,27	13,46
27	1263	Custodis, Wolfgang	53		LG Mülheim-Kärlich	46	50	0:22:27	44	0:22:28	4,29	13,36
28	1158	Rech, Thomas	90		*Mülheim-Kärlich	47	53	0:22:31	47	0:22:35	4,30	13,32
29	1113	Wolf, Stefan	93		*Saffig	49	56	0:22:38	48	0:22:42	4,32	13,25
30	941	Schneider, Patrick	87		Biathlon Team Gering	50	57	0:22:47	54	0:23:12	4,33	13,17
31	1283	Wild, Bernd	63		RSC-Mayen	51	58	0:22:52	50	0:22:53	4,35	13,11
32	1248	Keifenheim, Nico	90		LA TuS Mayen	52	59	0:22:54	51	0:22:59	4,35	13,10
33	925	Münch, Stefan	64		*Mayen	53	60	0:22:58	52	0:23:05	4,36	13,06
34	1186	Beckmann, Frank	67		BSV Weißenthurm	54	61	0:23:01	56	0:23:23	4,36	13,03
35	742	Schneider Dr., Roland	64	DEU	LT Graftschaft	55	62	0:23:04	53	0:23:08	4,37	13,00
36	820	Hardt, Reimund	65		*Breitscheid	56	64	0:23:11	55	0:23:19	4,38	12,93
37	1222	Sträßer, Jonas	93		TV Burg	57	65	0:23:15	58	0:23:28	4,39	12,90
38	729	Breuer, Bernd	65	DEU	HC 1990 Gamlen	60	69	0:23:23	57	0:23:27	4,41	12,83
39	884	Neiser, Frank	72		SV Oppenheim	62	71	0:23:27	60	0:23:33	4,41	12,79
40	1070	Krautkrämer, Thomas	62		LG Boppard Bad Salzig	64	75	0:23:35	71	0:24:15	4,43	12,71
41	173	Schmitt, Thomas	73		Team-Erdinger-Alkoholf	65	76	0:23:36	0	0:00:00	4,43	12,70
42	812	Frank, Dennis	90		TMK Triathlon Mülheim	67	79	0:23:44	65	0:23:49	4,45	12,63
43	987	Setzlach, Marvin	92		TuWi Adenau	68	80	0:23:48	67	0:24:00	4,46	12,60
44	1215	Phasen, Lukas	93		TG Ruitsch Kerben	69	81	0:23:49	66	0:23:51	4,46	12,59
45	745	Pipia, Guido	69	DEU	FC St. Johann	70	82	0:23:49	75	0:24:29	4,46	12,59
46	734	Diepmann, Udo	69	DEU	FC Victoria Birkpsdorf 1	71	84	0:23:53	72	0:24:17	4,47	12,56
47	910	Ackerknecht, Ralf	66		*Kottenheim	72	85	0:23:57	69	0:24:04	4,48	12,52
48	720	Siusis, Egidius	86	DEU		73	86	0:23:57	68	0:24:03	4,48	12,52
49	716	Rüdel, Markus	62	DEU	*Boppard	74	87	0:24:01	70	0:24:05	4,48	12,49
50	868	Kaes, Sascha	79		Biathlon Team Gering	77	90	0:24:10	77	0:24:36	4,50	12,41
51	951	Heyde, Thomas	64		*Münstermaifeld	85	99	0:24:35	78	0:24:38	4,55	12,20
52	1076	Kohlen, Jürgen	60		*Neuwied	86	101	0:24:38	81	0:24:44	4,56	12,17
53	860	Schorn, Rudi	59		Neuwied	88	103	0:24:38	80	0:24:43	4,56	12,17
54	811	Hübner, Gernot	66		*Kaisersesch	89	104	0:24:39	87	0:24:51	4,56	12,17
55	852	Hawecker, Martin	64		Debeka	91	107	0:24:41	94	0:24:59	4,56	12,15
56	817	Oster, Ottmar	54		1.FC Kaiserslautern	92	109	0:24:43	98	0:25:04	4,57	12,13
57	1199	Schmidt, Peter	87		TuS Heimweiler	93	110	0:24:43	84	0:24:46	4,57	12,13
58	894	Diedicke, Wolfgang	74		Jugendtreff Homepage	95	112	0:24:45	100	0:25:13	4,57	12,12

# 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

4. Oktober 2009

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

## Klasse MHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
59	1265	Hermann, Rainer	63		LT TuS Lonnig	96	114	0:24:48	92	0:24:55	4,58	12,09
60	1103	Dattko, Uwe	60		Neuwieder Wasserspor	97	115	0:24:48	88	0:24:52	4,58	12,09
61	930	Kreuter, Dennis	93		9laeuft	98	116	0:24:49	93	0:24:56	4,58	12,09
62	1205	Beneke, Martin	87		*Naunheim	99	117	0:24:49	96	0:25:01	4,58	12,08
63	836	Lorch, Markus	70		*Koblenz	100	119	0:24:58	102	0:25:17	5,00	12,01
64	1019	Schäfer, Dieter	70		*Ettringen	103	122	0:25:00	99	0:25:06	5,00	11,99
65	1024	Möller, Mike	66		*Neuwied	104	124	0:25:12	103	0:25:19	5,02	11,90
66	1188	Flicka, Michael	64		BSV Weißenthurm	105	125	0:25:17	106	0:25:36	5,04	11,86
67	1190	Böyükoglu, Nehir	69		BSV Weißenthurm	106	126	0:25:18	107	0:25:36	5,04	11,86
68	887	Welter, Johannes	88		TuS Kaisersesch	107	127	0:25:20	152	0:27:26	5,04	11,84
69	915	Hilken, Thomas	89		*Lahnstein	108	129	0:25:24	105	0:25:31	5,05	11,81
70	982	Sesterhenn, Ottmar	61		Lauffreunde Rüber	110	133	0:25:27	104	0:25:29	5,05	11,79
71	1245	Meinhard, Martin	74		*Kastellaun	111	134	0:25:27	108	0:25:39	5,06	11,78
72	1272	Bingel-Schmitz, Dieter	60		*Üdersdorf	113	138	0:25:33	110	0:25:42	5,07	11,74
73	725	Thielen, Siegfried	67	D	Vulkanläufer	115	141	0:25:37	111	0:25:45	5,07	11,71
74	1034	Saal, Christopher	88		*Koblenz	120	149	0:25:47	117	0:25:57	5,10	11,63
75	934	Zimmermann, Bernd	70		Griesson - de-Beukelae	123	155	0:25:53	122	0:26:09	5,11	11,59
76	829	Beutner, Uwe	62		9laeuft	126	162	0:25:59	123	0:26:09	5,12	11,54
77	1299	Klotz, Andreas	68	DEU		127	163	0:25:59	131	0:26:27	5,12	11,54
78	737	Düllberg, Frank	67	DEU	TC Waldbreitbach	128	164	0:26:00	128	0:26:19	5,12	11,54
79	832	Gruner, Christian	51		*Neuwied	130	167	0:26:04	130	0:26:25	5,13	11,50
80	1030	Haegel, Pascal	64		*Kehrig	131	168	0:26:04	120	0:26:06	5,13	11,50
81	1233	Rugo, Tomlinson	81		SSG Kell	132	169	0:26:05	132	0:26:34	5,13	11,50
82	984	Stablo, Klaus	64		Fincke-Hygiene	133	170	0:26:10	124	0:26:12	5,14	11,46
83	1136	Breitbach, Simon	89		AOK Mayen	135	172	0:26:16	136	0:26:42	5,15	11,41
84	1016	Gröning, Sebastian	92		LG Boppard Bad Salzig	136	173	0:26:17	139	0:26:50	5,16	11,41
85	1048	Baudenbacher, Uwe	65		SSG Kell	137	175	0:26:20	138	0:26:49	5,16	11,39
86	807	Witt, Martin	88		9laeuft	138	178	0:26:31	133	0:26:40	5,18	11,31
87	878	Blettner, Michael	58		Volksbank Koblenz Mit	139	180	0:26:31	142	0:27:01	5,18	11,31
87	1163	Dawson, Gregory	64		*Polch	139	179	0:26:31	137	0:26:46	5,18	11,31
89	964	Wolf, Thomas	79		VfB Polch Fußball	142	186	0:26:36	140	0:26:57	5,19	11,27
90	971	Jankowski, Rainer	62		*Lahnstein	143	187	0:26:38	143	0:27:04	5,20	11,26
91	835	Lehmann, Jürgen	66		ZDF Sportgruppe	144	188	0:26:39	135	0:26:41	5,20	11,25
92	1085	Hauptenthal, Frank	61		FC St. Johann	145	191	0:26:50	145	0:27:06	5,22	11,18
93	744	Schneider, Stefan	68	D	Eintracht Mendig	147	197	0:26:58	141	0:26:58	5,24	11,12
94	1041	Culha, Dennis	93		*Nickenich	148	198	0:27:03	144	0:27:06	5,25	11,09
95	842	Nolden, Achim	63		MSV	149	199	0:27:04	151	0:27:23	5,25	11,08
96	822	Hesse, Bodo	66		*Lahnstein	150	200	0:27:05	149	0:27:20	5,25	11,08
97	945	Laux, Wolfgang	55		LA TuS Mayen	152	202	0:27:07	147	0:27:16	5,25	11,06
98	1119	Auer, Michael	72		LT Untermosel	153	206	0:27:13	148	0:27:19	5,27	11,02
99	866	Merges, Walter	60		*Hupperath	154	209	0:27:18	158	0:27:52	5,28	10,99
100	1196	Kuppler, Christian	80		*Winningen	155	211	0:27:20	154	0:27:35	5,28	10,97
101	972	Schmitt, Heinz-Josef	61		*Halsenbach	156	212	0:27:20	155	0:27:43	5,28	10,97
102	1284	Weber, Ralf	61		*Emmelshausen	157	213	0:27:22	156	0:27:44	5,28	10,96
103	1247	Keifenheim, Rainer	59		LA TuS Mayen	158	214	0:27:25	153	0:27:30	5,29	10,94
104	1187	Klöckner, Andreas	68		BSV Weißenthurm	159	215	0:27:26	157	0:27:45	5,29	10,93
105	1280	Born, Philipp	93		LT Maifelder SV	160	217	0:27:31	164	0:28:06	5,30	10,90
106	723	Puth, Ralph	58	DEU	*Kleinmaischeid	161	219	0:27:35	160	0:27:56	5,31	10,87
107	936	Gyr, Manfred	67		*Müsch	163	227	0:27:40	163	0:28:03	5,32	10,84
108	838	Schneider, Gerd	58		9laeuft	165	230	0:27:45	159	0:27:55	5,33	10,81
109	1067	Berg, Edwin	58		SSG Kell	166	232	0:27:46	166	0:28:15	5,33	10,80
110	711	Hübner, Jochen	68	DEU	1860 München	168	234	0:27:51	162	0:28:00	5,34	10,77
111	1138	Nett, Peter	87		AOK Mayen	169	240	0:27:59	172	0:28:24	5,36	10,72
112	1083	Leßlich, Achim	56		*Kobern-Gondorf	170	243	0:28:05	173	0:28:26	5,37	10,68
113	1036	Baum, Henry	62		TV Gladbach	171	244	0:28:05	178	0:28:39	5,37	10,68
114	861	Rooze, Henk	55		*Mendig	172	248	0:28:11	171	0:28:22	5,38	10,64
115	849	Reif, Christian	75		*Mülheim-Kärlich	173	249	0:28:11	175	0:28:29	5,38	10,64
116	1251	Jakubowski, Mirek	52		LA TuS Mayen	174	251	0:28:12	168	0:28:18	5,39	10,63

# 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

4. Oktober 2009

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

## Klasse MHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
116	1250	Pitz, Wolfgang	50		LA TuS Mayen	174	252	0:28:12	169	0:28:19	5,39	10,63
118	1040	Ritschke, Stefan	77		*Mülheim-Kärlich	176	256	0:28:14	170	0:28:21	5,39	10,62
119	932	Mauren, Ludwig	64		*Kelberg	177	257	0:28:14	174	0:28:27	5,39	10,62
120	1228	Opitz, Christian	69		Rotary-Club Koblenz- M	178	261	0:28:22	176	0:28:32	5,40	10,58
121	1052	Zimmermann, Dirk	62		Feuerwehr Niederkass	179	263	0:28:27	177	0:28:32	5,41	10,54
122	1002	Bär, Henry	69		*Spay	181	265	0:28:29	181	0:28:51	5,42	10,53
123	1127	Bast, Ulrich	62		*Koborn-Gondorf	182	267	0:28:35	183	0:28:55	5,43	10,49
124	865	Storck, Carsten	64		LG Maifeld-Pellenz	183	268	0:28:35	184	0:29:06	5,43	10,49
125	1279	Kneip, Peter	87		*Gondershausen	184	270	0:28:42	180	0:28:47	5,45	10,45
126	938	Böhm, Karl - Heinz	59		*Koblenz	185	273	0:28:45	187	0:29:20	5,45	10,43
127	1090	Winter, Wolfram	73		TV Cochem	188	276	0:28:51	190	0:29:24	5,46	10,40
128	801	Freiberg, Frank	63		Team Griesson de Beu	189	277	0:28:52	191	0:29:25	5,46	10,39
129	1164	Foerges, Gerd	53		LT Untermosel	190	279	0:28:59	184	0:29:06	5,48	10,35
130	1069	Sonne, Markus	75		TV Raversbeuren	191	282	0:29:01	189	0:29:22	5,48	10,34
131	1230	Möller, Michael	68		Trimmers Polch	192	284	0:29:03	186	0:29:19	5,49	10,32
132	968	Weis, Hans-Joachim	53		*Münstermaifeld	193	287	0:29:14	195	0:29:43	5,51	10,26
133	1115	Lung, Uwe	62		*Hirten	195	290	0:29:18	194	0:29:41	5,52	10,24
134	1200	Speer, Dennis	89		TuS Heimweiler	196	292	0:29:19	188	0:29:22	5,52	10,23
135	954	Ambros, Ralf	62		*Koblenz	197	293	0:29:21	197	0:29:49	5,52	10,22
136	1236	Wagner, Roland	63		*Polch	198	297	0:29:27	200	0:29:57	5,54	10,18
137	831	Michels, Reinhard	55		*Andernach	199	300	0:29:31	198	0:29:52	5,54	10,16
138	1108	Bialek, Lukas	93		Neuwieder Wasserspor	200	303	0:29:36	193	0:29:40	5,55	10,13
139	1170	Strässer, Frank	66		TSV Lehmen	203	314	0:29:51	202	0:30:04	5,58	10,05
140	808	Hanten, Christoph	83		*Ochtendung	204	315	0:29:51	203	0:30:12	5,58	10,05
141	739	Thilmann, Sascha	76	DEU		205	317	0:29:51	205	0:30:24	5,58	10,05
142	1097	Mayer, Andreas	81		Feuerwehr Ochtendung	206	327	0:30:06	204	0:30:18	6,01	9,96
143	959	Kutzner, Thomas	65		X-Sport Kastellaun	208	330	0:30:11	208	0:30:30	6,02	9,94
144	840	Velten, Frank	66		*Neuwied	210	336	0:30:16	206	0:30:29	6,03	9,91
145	940	Herhaus, Armin	60		*Polch	211	349	0:30:30	211	0:30:47	6,06	9,83
146	1132	Glatz, Günther	62		*Polch	213	352	0:30:41	217	0:31:12	6,08	9,77
147	870	Herrmann, Thomas	73		*Singhofen	216	356	0:30:50	212	0:31:08	6,10	9,73
148	921	Max, Dirk	71		Laufsportfreunde Veilc	219	364	0:31:01	213	0:31:08	6,12	9,67
149	1221	Gocht, Thomas	70		TV Burg	220	370	0:31:13	222	0:31:34	6,15	9,61
150	1281	Wagener, Michael	55		*Koblenz-Arenberg	221	373	0:31:19	219	0:31:31	6,16	9,58
151	1226	Liebscher, Dr. Jörg	65		Rotary-Club Koblenz- M	222	378	0:31:21	220	0:31:33	6,16	9,57
152	1225	Eberle, Dieter	63		Rotary-Club Koblenz- M	223	379	0:31:22	221	0:31:33	6,17	9,56
153	1227	Zimmermann, Oliver	65		Rotary-Club Koblenz- M	224	380	0:31:23	223	0:31:34	6,17	9,56
154	862	Dücking, Hans-Jürgen	60		*Mertloch	225	384	0:31:30	227	0:32:10	6,18	9,52
155	1154	Schmidt, Oliver	71		*Koblenz	226	387	0:31:35	224	0:31:45	6,19	9,49
156	1084	Horn, Michael	58		Griesson - de Beukelae	227	389	0:31:43	226	0:32:05	6,21	9,46
157	805	Neumann, Robert	82		9laeuft	228	390	0:31:43	225	0:31:51	6,21	9,46
158	1244	Hartje, Roland-Harry	83		FFW Bruttig	229	391	0:31:47	228	0:32:19	6,21	9,44
159	1243	Heß, Thomas	72		FFW Bruttig	230	392	0:31:48	229	0:32:19	6,22	9,43
160	1189	Ziese, Ralf	62		BSV Weißenthurm	232	404	0:32:15	231	0:32:35	6,27	9,30
161	1258	Schröder, Peter	63		*Rüber	233	405	0:32:15	232	0:32:40	6,27	9,30
162	1022	Dahm, Hans-Paul	58		*Andernach	234	410	0:32:30	234	0:33:03	6,30	9,23
163	867	Hermann, Jan	92		*Lahnstein	235	411	0:32:42	233	0:32:50	6,33	9,17
164	944	Bischoff, Marc	86		*Koblenz	236	413	0:32:46	235	0:33:20	6,33	9,15
165	1297	Minz, Jörg	65	DEU	TV Galdbach	237	414	0:32:46	236	0:33:23	6,33	9,15
166	1140	Krumpelmann, Hans-Herm	40		LA TuS Mayen	238	420	0:33:09	239	0:33:32	6,38	9,05
167	746	Bierbrauer, Alfons	70	DEU	*Andernach	239	422	0:33:19	237	0:33:25	6,40	9,00
168	961	Krauß, Michael	60		*Großmaischeid	240	423	0:33:20	241	0:33:43	6,40	9,00
169	966	Kirsch, Wolfgang	56		*Binningen	241	424	0:33:22	238	0:33:26	6,40	8,99
170	890	Beltz, Sigi	58		*Lahnstein	242	431	0:33:35	240	0:33:37	6,43	8,93
171	883	Mumm, Maximilian	66		*Münstermaifeld	243	434	0:33:47	242	0:33:56	6,46	8,88
172	992	Breitbach, Rainer	66		*Boppard	244	436	0:34:07	243	0:34:30	6,49	8,79
173	942	Spiekermann, Dirk	66		*Neuwied	245	437	0:34:09	245	0:34:45	6,50	8,78
174	1197	Ruppenthal, Thomas	61		TuS Heimweiler	246	441	0:34:18	244	0:34:32	6,52	8,75

## Klasse MHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-Pl	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
175	1256	Bruch, Karl-Otto	61		Rennmäuse Nahetal	247	442	0:34:22	246	0:34:49	6,53	8,73
176	911	Zander, Stefan	62		*Wolken	248	446	0:34:34	247	0:34:56	6,55	8,68
177	924	Klatt, Gerhard	32		*Lahnstein	249	451	0:34:48	248	0:34:59	6,58	8,62
178	1008	Opper, Mario	70		*Neuwied	251	455	0:35:30	249	0:35:46	7,06	8,45
179	1254	Schütz, Waldemar	37		LG Maifeld-Pellenz	252	456	0:35:48	250	0:35:48	7,10	8,38
180	806	Ferges, Ralf	73		9laeuft	253	457	0:35:49	252	0:35:58	7,10	8,37
181	1023	Baumert, Armin	43		HSC 1990 Gamlen	256	464	0:36:28	255	0:36:30	7,18	8,22
182	909	Fischer, Manu	63		*Lahnstein	257	465	0:36:56	256	0:37:05	7,23	8,12
183	1060	Nattermann, Uwe	66		*Koblenz	258	466	0:36:59	258	0:37:28	7,24	8,11
184	1267	Hiller, Flo	90		*Polch	259	468	0:37:03	257	0:37:14	7,25	8,09
185	1015	Gröning, Michael	56		LG Boppard Bad Salzig	260	472	0:37:43	259	0:38:24	7,33	7,95
186	1021	Hansen, Uwe	60		TV Altendorf-Ersdorf	263	479	0:39:40	262	0:40:08	7,56	7,56

## Klasse W14

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	1276	Zinn, Tamina	96		LG Kreis Ahrweiler	7	54	0:22:31	6	0:22:32	4,30	13,32
2	1000	Annen, Kristina	96		LG Maifeld-Pellenz	16	105	0:24:40	15	0:24:42	4,56	12,16
3	931	Mauren, Melina	97		Team Finkenweg	19	118	0:24:50	19	0:25:01	4,58	12,08
4	1106	Sohni, Paulina	98		Neuwieder Wasserspor	21	128	0:25:24	21	0:25:28	5,05	11,81
5	1073	Krautkrämer, Lara	97		LG Boppard Bad Salzig	24	135	0:25:28	32	0:25:59	5,06	11,78
6	1274	Schmitz, Leah	97		*Üdersdorf	25	137	0:25:32	24	0:25:42	5,07	11,74
7	912	Zander, Julia	95		*Wolken	26	139	0:25:34	30	0:25:56	5,07	11,73
8	1288	Kaufmann, Annika	99		MSV	29	148	0:25:45	34	0:26:02	5,09	11,65
9	1300	Klotz, Jenny	99	DEU	TV Altdorf - Ersdorf	37	165	0:26:01	36	0:26:27	5,12	11,53
10	1075	Schieß, Maureen	98		LG Boppard Bad Salzig	38	174	0:26:18	43	0:26:50	5,16	11,41
11	1065	Berg, Lisa	99		SSG Kell	39	176	0:26:27	44	0:26:52	5,17	11,34
12	1107	Strohe, Sabrina	99		Neuwieder Wasserspor	45	189	0:26:39	39	0:26:42	5,20	11,25
13	1057	Baudenbacher, Jana	95		SSG Kell	52	204	0:27:12	55	0:27:38	5,27	11,02
14	929	Mauren, Bernadette	95		Team Finkenweg	79	254	0:28:13	79	0:28:26	5,39	10,63
15	1162	Scholz, Lina	95		*Mülheim-Kärlich	91	281	0:29:00	88	0:29:05	5,48	10,34
16	1114	Lung, Kristina	99		*Hirten	96	291	0:29:18	100	0:29:41	5,52	10,24
17	978	Teske, Suzanne	97		*Koblenz	98	295	0:29:27	95	0:29:35	5,54	10,18
18	983	Neureuter, Theresa	96		*Koblenz	99	296	0:29:27	98	0:29:36	5,54	10,18
19	981	Neureuter, Johanna	96		*Koblenz	100	298	0:29:27	97	0:29:36	5,54	10,18
20	1237	Wagner, Raffaella	95		*Polch	102	301	0:29:31	109	0:30:01	5,54	10,16
21	843	Prangenberg, Maike	97		*Breitscheid	107	307	0:29:44	106	0:29:58	5,57	10,09
22	1148	Neeb, Katja	97		TSV Lehmen	109	310	0:29:48	107	0:29:59	5,58	10,06
23	1068	Illenseer, Julia	96		SSG Kell	111	313	0:29:50	118	0:30:17	5,58	10,05
24	907	Stephan, Tamina	95		LG Maifeld-Pellenz	134	344	0:30:23	134	0:30:38	6,05	9,87
25	1275	Fischer, Ann-Kathrin	98		* Gappenach	140	355	0:30:48	142	0:31:04	6,10	9,74
26	903	Stoffel, Julia	96		*LEHMEN	144	360	0:30:54	143	0:31:06	6,11	9,71
27	1061	Nattermann, Leah	98		*Koblenz	195	440	0:34:18	197	0:34:47	6,52	8,75

## Klasse W15

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	1191	Klöckner, Lisa	94		BSV Weißenthurm	27	145	0:25:41	28	0:25:55	5,08	11,68
2	1044	Schäfer, Annika	94		*Sankt Johann	51	203	0:27:08	53	0:27:23	5,26	11,05
3	1125	Boos, Rabea	94		LG Maifeld-Pellenz	86	269	0:28:42	84	0:28:44	5,44	10,45
4	889	Fleschenberg, Lisa	94		*Trimbs	94	286	0:29:14	103	0:29:50	5,51	10,26
5	1013	Sieger, Deborah	94		*Polch	137	347	0:30:29	130	0:30:33	6,06	9,84
6	1134	Glatz, Lea	94		*Polch	190	432	0:33:44	190	0:33:55	6,45	8,89
7	1252	Mohr, Anna	94		*Zettingen	208	461	0:36:09	206	0:36:12	7,14	8,30

# 8. Griesson - de Beukelaer Stadtlauf - Polch

4. Oktober 2009

Altersklassenübersicht 5km LEICHT & CROSS Jedermannslauf

gedruckt 13.10.2009 15:25:07

## Klasse WHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
1	748	Zegenahgen, Nicole	77	DEU	Alfterer SC	1	20	0:20:35	1	0:20:36	4,07	14,57
2	1037	Brachtendorf, Vanessa	92		LG Maifeld-Pellenz	2	29	0:21:13	2	0:21:13	4,15	14,14
3	715	Gocht, Stefanie	79	DEU	*Herborn	3	33	0:21:30	3	0:21:36	4,18	13,95
4	1150	Zimmermann, Amelie	90		*Koblenz	4	45	0:22:09	4	0:22:10	4,26	13,54
5	882	Rech, Jana	91		TV Kruft	5	51	0:22:27	5	0:22:27	4,29	13,36
6	726	Mehles, Andrea	62	DEU	LGV Gerolstein	6	52	0:22:30	7	0:22:33	4,30	13,33
7	1277	Zinn, Anja	69		Laufftreff Ahrweiler	8	63	0:23:11	8	0:23:14	4,38	12,93
8	1112	Schrönges, Heike	65		SRL Triathlon Koblenz	9	66	0:23:19	9	0:23:22	4,40	12,86
9	1195	Wöllstein, Annette	68		TuS Heimweiler	10	72	0:23:28	10	0:23:30	4,42	12,78
10	1218	Lisson, Barbara	72		LG Maifeld-Pellenz	11	74	0:23:33	11	0:23:36	4,43	12,74
11	1066	Klose, Susanne	92		SSG Kell	12	78	0:23:44	13	0:24:10	4,45	12,64
12	1129	Baulig, Stephanie	84		TSV Bergen	13	83	0:23:53	12	0:23:53	4,47	12,56
13	1207	Schüller, Dana	91		*Koblenz	14	91	0:24:15	14	0:24:32	4,51	12,37
14	1079	Schmitz, Melanie	77		*Mülheim-Kärlich	15	100	0:24:36	16	0:24:44	4,55	12,19
15	1074	Dahm, Hanna	86		*Plaidt	17	108	0:24:42	18	0:24:55	4,57	12,14
16	1001	Fischer, Tonia	56		LG Maifeld-Pellenz	18	113	0:24:45	17	0:24:47	4,57	12,11
17	979	Bach, Vera	89		*Andernach	20	123	0:25:07	20	0:25:21	5,02	11,94
18	1220	Weber, Frauke	89		*Andernach	22	131	0:25:25	23	0:25:39	5,05	11,80
19	980	Jonas, Friederike	89		*Andernach	23	132	0:25:25	22	0:25:38	5,05	11,80
20	888	Mohr, Maria	65		LT TuS Lonnig	28	146	0:25:43	25	0:25:50	5,09	11,66
21	1102	Dattko, Dagmar	62		Neuwieder Wasserspor	30	151	0:25:48	26	0:25:52	5,10	11,62
22	1055	Scheid, Laura	91		TUS Reil	31	153	0:25:51	29	0:25:55	5,10	11,60
23	977	Sesterhenn, Alice	62		LG Maifeld-Pellenz	32	154	0:25:52	27	0:25:54	5,11	11,59
24	1118	Hermann, Petra	56		*Neuwied	33	156	0:25:55	33	0:26:01	5,11	11,57
25	1167	Schäfer, Sandra	73		TV-Niederbieber	34	157	0:25:55	31	0:25:58	5,11	11,57
26	1071	Klein, Alice	89		LG Boppard Bad Salzig	35	160	0:25:58	37	0:26:30	5,12	11,55
27	919	Nannen, Sonja	62		VfL Waldbreitbach	36	161	0:25:58	35	0:26:07	5,12	11,55
28	810	Ackermann, Maria	90		LG Maifeld-Pellenz	40	177	0:26:28	38	0:26:31	5,18	11,33
29	974	Reffgen, Anne	91		*Münstermaifeld	41	181	0:26:32	42	0:26:48	5,18	11,30
30	877	Fleschenberg, Britta	69		*Trimbs	42	182	0:26:33	50	0:27:10	5,19	11,29
31	928	Helf, Sylvia	70		HSV Rhein-Nette	43	183	0:26:34	41	0:26:44	5,19	11,29
32	821	Hardt, Iris	70		*Breitscheid	44	184	0:26:35	40	0:26:43	5,19	11,28
33	1088	Hauptenthal, Hannah	93		WSV Koblenz-Metter	46	190	0:26:46	47	0:27:01	5,21	11,21
34	1054	Stöckl, Michaela	61		TSV Bullay-Alf	47	192	0:26:51	45	0:26:56	5,22	11,17
35	1003	Esper, Martina	67		FR Greimersburg	48	193	0:26:54	48	0:27:02	5,23	11,15
36	1232	Schmitz, Petra	62		Spvgg Nickenich	49	195	0:26:58	46	0:27:01	5,24	11,12
37	1212	Peuter, Sonja	70		*Michelbach	50	196	0:26:58	49	0:27:08	5,24	11,12
38	730	Botte, Anja	68	DEU	*Nickenich	53	205	0:27:12	51	0:27:15	5,27	11,02
39	1009	Stölben, Nicole	70		SV Mosella Mesenich	54	207	0:27:15	52	0:27:21	5,27	11,00
40	864	Storck, Anita	66		LG Maifeld-Pellenz	55	208	0:27:18	60	0:27:51	5,28	10,99
41	1214	Rudszeck, Britta	79		LG Maifeld-Pellenz	56	210	0:27:19	54	0:27:25	5,28	10,98
42	1144	Schulz, Stefanie	83		*Koblenz	57	216	0:27:26	59	0:27:49	5,29	10,93
43	1286	Wesche, Birgit	62		LT Untermosel	58	218	0:27:35	57	0:27:42	5,31	10,87
44	969	Justen, Lydia	62		*Monreal	59	220	0:27:36	64	0:27:57	5,31	10,87
45	1089	Steinberger, Andrea	67		FC St. Johann	60	221	0:27:37	61	0:27:52	5,31	10,86
46	1086	Hauptenthal, Susanne	63		FC St. Johann	61	222	0:27:37	62	0:27:52	5,32	10,86
47	1204	Klein, Bianca	74		TuS Heimweiler	62	223	0:27:39	56	0:27:42	5,32	10,85
48	955	Schlemmer, Beate	65		Rheinhöhenlauf	63	224	0:27:39	58	0:27:48	5,32	10,84
49	926	Zimmermann, Andrea	69		*Honerath	64	225	0:27:40	69	0:28:04	5,32	10,84
50	738	Risser, Claudia	70	DEU	TUS Dünghenheim	65	228	0:27:41	65	0:28:00	5,32	10,84
51	920	Peckart, Anne	88		9laeuft	66	231	0:27:45	63	0:27:55	5,33	10,81
52	916	Martin, Karin	63		*Lahnstein	67	235	0:27:52	66	0:28:00	5,35	10,76
53	719	Thielen, Manuela	69	D	Vulkanläufer	68	236	0:27:53	68	0:28:04	5,35	10,76
54	1027	Röttig, Kerstin	64		TV Gladbach	69	237	0:27:53	82	0:28:30	5,35	10,75
55	1104	Bauer, Pia	61		Neuwieder Wasserspor	70	238	0:27:57	67	0:28:01	5,35	10,73
56	1095	Grove, Svenja	74		*Polch	71	239	0:27:57	76	0:28:23	5,36	10,73
57	873	Wasna, Irene	68		Schnelle Füße Koblenz	72	241	0:28:04	80	0:28:26	5,37	10,69
58	963	Mosen, Claudia	86		LAGV Stotzheim	73	242	0:28:04	77	0:28:24	5,37	10,69

## Klasse WHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
59	803	Platt, Sonja	68		TV Weisel	74	245	0:28:05	71	0:28:15	5,37	10,68
60	851	Rockenbach, Stephanie	71		INJOY-Laufteam Kast	75	246	0:28:05	70	0:28:13	5,37	10,68
61	1122	Hoffmann-Ott, Petra	70		LT SV Westum	76	247	0:28:07	75	0:28:23	5,38	10,67
62	848	Schwarz, Nicole	79		*Mülheim-Kärlich	77	250	0:28:11	81	0:28:29	5,38	10,64
63	735	Endra, Monika	71	DEU	TV 1911 Trimbs	78	253	0:28:13	72	0:28:19	5,39	10,63
64	809	Koch, Sylvia	69		TV Weisel	80	255	0:28:14	74	0:28:22	5,39	10,63
65	1039	Demirates, Miriam	79		*Mülheim-Kärlich	81	258	0:28:15	73	0:28:21	5,39	10,62
66	1123	Jonas, Adelheid	64		LT SV Westum	82	259	0:28:15	83	0:28:32	5,39	10,62
67	901	Stüber, Peggy	69		VfL Waldbreitbach	83	260	0:28:16	78	0:28:24	5,39	10,61
68	908	Halder, Bettina	61		*Kerben	84	262	0:28:24	86	0:28:49	5,41	10,56
69	859	Hässlinger, Eva	87		Hau-Rein Team Neuwi	85	266	0:28:31	85	0:28:45	5,42	10,52
70	881	Dorweiler, Sandra	82		INJOY-Laufteam Kast	87	271	0:28:44	87	0:28:51	5,45	10,44
71	939	Mitsching, Eva	59		*Mülheim/Kärlich	88	272	0:28:44	93	0:29:20	5,45	10,44
72	1109	Tetzlaff, Vivien	93		SSG Kell	89	278	0:28:53	91	0:29:19	5,47	10,39
73	1117	Auer, Susi	73		LT_Untermosel	90	280	0:29:00	89	0:29:06	5,48	10,34
74	1116	Esten, Brigitte	73		TGO Lahnstein	92	283	0:29:01	90	0:29:15	5,48	10,34
75	1005	Kaiser-Wicherich, Heike	59		*Lahnstein	93	285	0:29:11	92	0:29:19	5,50	10,28
76	917	Hermann, Ulrike	61		*Lahnstein	95	288	0:29:15	94	0:29:23	5,51	10,25
77	837	Lorch, Sandra	78		*Koblenz	97	294	0:29:23	101	0:29:43	5,53	10,20
78	1093	Ludwig, Ines	69		*Naunheim	101	299	0:29:29	96	0:29:35	5,54	10,17
79	1051	Krechel, Elke	65		*Kruft	103	302	0:29:34	99	0:29:39	5,55	10,14
80	709	Bulunc, Daniela	76	DEU	*Koblenz	104	304	0:29:36	112	0:30:07	5,55	10,13
81	914	Hilken, Doris	58		*Lahnstein	105	305	0:29:37	102	0:29:45	5,56	10,13
82	708	Pörschmann, Simone	72	DEU	*Koblenz	106	306	0:29:40	116	0:30:11	5,56	10,11
83	1046	Wissen, Christina	82		*Düngenheim	108	309	0:29:46	111	0:30:05	5,57	10,08
84	1242	Schmitt, Roswitha	70		TSV Lay	110	312	0:29:50	110	0:30:04	5,58	10,06
85	990	Jakobs, Andrea	64		*Bassenheim	112	316	0:29:51	108	0:30:01	5,58	10,05
86	823	Kuderski, Julia	91		*Oberirschen	113	318	0:29:51	105	0:29:58	5,58	10,05
87	1105	Bermel, Marion	65		Neuwieder Wasserspor	114	319	0:29:51	104	0:29:56	5,58	10,05
88	802	Nusselein, Susanne	59		DJK Kempener LC	115	320	0:29:52	124	0:30:25	5,59	10,04
89	906	Stephan, Stefanie	67		LG Maifeld-Pellenz	116	321	0:29:53	113	0:30:08	5,59	10,04
90	855	Wermelskirchen, Kirsten	63		*Miesenheim	117	322	0:29:56	114	0:30:09	5,59	10,02
91	923	Mohr, Heike	71		*Heeg	118	323	0:29:56	115	0:30:11	5,59	10,02
92	854	Born, Sonja	69		*Kruft	119	324	0:29:59	117	0:30:13	6,00	10,00
93	1038	Beck, Anja	65		TuS Düngenheim	120	325	0:30:05	122	0:30:22	6,01	9,97
94	998	Schreiber, Elke	54		Rennmäuse Nahetal	121	326	0:30:06	128	0:30:32	6,01	9,96
95	728	Plasa, Ute	48	DEU	LT Baar	122	329	0:30:10	127	0:30:31	6,02	9,94
96	1120	Dämgen, Elke	62		INJOY-Laufteam Kast	123	331	0:30:12	119	0:30:20	6,03	9,93
97	1234	Nendza, Gabi	69		Rennmäuse Nahetal	124	332	0:30:13	135	0:30:39	6,03	9,93
98	1260	Denker, Petra	70		LT TuS Lonngig	125	333	0:30:14	123	0:30:22	6,03	9,92
99	1139	Schlicker, Sabine	65		AOK Mayen	126	335	0:30:16	120	0:30:22	6,03	9,91
100	841	Velten, Katharina	67		*Neuwied	127	337	0:30:17	126	0:30:29	6,03	9,91
101	1137	Jakobs, Klaudia	66		AOK Mayen	128	338	0:30:17	121	0:30:22	6,03	9,91
102	967	Klöckner, Sandra	72		LC Laufen macht schön	129	339	0:30:19	132	0:30:36	6,04	9,89
103	1173	Bertram, Beate	69		TuS Düngenheim	130	340	0:30:21	136	0:30:40	6,04	9,88
104	947	Pawlowski, Susanne	66		*Koblenz	131	341	0:30:21	131	0:30:36	6,04	9,88
105	1172	Funk, Lydia	62		TuS Düngenheim	132	342	0:30:21	137	0:30:40	6,04	9,88
106	933	Göbel, Melanie	82		*Koblenz	133	343	0:30:22	129	0:30:32	6,04	9,88
107	1098	Dahm, Melanie	83		LG Maifeld-Pellenz	135	345	0:30:24	133	0:30:37	6,05	9,87
108	853	Schneider, Claudia	63		Griesson - de Beukelaer	136	346	0:30:27	125	0:30:28	6,06	9,85
109	879	Gerharz, Anne	75		*Bendorf	138	348	0:30:30	139	0:30:49	6,06	9,84
110	1012	Serwazi, Beate	67		SV Mosella Mesenich	139	350	0:30:39	138	0:30:45	6,08	9,79
111	872	Kunath, Nicole	75		*Singhofen	141	357	0:30:50	144	0:31:07	6,10	9,73
112	1206	Abel, Simone	75		Griesson-de Beukelaer	142	358	0:30:51	141	0:31:02	6,10	9,72
113	1011	Friderichs, Annette	69		SV Mosella Mesenich	143	359	0:30:54	140	0:31:00	6,11	9,71
114	1174	Ritter, Kerstin	80		TuS Düngenheim	145	362	0:30:58	147	0:31:17	6,12	9,68
115	824	Puderbach, Seraphina	67		*Berod	146	365	0:31:05	146	0:31:11	6,13	9,65
116	819	Schmitt, Elke	60		Team-Erdinger-Alkoholf	147	366	0:31:06	145	0:31:08	6,13	9,65

## Klasse WHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-PI	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
117	973	Reffgen, Christa	61		*Münstermaifeld	148	367	0:31:08	150	0:31:25	6,14	9,63
118	927	Prämaßing, Erika	70		*Adenau	149	368	0:31:12	157	0:31:36	6,14	9,61
119	844	Prangenberg, Bettina	70		*Breitscheid	150	369	0:31:13	151	0:31:28	6,15	9,61
120	1142	Höpfer, Stefanie	71		9laeuft	151	371	0:31:17	152	0:31:30	6,16	9,59
121	830	Jung, Ursula	61		9laeuft	152	372	0:31:18	153	0:31:30	6,16	9,58
122	904	Justen, Isabel	76		LG Laacher See	153	374	0:31:19	148	0:31:24	6,16	9,58
122	902	Kolligs, Diana	77		LG Laacher See	153	375	0:31:19	149	0:31:24	6,16	9,58
124	1229	Jackova, Zuzana	77		*Weißenturm	155	376	0:31:20	155	0:31:32	6,16	9,57
125	1224	Zavelberg, Sandra	69		Rotary-Club Koblenz- M	156	377	0:31:21	156	0:31:33	6,16	9,57
126	886	Schwall, Laura	89		*Kehrig	157	381	0:31:24	183	0:33:29	6,17	9,55
127	937	Broll, Karin	87		*Kuhnhöfen	158	382	0:31:26	154	0:31:31	6,17	9,54
128	1110	Veldener, Gerdi	60		Rennmäuse Nahetal	159	383	0:31:26	159	0:31:52	6,17	9,54
129	1047	Jung-Bruch, Isolde	61		Rennmäuse Nahetal	160	385	0:31:34	162	0:32:01	6,19	9,50
130	874	Horn, Maïke	66		*Waldesch	161	386	0:31:35	160	0:31:58	6,19	9,50
131	1264	Höfer, Christina	82		TSV Lay	162	388	0:31:41	158	0:31:52	6,20	9,47
132	896	Geißler, Michaela	73		9laeuft	163	393	0:31:48	161	0:32:00	6,22	9,43
133	1155	Schuhmacher, Melanie	86		TV Altendorf-Ersdorf	164	394	0:31:53	166	0:32:18	6,23	9,41
134	1004	Müller, Janina	85		*Kerben	165	395	0:31:56	167	0:32:21	6,23	9,39
135	713	Dany, Anja	67	D	LT Untermosel	166	396	0:31:58	165	0:32:11	6,24	9,38
136	1203	Engel, Sina	77		TuS Heimweiler	167	397	0:32:00	163	0:32:03	6,24	9,37
137	1201	Mengeu, Anne	76		TuS Heimweiler	168	398	0:32:00	164	0:32:03	6,24	9,37
138	1133	Glatz, Maria	64		*Polch	169	400	0:32:07	169	0:32:38	6,26	9,34
139	876	Burgmaier-Wilm, Michaela	56		*Niederfell	170	401	0:32:10	168	0:32:22	6,26	9,32
140	1217	Cardinahl, Sabine	67		*Mertloch	171	402	0:32:13	173	0:32:46	6,27	9,31
141	1257	Schröder, Petra	68		*Rüber	172	403	0:32:15	170	0:32:40	6,27	9,30
142	1219	Preuß, Claudia	66		*St. Christoph	173	406	0:32:20	176	0:32:53	6,28	9,28
143	1216	Kluge, Dr. Dorit	70		*Vallendar	174	407	0:32:22	172	0:32:45	6,28	9,27
144	989	Breuer, Andrea	78		Fincke	175	408	0:32:24	174	0:32:49	6,29	9,26
145	813	Krämer, Susanne	59		Running Team Bad Em	176	409	0:32:27	177	0:32:54	6,29	9,24
146	863	Roos, Benita	66		*Leutesdorf	177	412	0:32:42	171	0:32:43	6,33	9,17
147	1029	Reichert, Christina	70		*Mühlheim- Kärlich	178	415	0:32:47	180	0:33:23	6,33	9,15
148	893	Beltz, Sophie	61		*Lahnstein	179	416	0:32:49	175	0:32:50	6,34	9,14
149	1042	Krayer, Thekla	63		LT Baar	180	417	0:32:56	178	0:33:06	6,35	9,11
150	1081	Illenseer, Ina	86		SSG Kell	181	418	0:32:57	182	0:33:24	6,36	9,10
151	856	Lange, Dr. Ulrike	68		*Bendorf	182	419	0:33:04	181	0:33:23	6,37	9,07
152	1126	Pies, Anthea	90		*Dieblich	183	421	0:33:10	179	0:33:20	6,38	9,04
153	1156	Peters, Gabi	56		TV Altendorf-Ersdorf	184	425	0:33:23	188	0:33:50	6,41	8,98
154	850	Gebauer, Stephe	92		Biathlon Sportclub Aden	185	426	0:33:24	184	0:33:35	6,41	8,98
155	1153	Peters, Britta	86		TV Altendorf-Ersdorf	186	427	0:33:27	189	0:33:51	6,42	8,97
156	846	Lukas, Christine	67		*Dalheim	187	428	0:33:27	186	0:33:49	6,42	8,97
157	1149	Ibald, Gabi	68		TSV Lehmen	188	429	0:33:28	185	0:33:41	6,42	8,96
158	1010	Dötsch, Verena	61		LG Maifeld-Pellenz	189	430	0:33:31	187	0:33:49	6,42	8,95
159	957	Schmitt, Linda	58		*Müden	191	433	0:33:46	191	0:33:56	6,45	8,88
160	991	Breitbach, Manuela	72		*Boppard	192	435	0:34:06	193	0:34:30	6,49	8,80
161	895	Staiger, Renate	58		*Braubach	193	438	0:34:13	192	0:34:15	6,51	8,76
162	1202	Schick, Carola	74		TuS Heimweiler	194	439	0:34:18	194	0:34:32	6,52	8,75
163	706	Schmitz, Karin	34	DEU	*Dünfus	196	443	0:34:28	195	0:34:36	6,54	8,70
164	702	Jung, Adelheid	48	DEU	SV Forst	197	444	0:34:30	196	0:34:37	6,54	8,70
165	1261	Linz, Sonja	73		*Kollig	198	445	0:34:34	198	0:34:54	6,55	8,68
166	935	Klöckner-Briesch, Barbara	74		LG Maifeld-Pellenz	199	447	0:34:35	199	0:34:55	6,55	8,67
167	1094	Emons, Elke	69		*Bendorf	200	448	0:34:38	203	0:35:12	6,56	8,66
168	1059	Hallfell, Gerda	65		*Polch-Ruitsch	201	449	0:34:38	204	0:35:12	6,56	8,66
169	1025	Schattel, Simone	87		*Polch	202	450	0:34:42	202	0:35:07	6,57	8,64
170	826	Kemmer, Tamara	82		X-Sport Kastellaun	203	452	0:34:52	201	0:34:56	6,59	8,60
171	918	Henerichs, Carmen	81		*Pommern	204	453	0:34:52	200	0:34:56	6,59	8,60
172	1241	Kreuter, Sarah	90		9laeuft	205	458	0:35:50	205	0:35:59	7,10	8,37
173	1193	Capa, Funda	72		BSV Weißenthurm	206	459	0:35:59	208	0:36:21	7,12	8,34
174	833	Pabst, Beatrix	64		9laeuft	207	460	0:36:04	207	0:36:17	7,13	8,31

## Klasse WHK

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	M/W-Pl	Pos	Endzeit	Platz	Brutto	Min/km	km/h
175	1006	Maué, Julia	83		*Ludwigshafen	209	467	0:37:01	209	0:37:17	7,24	8,10
176	1171	Kaiser, Heike	66		TuS Düngenheim	210	469	0:37:12	210	0:37:32	7,26	8,06
177	1194	Böyükoglu, Gülsemin	73		BSV Weißenthurm	211	470	0:37:31	212	0:37:54	7,30	7,99
178	1192	Klößner, Anja	68		BSV Weißenthurm	212	471	0:37:32	211	0:37:54	7,30	7,99
179	995	Berser, Svenja	73		LG Maifeld-Pellenz	213	475	0:38:32	213	0:38:49	7,42	7,78
180	950	Bernhart, Kerstin	68		*Kappel	214	476	0:39:33	214	0:39:39	7,55	7,59
181	975	Fennemann, Verena	76		*Hagen	215	477	0:39:39	216	0:40:06	7,56	7,57
182	1020	Hansen, Pia	62		TV Altendorf-Ersdorf	216	478	0:39:40	217	0:40:08	7,56	7,56
183	1269	Orthen, Cornelia	78		*Kattenes	217	480	0:39:43	215	0:40:00	7,57	7,55