

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
1	556	Mucha, Bastian	DEU	83	Köln Triathlon e.V.	MHK	1	1	0:18:54	0:18:43	0:37:38	0:37:38	15,9	3,46
2	631	Groneuer, Christoph	DEU	79	Kreissparkasse Köln	M30	1	2	0:18:53	0:19:33	0:38:26	0:38:27	15,6	3,51
3	701	Sixtus, Florian	DEU	73	42tausend	M35	1	3	0:19:31	0:19:52	0:39:24	0:39:24	15,2	3,56
4	600	Otto, Achim	DEU	64	Fronrunner Cologne	M45	1	4	0:19:59	0:20:07	0:40:06	0:40:12	15,0	4,01
6	647	Sajitz, Olaf	DEU	75	Bunert Running Team	M35	2	6	0:20:10	0:20:09	0:40:19	0:40:21	14,9	4,02
7	166	Neubauer, Dominik	DEU	80		M30	2	7	0:20:07	0:20:15	0:40:23	0:40:28	14,9	4,02
8	496	Mensler, Olaf	DEU	70		M40	1	8	0:20:11	0:20:36	0:40:48	0:40:51	14,7	4,05
10	224	Dudley, Richard-James	DEU	61	Fronrunner Cologne	M45	2	10	0:20:30	0:20:45	0:41:15	0:41:17	14,5	4,08
11	112	Bouillet, Laurent	DEU	75		M35	3	11	0:20:17	0:21:10	0:41:28	0:41:30	14,5	4,09
12	648	Becker, Oliver	DEU	61	LAZ Puma Troisdorf / Siegburg	M45	3	12	0:20:23	0:21:06	0:41:30	0:41:32	14,5	4,09
13	646	Kickingereeder, Philipp	DEU	87		MHK	2	13	0:20:36	0:21:03	0:41:39	0:41:40	14,4	4,10
14	138	Müller, Thomas	DEU	74	Team Kreissparkasse Köln	M35	4	14	0:20:56	0:21:00	0:41:56	0:42:27	14,3	4,12
15	42	Granz, Udo	DEU	63		M45	4	15	0:20:41	0:21:22	0:42:04	0:42:06	14,3	4,12
16	386	Kubiak, Nils	DEU	91		MJA	1	16	0:20:25	0:21:41	0:42:06	0:42:08	14,2	4,13
17	679	Welbers, Andre	DEU	73	Badehaus Babylon	M35	5	17	0:21:11	0:21:08	0:42:19	0:42:26	14,2	4,14
18	634	Gerdas, Florian	DEU	80	Lauftreff Decksteiner Weiher	M30	3	18	0:21:21	0:20:58	0:42:20	0:42:22	14,2	4,14
19	585	Stoppenbach, Dietmar	DEU	69	Pütz - Roth	M40	2	19	0:20:53	0:21:29	0:42:23	0:42:23	14,2	4,14
20	377	Hoevels, Godehard	DEU	66	Knebler-Sport.de	M40	3	20	0:21:20	0:21:05	0:42:26	0:42:28	14,1	4,15
21	432	Püschel, Kai	DEU	82		MHK	3	21	0:21:25	0:21:13	0:42:38	0:42:54	14,1	4,16
22	454	Köhler, Christian	DEU	87		MHK	4	23	0:21:23	0:22:02	0:43:25	0:43:31	13,8	4,21
23	462	Knievel, Jan	DEU	75		M35	6	24	0:21:38	0:22:04	0:43:42	0:43:56	13,7	4,22
24	550	Haupt, Alexander	DEU	69		M40	4	25	0:21:53	0:21:49	0:43:43	0:43:47	13,7	4,22
25	642	Bloch, Thomas	DEU	77	I Love Kruszyinka	M30	4	26	0:21:33	0:22:09	0:43:43	0:43:58	13,7	4,22
26	684	Giessler, Andreas	DEU	74		M35	7	28	0:21:56	0:22:02	0:43:58	0:44:01	13,6	4,24
27	356	Paaßens, Lutz	DEU	67		M40	5	29	0:21:46	0:22:13	0:43:59	0:44:04	13,6	4,24
28	393	Köhne, Heinz-Werner	DEU	68	ONI Laufgruppe	M40	6	30	0:21:46	0:22:17	0:44:04	0:44:08	13,6	4,24
29	567	Jankowski, Arthur	DEU	77		M30	5	31	0:22:04	0:22:02	0:44:07	0:44:09	13,6	4,25
30	25	Kaiser, Daniel	DEU	72	LT Decksteiner Weiher	M35	8	33	0:21:47	0:22:39	0:44:27	0:44:32	13,5	4,27
31	434	Natzheim, Ralf	DEU	60	UPS	M50	1	34	0:22:33	0:22:04	0:44:37	0:44:59	13,4	4,28
32	144	Manz, Thomas	DEU	73	Team Kreissparkasse Köln	M35	9	35	0:22:26	0:22:11	0:44:37	0:45:06	13,4	4,28
33	443	Meier, Stefan	DEU	74		M35	10	36	0:22:14	0:22:35	0:44:50	0:44:55	13,4	4,29
34	272	Heinrich, Alexander	DEU	68	Fronrunner Cologne SC Janus	M40	7	37	0:21:03	0:23:48	0:44:52	0:44:54	13,4	4,29
35	361	Ladoc, Andy	DEU	80		M30	6	38	0:22:24	0:22:40	0:45:05	0:45:06	13,3	4,31
36	670	Basseng, Wilfried	DEU	54	LT Sahler Mühle	M55	1	40	0:22:20	0:22:53	0:45:14	0:45:15	13,3	4,31
37	104	Obermaier, Stefan	DEU	69	SC Janus	M40	8	41	0:22:39	0:22:38	0:45:18	0:45:20	13,2	4,32
38	29	Esser, Lutz	DEU	61	mas Institut	M45	5	42	0:22:43	0:22:40	0:45:24	0:45:27	13,2	4,32
39	24	Cremer, Jürgen	DEU	62	FC Deutsche Post NLB Köln	M45	6	43	0:22:43	0:22:49	0:45:33	0:45:35	13,2	4,33
40	52	Töplitzer, Daniel	DEU	80		M30	7	44	0:22:25	0:23:08	0:45:33	0:45:39	13,2	4,33
41	658	Rehkopf, Falk	DEU	70	Condom Fronrunners	M40	9	45	0:22:33	0:23:05	0:45:38	0:45:44	13,1	4,34
42	72	Geyer, Christian	DEU	83		MHK	5	46	0:22:54	0:22:59	0:45:53	0:46:03	13,1	4,35
43	493	Vogt, Harald	DEU	71	Brühler Tv 1879	M35	11	47	0:22:48	0:23:05	0:45:53	0:46:00	13,1	4,35
44	534	Büttgen, Michael	DEU	81		MHK	6	48	0:22:28	0:23:25	0:45:54	0:45:55	13,1	4,35
45	688	Wittstamm, Joachim	DEU	66	Fronrunner Cologne / Janus	M40	10	49	0:22:55	0:23:07	0:46:02	0:46:28	13,0	4,36
46	223	Dodge, Tuan	DEU	69		M40	11	50	0:22:48	0:23:15	0:46:03	0:46:12	13,0	4,36
47	476	Willfahrt, Markus	DEU	64		M45	7	51	0:22:48	0:23:25	0:46:14	0:46:14	13,0	4,37
48	587	Lindenberg, Ronny	DEU	78	NetCologne GmbH	M30	8	52	0:22:40	0:23:49	0:46:30	0:46:56	12,9	4,39
49	603	van de Braak, Georg	DEU	74	Fronrunner Cologne	M35	12	53	0:22:55	0:23:34	0:46:30	0:46:37	12,9	4,39
50	691	Knoch, Clemens	DEU	95	Köln Marathon Veranstaltungen +	SchA	1	55	0:22:30	0:24:10	0:46:41	0:46:45	12,9	4,40
51	399	Land, Volker	DEU	71	Beeline Runners	M35	13	56	0:23:03	0:23:52	0:46:56	0:47:00	12,8	4,42
52	651	Müller, Karsten	DEU	72		M35	14	57	0:22:59	0:24:03	0:47:02	0:47:07	12,8	4,42
54	490	Blaschke, Sven	DEU	73	Bundeswehr	M35	15	60	0:23:11	0:24:20	0:47:32	0:47:58	12,6	4,45
55	597	Müller, Jürgen	DEU	59	Fronrunner Cologne	M50	2	61	0:23:39	0:24:04	0:47:44	0:48:11	12,6	4,46
56	619	Beylage-Haarmann, Bastian	DEU	83	Die MuMu	MHK	7	63	0:22:55	0:25:19	0:48:14	0:48:27	12,4	4,49
57	280	Olli, Daniel	DEU	76	UPS	M30	9	64	0:22:56	0:25:18	0:48:14	0:48:15	12,4	4,49
58	529	Bärenfänger, Christian	DEU	74	www.tiefschnee.de	M35	16	65	0:24:37	0:23:39	0:48:17	0:48:54	12,4	4,50
59	148	Biciste, Jan	DEU	78	Team Kreissparkasse Köln	M30	10	66	0:23:23	0:25:02	0:48:25	0:48:45	12,4	4,51
60	527	Spruhs, Martin	DEU	65	SC Janus e. V.	M45	8	67	0:24:20	0:24:05	0:48:26	0:49:10	12,4	4,51
61	411	Nolte, Armin	DEU	64	Karate-Do Overath e.V.	M45	9	68	0:23:21	0:25:05	0:48:27	0:48:44	12,4	4,51

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
62	475	Matner, Johannes	DEU	67	www.feuerhasen.de	M40	12	69	0:23:27	0:25:06	0:48:34	0:48:38	12,4	4,51
63	189	Kneuss, Didier	DEU	64		M45	10	70	0:23:50	0:24:46	0:48:37	0:48:43	12,3	4,52
64	205	Borchert, Thomas	DEU	65	Team Erdinger Alkoholfrei	M45	11	71	0:24:04	0:24:38	0:48:43	0:48:45	12,3	4,52
65	297	Neumann, Steffen	DEU	77		M30	11	72	0:24:07	0:24:40	0:48:47	0:49:08	12,3	4,53
66	704	Alpigh, Patrick Michael	DEU	68	City Running Triathlonclub Zür	M40	13	73	0:24:38	0:24:14	0:48:53	0:49:08	12,3	4,53
67	242	Müller, Thomas	DEU	80		M30	12	74	0:24:26	0:24:28	0:48:54	0:49:37	12,3	4,53
68	501	Dr. Lenssen-Erz, Tilmann	DEU	55		M55	2	76	0:24:35	0:24:27	0:49:02	0:49:22	12,2	4,54
69	210	Schamer, Marcel	DEU	77		M30	13	77	0:23:18	0:25:47	0:49:06	0:49:16	12,2	4,55
70	266	Adelmann, Christoph	DEU	83		MHK	8	78	0:23:56	0:25:11	0:49:07	0:49:27	12,2	4,55
71	367	Drixelius, Thomas	DEU	93		MJB	1	79	0:24:58	0:24:13	0:49:11	0:49:17	12,2	4,55
72	182	Blameuser, Ralf	DEU	62		M45	12	80	0:24:53	0:24:19	0:49:13	0:49:29	12,2	4,55
73	418	Mainz, Wolfgang	DEU	64	Karate-Do Overath e.V.	M45	13	81	0:24:44	0:24:29	0:49:14	0:49:40	12,2	4,55
74	82	Moch, Dietmar	DEU	63	MKH AusdauerTEAM	M45	14	83	0:24:58	0:24:29	0:49:28	0:49:41	12,1	4,57
75	350	Beyer, Heinrich	DEU	56	Marathonfieber Krumholz	M50	3	84	0:24:54	0:24:39	0:49:33	0:50:18	12,1	4,57
76	117	Frisch, Markus	DEU	68		M40	14	85	0:24:19	0:25:14	0:49:34	0:49:34	12,1	4,57
77	417	Höner-Girnstein, Werner	DEU	64	Karate-Do Overath e.V.	M45	15	86	0:24:37	0:25:04	0:49:42	0:49:59	12,1	4,58
78	708	Kreft, Stefan	DEU	79		M30	14	87	0:24:37	0:25:12	0:49:50	0:50:04	12,0	4,59
79	590	Laukötter, Hubert	DEU	59	NetCologne GmbH	M50	4	88	0:25:06	0:24:58	0:50:04	0:50:27	12,0	5,00
80	653	Soulivongsak, Vanhnasay	DEU	73	BCT-Touristik Marathon Team	M35	17	89	0:25:25	0:24:47	0:50:12	0:50:19	12,0	5,01
81	27	Nagyvári, Tibor	DEU	77		M30	15	91	0:22:55	0:27:30	0:50:26	0:50:27	11,9	5,03
82	199	Korfmacher, Holger	DEU	63		M45	16	92	0:24:50	0:25:48	0:50:39	0:50:44	11,8	5,04
82	678	Stiewe, Torsten	DEU	75	SC Janus Köln	M35	18	93	0:25:24	0:25:14	0:50:39	0:51:03	11,8	5,04
84	650	Pitas, Andreas	DEU	79	Ex-Corner	M30	16	94	0:24:57	0:25:48	0:50:45	0:50:49	11,8	5,05
85	436	Hohnhorst, Markus	DEU	78		M30	17	95	0:25:56	0:24:53	0:50:49	0:51:43	11,8	5,05
86	623	Bierwirth, Lars	DEU	85	Köln Marathon	MHK	9	96	0:27:17	0:23:36	0:50:53	0:51:01	11,8	5,05
87	576	Plambeck, Jens	DEU	79		M30	18	97	0:26:01	0:25:00	0:51:02	0:51:39	11,8	5,06
88	569	Ziegler, Stefan Thomas	DEU	79		M30	19	98	0:25:18	0:25:44	0:51:02	0:51:17	11,8	5,06
90	595	Opitz, Till	DEU	77	Frontrunner Cologne	M30	20	100	0:25:33	0:25:32	0:51:06	0:51:13	11,7	5,07
91	269	Fiedler, Andreas	DEU	71		M35	19	101	0:25:22	0:25:47	0:51:10	0:51:15	11,7	5,07
92	641	Grösche, Stephan	DEU	72		M35	20	102	0:25:10	0:26:08	0:51:18	0:51:27	11,7	5,08
93	286	Schmitt, Christoph	DEU	68		M40	15	103	0:25:59	0:25:19	0:51:19	0:51:35	11,7	5,08
94	702	Mende, Sebastian	DEU	84	Uni Bonn	MHK	10	104	0:23:54	0:27:27	0:51:21	0:51:27	11,7	5,08
96	676	Mußer, Sven	DEU	75		M35	21	106	0:25:24	0:26:03	0:51:28	0:51:35	11,7	5,09
97	312	Gam, Björn	DEU	76		M30	21	107	0:25:04	0:26:24	0:51:29	0:51:51	11,7	5,09
98	49	Schneider, Dirk	DEU	76		M30	22	108	0:25:12	0:26:18	0:51:30	0:52:13	11,6	5,09
99	439	Sanders, Olaf	DEU	67		M40	16	109	0:26:11	0:25:19	0:51:31	0:51:34	11,6	5,09
100	306	Lelie, Alexander	DEU	76		M30	23	110	0:25:34	0:26:09	0:51:43	0:51:55	11,6	5,10
101	71	Hunold, Lars	DEU	74	2011	M35	22	111	0:26:30	0:25:14	0:51:44	0:52:12	11,6	5,10
102	414	Winkelhag, Peter	DEU	73	Karate-Do Overath e.V.	M35	23	112	0:26:25	0:25:21	0:51:47	0:52:36	11,6	5,11
103	450	Spill, Marco	DEU	77		M30	24	113	0:26:17	0:25:29	0:51:47	0:52:14	11,6	5,11
104	143	Ewert, Stefan	DEU	77	Team Kreissparkasse Köln	M30	25	114	0:24:56	0:26:54	0:51:50	0:52:22	11,6	5,11
105	463	Neumann, Patrick	DEU	77		M30	26	115	0:25:25	0:26:32	0:51:58	0:52:14	11,5	5,12
106	295	Jenke, Matthias	DEU	73		M35	24	117	0:26:20	0:25:43	0:52:03	0:52:22	11,5	5,12
107	656	Thome, Arno	DEU	58	BSC Köln e.V.	M50	5	119	0:25:47	0:26:18	0:52:05	0:52:30	11,5	5,13
108	413	Bieling, Thomas	DEU	66	Karate-Do Overath e.V.	M40	17	120	0:26:48	0:25:19	0:52:08	0:52:34	11,5	5,13
109	422	Zimmermann, Christoph	DEU	66	Tuntenyeti	M40	18	121	0:25:50	0:26:23	0:52:14	0:52:26	11,5	5,13
110	672	Newrzella, Stephan	DEU	64	Just for Fun	M45	17	122	0:25:55	0:26:19	0:52:14	0:52:26	11,5	5,13
111	111	Scheu, Peter	DEU	60	dip Köln	M50	6	124	0:26:11	0:26:05	0:52:16	0:52:46	11,5	5,14
112	323	Friedrich, Markus	DEU	74	UPS	M35	25	125	0:25:34	0:26:48	0:52:22	0:52:39	11,5	5,14
113	351	Pütz, Andreas	DEU	58	Pixelpark	M50	7	126	0:25:37	0:26:49	0:52:26	0:52:37	11,4	5,15
114	172	Weike, Udo	DEU	57	ACUT EDV-Beratung GmbH	M50	8	127	0:26:19	0:26:15	0:52:34	0:52:57	11,4	5,15
115	159	Dix, Matthias	DEU	58	PV-Triathlon Witten	M50	9	129	0:26:06	0:26:30	0:52:36	0:53:15	11,4	5,16
116	571	Axmann, Philipp	DEU	81		MHK	11	130	0:25:59	0:26:39	0:52:38	0:52:55	11,4	5,16
117	141	Müller, Sven	DEU	85	Team Kreissparkasse Köln	MHK	12	131	0:26:26	0:26:12	0:52:39	0:52:59	11,4	5,16
118	1606	Heinke, Roland	DEU	64		M45	18	132	0:26:06	0:26:35	0:52:42	0:53:09	11,4	5,16
119	669	Andri, Leonard	DEU	80		M30	27	133	0:25:47	0:26:56	0:52:44	0:52:54	11,4	5,16
120	638	Kessemeier, Christof	DEU	76		M30	28	134	0:25:48	0:26:58	0:52:46	0:53:20	11,4	5,17
121	517	Scherf, Robert	DEU	63	Catlin Europe	M45	19	135	0:26:14	0:26:34	0:52:49	0:53:00	11,4	5,17

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
122	438	Nagel, Ulrich	DEU	67	SSF Bonn Triathlon	M40	19	136	0:26:11	0:26:38	0:52:50	0:52:54	11,4	5,17
123	584	Schenker, Michael	DEU	69	schenkerbau.de	M40	20	138	0:25:37	0:27:21	0:52:59	0:53:27	11,3	5,18
124	562	Druckenmüller, Josef	DEU	55		M55	3	139	0:27:05	0:25:57	0:53:03	0:54:02	11,3	5,18
125	697	Hennecke, Matthias	DEU	83		MHK	13	140	0:25:59	0:27:04	0:53:03	0:53:22	11,3	5,18
126	429	Stranz, Jürgen	DEU	73		M35	26	142	0:25:43	0:27:25	0:53:09	0:53:30	11,3	5,19
127	203	Wendel, Andreas	DEU	81		MHK	14	143	0:26:43	0:26:29	0:53:13	0:53:29	11,3	5,19
128	66	Ahrens, Hermann-Josef	DEU	77		M30	29	144	0:26:44	0:26:29	0:53:13	0:53:29	11,3	5,19
129	560	Grobusch, Jürgen	DEU	71	SG Vossenack-Hürtgen	M35	27	145	0:26:13	0:27:03	0:53:16	0:53:52	11,3	5,20
130	47	Gohres, Burghart	DEU	62		M45	20	148	0:26:20	0:27:04	0:53:24	0:53:54	11,2	5,20
131	31	Hinterberger, Johannes	DEU	56		M50	10	149	0:26:15	0:27:11	0:53:27	0:53:40	11,2	5,21
132	44	Mecker, Michael	DEU	66		M40	21	150	0:26:06	0:27:22	0:53:28	0:53:42	11,2	5,21
133	316	Van der Meiren, Walter	DEU	59	UPS	M50	11	151	0:26:36	0:26:55	0:53:32	0:54:12	11,2	5,21
134	133	Caspers, Claus	DEU	68		M40	22	152	0:27:54	0:25:39	0:53:33	0:54:28	11,2	5,21
135	142	Susewind, Axel	DEU	72	Team Kreissparkasse Köln	M35	28	153	0:26:58	0:26:40	0:53:39	0:54:13	11,2	5,22
136	410	Metten, Hemut	DEU	52	Team Bündnis 90/Die Grünen	M55	4	154	0:26:08	0:27:37	0:53:45	0:54:12	11,2	5,23
137	30	Fischer, Hans-Peter	DEU	59		M50	12	155	0:26:52	0:26:54	0:53:46	0:54:22	11,2	5,23
138	308	Albers, Sascha	DEU	74	Kölner Wissenschaftsverlag	M35	29	156	0:26:55	0:26:51	0:53:47	0:54:20	11,2	5,23
139	70	Meder, Michael	DEU	67		M40	23	159	0:25:31	0:28:33	0:54:05	0:54:15	11,1	5,25
140	179	Rappenhöner, Dirk	DEU	79		M30	30	160	0:27:12	0:26:53	0:54:05	0:54:21	11,1	5,25
141	319	Simmermann, Martin	DEU	67		M40	24	162	0:26:19	0:27:47	0:54:06	0:54:09	11,1	5,25
142	46	Weiler, Thomas	DEU	65		M45	21	165	0:26:25	0:27:52	0:54:18	0:54:57	11,0	5,26
143	559	Heinl, Rolf	DEU	63	TV Kuchenheim 06	M45	22	166	0:27:04	0:27:14	0:54:18	0:55:19	11,0	5,26
144	558	Offermann, Josef	DEU	49		M60	1	167	0:27:05	0:27:13	0:54:18	0:55:19	11,0	5,26
145	169	Poreschack, Uli	DEU	66	LG GS1 Germany GmbH	M40	25	168	0:27:17	0:27:01	0:54:19	0:54:36	11,0	5,26
146	300	Strimmer, Klaus	DEU	67		M40	26	169	0:26:15	0:28:11	0:54:26	0:54:37	11,0	5,27
147	290	Blosze, Tim	DEU	85	Team (Forest) Gump	MHK	15	173	0:27:15	0:27:39	0:54:54	0:55:39	10,9	5,29
148	395	Haas, Alexander	DEU	81	ONI Laufgruppe	MHK	16	174	0:27:07	0:27:54	0:55:02	0:55:36	10,9	5,30
149	502	Baumgarten, Frank	DEU	66		M40	27	175	0:27:36	0:27:26	0:55:02	0:55:30	10,9	5,30
150	167	Linden, Uwe	DEU	73		M35	30	176	0:27:21	0:27:41	0:55:03	0:55:20	10,9	5,30
150	164	Piel, Stephan	DEU	79		M30	31	177	0:27:21	0:27:41	0:55:03	0:55:21	10,9	5,30
152	440	Steinbüchel, Frank	DEU	68	SC Janus	M40	28	178	0:26:17	0:28:46	0:55:03	0:55:13	10,9	5,30
153	389	Baldsiefen, Jan	DEU	82	ONI Laufgruppe	MHK	17	180	0:27:10	0:27:59	0:55:10	0:55:45	10,9	5,31
154	652	Kaden, Tino	DEU	78	Cream-Team Cologne	M30	32	181	0:27:34	0:27:37	0:55:11	0:55:38	10,9	5,31
155	466	Birtel, Andreas	DEU	60	CENTRAL-Team	M50	13	184	0:27:13	0:28:07	0:55:21	0:56:02	10,8	5,32
156	470	Poggensee, Jens	DEU	61	UPS	M45	23	185	0:28:28	0:26:55	0:55:24	0:56:05	10,8	5,32
157	538	Abächerli, Peter	DEU	65	Cambio Carsharing	M45	24	186	0:27:29	0:27:54	0:55:24	0:56:15	10,8	5,32
158	539	Abächerli, Thomas	DEU	65		M45	25	187	0:27:31	0:27:53	0:55:24	0:56:15	10,8	5,32
159	405	Plug, Alexander	DEU	66	Beeline Runners	M40	29	188	0:27:32	0:27:54	0:55:26	0:56:05	10,8	5,33
160	480	Westphal, Stefan	DEU	78		M30	33	190	0:27:21	0:28:08	0:55:30	0:55:49	10,8	5,33
161	247	Pesch, Harald	DEU	69		M40	30	191	0:28:36	0:26:59	0:55:36	0:56:00	10,8	5,34
162	532	Jagner, Andreas	DEU	89		MHK	18	194	0:28:18	0:27:21	0:55:40	0:56:16	10,8	5,34
163	453	Dose, Stefan	DEU	77		M30	34	195	0:27:43	0:28:03	0:55:46	0:56:40	10,8	5,35
164	45	Löser, Torsten	DEU	70		M40	31	196	0:27:10	0:28:39	0:55:50	0:55:53	10,7	5,35
165	604	Trage, Oliver	DEU	67	Frontrunner Cologne	M40	32	197	0:28:10	0:27:40	0:55:51	0:56:19	10,7	5,35
166	469	Balbach, Ronald	DEU	60		M50	14	198	0:28:11	0:27:42	0:55:54	0:56:07	10,7	5,35
167	505	Fischer, Lars	DEU	84		MHK	19	199	0:28:12	0:27:55	0:56:08	0:56:37	10,7	5,37
168	664	Koffer, Matthias	DEU	64		M45	26	200	0:27:19	0:28:56	0:56:15	0:56:23	10,7	5,38
169	338	Flury, Volker	DEU	69	Globus Köln-Marsdorf	M40	33	201	0:27:28	0:28:48	0:56:16	0:56:40	10,7	5,38
170	85	Schmitter, Jörg	DEU	69	Hellige Knäächte un Mägde e.V.	M40	34	202	0:29:21	0:27:05	0:56:26	0:56:48	10,6	5,39
171	67	Weiler, Michael	DEU	65		M45	27	204	0:28:20	0:28:10	0:56:30	0:56:47	10,6	5,39
172	305	Fey, Dietwald	DEU	61		M45	28	205	0:27:32	0:28:58	0:56:30	0:56:35	10,6	5,39
173	76	Hinz, Malte	DEU	74		M35	31	207	0:28:39	0:28:01	0:56:41	0:57:22	10,6	5,40
174	1721	Launert, Jürgen	DEU	62	Karate-Do Overath e.V.	M45	29	208	0:28:45	0:27:58	0:56:43	0:57:24	10,6	5,40
175	633	Blömer, Bernd	DEU	65		M45	30	211	0:29:18	0:27:28	0:56:47	0:57:01	10,6	5,41
176	488	Mausbach, Gerd	DEU	63		M45	31	212	0:28:29	0:28:33	0:57:02	0:57:06	10,5	5,42
177	359	Klein, Dirk	DEU	75		M35	32	215	0:29:22	0:27:42	0:57:04	0:57:37	10,5	5,42
178	358	Bieker, Christoph	DEU	74		M35	33	216	0:29:22	0:27:43	0:57:05	0:57:38	10,5	5,43
179	184	Milk, Andreas	DEU	66		M40	35	217	0:28:03	0:29:06	0:57:09	0:57:40	10,5	5,43

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
180	222	Lange, Peter	DEU	53		M55	5	218	0:29:06	0:28:03	0:57:09	0:57:21	10,5	5,43
181	345	Emter, Dietrich	DEU	78	c/o Klaus Nierhoff	M30	35	219	0:28:39	0:28:33	0:57:12	0:57:17	10,5	5,43
182	251	Möller, Heiko	DEU	72		M35	34	221	0:28:15	0:29:02	0:57:18	0:57:25	10,5	5,44
183	374	Bey, Jürgen	DEU	67		M40	36	222	0:28:44	0:28:41	0:57:26	0:57:40	10,4	5,45
184	202	Malig, Sven Hauke	DEU	72		M35	35	224	0:28:58	0:28:35	0:57:34	0:58:04	10,4	5,45
185	445	Junghans, Matthias	DEU	84		MHK	20	226	0:29:09	0:28:37	0:57:46	0:57:55	10,4	5,47
186	190	Lamers, Jürgen	DEU	65	ac_angel@ich-bin-am-wandern-ge	M45	32	227	0:29:41	0:28:05	0:57:46	0:58:24	10,4	5,47
187	160	Neumann, Klaus	DEU	55	PV-Triathlon Witten	M55	6	229	0:29:08	0:28:46	0:57:54	0:58:33	10,4	5,47
188	73	Lomborg, Ulrich	DEU	56	Einzelkämpfer	M50	15	230	0:29:16	0:28:42	0:57:59	0:58:08	10,3	5,48
189	326	Seegers, Matthias	DEU	78		M30	36	231	0:29:16	0:28:43	0:57:59	0:58:08	10,3	5,48
190	464	Tils, Markus	DEU	77	SMASH-MAG.com	M30	37	232	0:28:58	0:29:04	0:58:02	0:58:41	10,3	5,48
191	317	Bastian, Dennis	DEU	80	UPS	M30	38	234	0:29:02	0:29:05	0:58:07	0:58:34	10,3	5,49
192	48	Quetting, Jörg	DEU	68		M40	37	235	0:28:49	0:29:28	0:58:17	0:59:04	10,3	5,50
193	482	Schurek, Eva-Maria	DEU	74		M35	36	236	0:29:43	0:28:39	0:58:23	0:58:37	10,3	5,50
194	384	Begir, Selman	DEU	81	Geberit Mapress GmbH	MHK	21	238	0:27:24	0:31:04	0:58:28	0:58:52	10,3	5,51
195	541	Alcantara, Philip	DEU	81	InterContinental Köln	MHK	22	239	0:32:59	0:25:30	0:58:29	0:59:12	10,3	5,51
196	531	Jagner, Johannes	DEU	50		M60	2	241	0:29:19	0:29:18	0:58:37	0:59:14	10,2	5,52
197	500	Werner, Wolfgang	DEU	60	BC Efferen	M50	16	242	0:29:07	0:29:31	0:58:38	0:59:20	10,2	5,52
198	570	Kämmerer, Michael	DEU	68		M40	38	243	0:28:33	0:30:18	0:58:51	0:58:56	10,2	5,53
199	497	Michalski, Patrick	DEU	80	Feuerwehr Lohmar	M30	39	244	0:27:28	0:31:24	0:58:52	0:59:11	10,2	5,53
200	77	Schwerdtfeger, Alexander	DEU	63		M45	33	246	0:28:28	0:30:33	0:59:02	0:59:34	10,2	5,54
201	218	Biesenbach, Ralf	DEU	61	Kaufhof	M45	34	247	0:28:52	0:30:11	0:59:03	0:59:12	10,2	5,54
202	681	Kuttner, Siegfried	DEU	59		M50	17	248	0:28:43	0:30:19	0:59:03	0:59:19	10,2	5,54
203	252	Marinas, Alfredo	DEU	69		M40	39	249	0:28:54	0:30:10	0:59:04	0:59:45	10,2	5,54
204	645	Wasser, Marcus	DEU	68		M40	40	250	0:29:42	0:29:26	0:59:09	0:59:54	10,1	5,55
205	278	Müller, Marc	DEU	88		MHK	23	257	0:28:28	0:31:13	0:59:41	0:59:51	10,1	5,58
206	1619	Aslan, Halil	DEU	64	UPS	M45	35	259	0:29:40	0:30:06	0:59:46	1:00:14	10,0	5,59
207	665	Kralik, Martin	DEU	74		M35	37	261	0:28:28	0:31:37	1:00:05	1:00:13	10,0	6,01
208	390	Staad, Lars	DEU	77	ONI Laufgruppe	M30	40	262	0:30:03	0:30:07	1:00:10	1:00:45	10,0	6,01
209	387	Kern, Thorsten	DEU	71	ONI Laufgruppe	M35	38	263	0:29:37	0:30:35	1:00:12	1:00:47	10,0	6,01
210	183	Gritzmann, Uwe	DEU	61		M45	36	264	0:30:58	0:29:15	1:00:13	1:00:59	10,0	6,01
211	455	Schirmer, Jürgen	DEU	65	MarathonMutanten	M45	37	265	0:30:34	0:29:45	1:00:20	1:00:58	9,9	6,02
212	427	Loesenbeck, Jan-Otto	DEU	67		M40	41	266	0:30:29	0:29:55	1:00:25	1:01:06	9,9	6,03
213	675	Golbach, Ralf	DEU	77		M30	41	267	0:30:36	0:29:49	1:00:26	1:01:00	9,9	6,03
214	379	Fischer, Hans-Jürgen	DEU	60	Geberit Mapress GmbH	M50	18	270	0:29:56	0:30:35	1:00:31	1:00:56	9,9	6,03
215	171	Weike, Marcel	DEU	95	gfx-dream.de	SchA	2	271	0:29:16	0:31:23	1:00:39	1:01:02	9,9	6,04
216	310	Scholl, Ronny	DEU	79	AG Wermelskirchen	M30	42	274	0:30:07	0:30:42	1:00:50	1:01:08	9,9	6,05
217	124	Klein, Walter	DEU	59		M50	19	275	0:30:28	0:30:25	1:00:53	1:01:37	9,9	6,05
218	123	Delogu, Giovanni	DEU	73		M35	39	276	0:30:28	0:30:24	1:00:53	1:01:37	9,9	6,05
219	632	Pieper, Norbert	DEU	65		M45	38	279	0:29:47	0:31:27	1:01:14	1:01:28	9,8	6,07
220	518	Standke, Olaf	DEU	64		M45	39	281	0:30:04	0:31:16	1:01:20	1:01:49	9,8	6,08
221	110	Volkmer, Rainer	DEU	61	LT Sommersberg	M45	40	282	0:30:47	0:30:37	1:01:24	1:01:46	9,8	6,08
222	186	Becker, Jörg	DEU	70	ESC Schneeflöckchen	M40	42	284	0:30:31	0:31:02	1:01:33	1:02:10	9,7	6,09
223	421	Becker, Richard	DEU	73	Badehaus Babylon	M35	40	287	0:30:14	0:31:40	1:01:54	1:02:04	9,7	6,11
224	420	Plohr, Martin	DEU	67	Badehaus Babylon	M40	43	288	0:30:14	0:31:40	1:01:54	1:02:03	9,7	6,11
225	573	Stoszek, Christof	DEU	66		M40	44	289	0:30:37	0:31:17	1:01:55	1:02:38	9,7	6,12
226	574	Heps, Ulrich	DEU	60		M50	20	290	0:30:38	0:31:17	1:01:56	1:02:38	9,7	6,12
227	353	Schattanik, Gerd	DEU	54	PV-Triathlon Witten	M55	7	291	0:30:50	0:31:10	1:02:01	1:02:45	9,7	6,12
228	288	Tsialkidis, Georgios	DEU	70	UPS	M40	45	292	0:30:10	0:31:52	1:02:02	1:02:31	9,7	6,12
229	416	Becker, Lukas	DEU	89	Karate-Do Overath e.V.	MHK	24	294	0:29:30	0:32:36	1:02:07	1:02:46	9,7	6,13
230	526	Kellner, Eduard	DEU	68	SC Janus e. V.	M40	46	295	0:30:31	0:31:43	1:02:14	1:02:59	9,6	6,13
231	448	Lüttge, Fred	DEU	48		M60	3	298	0:30:55	0:31:27	1:02:22	1:03:01	9,6	6,14
232	692	Bühmann, Magnus	DEU	77		M30	43	299	0:31:32	0:30:54	1:02:26	1:02:46	9,6	6,15
233	474	Klobukowski, Mark	DEU	77	Hellige Knäächte un Mägd e.V.	M30	44	300	0:30:26	0:32:00	1:02:26	1:02:50	9,6	6,15
234	181	Sander, Johannes	DEU	84		MHK	25	301	0:29:48	0:32:43	1:02:31	1:02:49	9,6	6,15
235	180	Kaden, Sebastian	DEU	82		MHK	26	302	0:29:48	0:32:43	1:02:32	1:02:49	9,6	6,15
236	554	Peters, Jan	DEU	81		MHK	27	303	0:31:29	0:31:20	1:02:50	1:03:30	9,5	6,17
237	187	Deiters, Lothar	DEU	34	GSV-Porz/Köln	M75	1	306	0:31:51	0:31:28	1:03:19	1:03:50	9,5	6,20

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
238	451	Plehn, Detlef	DEU	59	PV-Triathlon Witten	M50	21	307	0:31:02	0:32:23	1:03:25	1:04:10	9,5	6,21
239	671	Steinbeck, Martin	DEU	64		M45	41	309	0:29:50	0:33:41	1:03:32	1:03:42	9,4	6,21
240	313	Peter, Dirk	DEU	67		M40	47	313	0:32:49	0:30:51	1:03:40	1:04:27	9,4	6,22
241	263	Frances, Cédric	DEU	77		M30	45	314	0:31:55	0:31:56	1:03:51	1:04:13	9,4	6,23
242	147	Nagy, Jens	DEU	79	Team Kreissparkasse Köln	M30	46	315	0:31:55	0:31:58	1:03:53	1:04:13	9,4	6,23
243	388	Adamczyk, Jörg	DEU	68	ONI Laufgruppe	M40	48	318	0:31:43	0:32:18	1:04:01	1:04:36	9,4	6,24
244	494	Kimmerle, Götz	DEU	62		M45	42	319	0:29:45	0:34:18	1:04:03	1:04:25	9,4	6,24
245	249	Lesum, Hermann-Josef	DEU	49		M60	4	322	0:32:45	0:31:35	1:04:21	1:05:02	9,3	6,26
246	437	Lorenz, Helge	DEU	57		M50	22	325	0:32:11	0:32:11	1:04:22	1:05:06	9,3	6,26
247	382	Salewski, Jan	DEU	69	Geberit Mapress GmbH	M40	49	326	0:31:07	0:33:21	1:04:28	1:04:58	9,3	6,27
248	194	Alevrakis, Christo	DEU	62		M45	43	327	0:34:29	0:29:59	1:04:29	1:04:31	9,3	6,27
248	37	Dinslaken, Heinz-Jürgen	DEU	55	Hoppelala	M55	8	328	0:31:34	0:32:54	1:04:29	1:04:59	9,3	6,27
250	195	Schwensen, Dirk	DEU	64		M45	44	329	0:34:29	0:30:01	1:04:31	1:04:33	9,3	6,27
251	627	Jankees, Harlaar	DEU	57		M50	23	330	0:31:30	0:33:06	1:04:37	1:04:47	9,3	6,28
252	149	Garbe, Sebastian	DEU	79	Team Kreissparkasse Köln	M30	47	333	0:33:29	0:31:32	1:05:02	1:05:41	9,2	6,30
253	150	Schubert, Marco	DEU	70	Team Kreissparkasse Köln	M40	50	334	0:33:30	0:31:32	1:05:03	1:05:41	9,2	6,30
254	89	Hesseler, Karl-Peter	DEU	74	Hellige Knäächte un Mägde e.V.	M35	41	335	0:31:07	0:33:59	1:05:07	1:05:25	9,2	6,31
255	253	Uebber, Dieter	DEU	46		M60	5	341	0:33:35	0:32:37	1:06:13	1:06:43	9,1	6,37
256	530	Schroeder, Andreas	DEU	71	PV Triathlon Witten	M35	42	357	0:37:47	0:33:08	1:10:56	1:11:36	8,5	7,06
257	566	Lübke, Wolfgang	DEU	47		M60	6	358	0:36:23	0:34:34	1:10:57	1:11:33	8,5	7,06
258	177	Weisselberg, Willi	DEU	40	pro. baum	M70	1	359	0:34:17	0:36:50	1:11:07	1:11:19	8,4	7,07
259	557	Einsel, Ralf	DEU	66		M40	51	360	0:35:03	0:36:04	1:11:07	1:11:40	8,4	7,07
260	446	Groscurth, Jörg	DEU	70		M40	52	361	0:35:03	0:36:22	1:11:26	1:11:55	8,4	7,09
261	540	Niessen, Bernd	DEU	61	DRV Bund/Prüfdienst	M45	45	365	0:34:25	0:39:19	1:13:44	1:14:05	8,1	7,22
262	79	Schmidt, Wolfgang	DEU	57	Diakonie Michaelshoven	M50	24	371	0:36:32	0:40:37	1:17:09	1:17:27	7,8	7,43

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Frauen

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
1	690	Stöcker, Kathrin	DEU	67	LAZ Puma Troisdorf-Siegburg	W40	1	22	0:21:50	0:21:34	0:43:25	0:43:41	13,8	4,21
2	1886	Kopatschek, Anne	DEU	75		W35	1	27	0:21:50	0:21:59	0:43:49	0:43:49	13,7	4,23
3	666	Fabry, Sarah-Jane	DEU	84	LG Köln	WHK	1	32	0:22:36	0:21:42	0:44:19	0:44:39	13,5	4,26
4	236	Meinshausen, Maren	DEU	88	PV-Triathlon Witten	WHK	2	39	0:22:42	0:22:27	0:45:09	0:45:20	13,3	4,31
5	695	Steinbrecher, Viktoria	DEU	83	LAZ Puma Troisdorf-Siegburg	WHK	3	54	0:23:06	0:23:25	0:46:31	0:46:33	12,9	4,39
6	309	Ruckgaber, Esther	DEU	83		WHK	4	58	0:22:46	0:24:33	0:47:19	0:47:27	12,7	4,44
7	78	Klein, Alexandra/(Alex)	DEU	74	RC Rabenhain e.V.	W35	2	62	0:23:55	0:24:02	0:47:57	0:48:01	12,5	4,48
8	217	Antoniou, Stephanie	DEU	70		W40	2	75	0:24:02	0:24:56	0:48:58	0:49:01	12,2	4,54
9	528	Bleeser, Bianca	DEU	80		W30	1	82	0:24:29	0:24:57	0:49:26	0:49:28	12,1	4,57
10	630	Biciste, Dominique	DEU	81	Kreissparkasse Köln	WHK	5	90	0:24:32	0:25:42	0:50:15	0:50:34	11,9	5,02
11	329	Evers, Alexandra	DEU	85		WHK	6	116	0:25:38	0:26:23	0:52:02	0:52:12	11,5	5,12
12	602	Schreich, Eva	DEU	77	Fronrunner Cologne	W30	2	118	0:25:23	0:26:40	0:52:03	0:52:12	11,5	5,12
13	38	Schmidt, Martina	DEU	63		W45	1	123	0:25:53	0:26:22	0:52:15	0:52:26	11,5	5,14
15	498	Rosen, Sabine	DEU	77	42tausend / NAO PT	W30	3	137	0:26:17	0:26:37	0:52:54	0:53:12	11,3	5,17
16	535	Koch, Marcel	DEU	70		W40	3	141	0:27:07	0:25:56	0:53:03	0:53:44	11,3	5,18
17	276	Kesper-Kolb, Astrid	DEU	71		W35	3	146	0:26:46	0:26:29	0:53:16	0:53:56	11,3	5,20
18	337	Travers, Gabi	DEU	65	Köln Marathon Veranstaltungs-	W45	2	147	0:26:31	0:26:49	0:53:20	0:53:26	11,2	5,20
19	116	Püttner, Simona	DEU	64	SFD 75	W45	3	157	0:26:19	0:27:39	0:53:59	0:54:02	11,1	5,24
20	28	Pfeil, Nina	DEU	73		W35	4	158	0:26:52	0:27:10	0:54:02	0:54:37	11,1	5,24
21	346	Eschbach, Rita	DEU	64	Colognerunners	W45	4	161	0:26:52	0:27:13	0:54:06	0:54:31	11,1	5,25
22	442	Seis, Vanessa	DEU	85		WHK	7	163	0:26:34	0:27:35	0:54:10	0:54:12	11,1	5,25
23	336	Pamp, Eleonara	DEU	76		W30	4	164	0:26:51	0:27:22	0:54:13	0:54:25	11,1	5,25
24	689	Voss, Kerstin	DEU	69	Köln Marathon Veranstaltungs +	W40	4	170	0:27:05	0:27:22	0:54:27	0:54:33	11,0	5,27
25	291	Halbach, Rebecca	DEU	90	Greenpeace Wuppertal	WHK	8	171	0:30:38	0:24:03	0:54:42	0:56:10	11,0	5,28
26	447	Nick, Bettina	DEU	66	PV-Triathlon Witten	W40	5	172	0:27:21	0:27:21	0:54:42	0:55:22	11,0	5,28
27	106	Mansius, Christine	DEU	65	LAV Alfeld	W45	5	179	0:27:45	0:27:23	0:55:08	0:55:41	10,9	5,31
28	622	Himmelreich, Anne	DEU	86	Köln Marathon	WHK	9	182	0:27:17	0:27:56	0:55:14	0:55:22	10,9	5,31
29	107	Kopp, Isabella	DEU	65		W45	6	183	0:27:30	0:27:46	0:55:17	0:55:49	10,9	5,32
30	397	Marenbach, Helga	DEU	54		W55	1	189	0:28:40	0:26:48	0:55:28	0:56:03	10,8	5,33
31	227	Lamberty, Ines	DEU	79	Bundespolizei Köln	W30	5	192	0:27:35	0:28:01	0:55:36	0:55:43	10,8	5,34
32	593	Jost, Lara	DEU	84		WHK	10	193	0:27:01	0:28:37	0:55:38	0:55:39	10,8	5,34
33	92	Roese, Anja	DEU	74		W35	5	203	0:27:59	0:28:28	0:56:27	0:56:35	10,6	5,39
34	357	Drees, Bärbel	DEU	64		W45	7	206	0:28:50	0:27:48	0:56:39	0:56:59	10,6	5,40
35	109	Dahmen, Felia	DEU	84		WHK	11	209	0:28:55	0:27:48	0:56:43	0:56:49	10,6	5,40
36	311	Heibing, Anne	DEU	54	PV-Triathlon Witten	W55	2	210	0:27:43	0:29:02	0:56:45	0:57:25	10,6	5,41
37	484	Berling, Doris	DEU	65	Uniklinik Köln	W45	8	213	0:28:28	0:28:34	0:57:03	0:57:06	10,5	5,42
38	362	Nissen, Nicole	DEU	73		W35	6	214	0:28:28	0:28:36	0:57:04	0:57:07	10,5	5,42
39	325	Jahn-Gatzen, Judith	DEU	76		W30	6	220	0:29:14	0:28:01	0:57:16	0:57:50	10,5	5,44
40	68	Dorschel, Julia	DEU	82		WHK	12	223	0:28:35	0:28:54	0:57:29	0:57:34	10,4	5,45
41	26	Malig, Susanne	DEU	67		W40	6	225	0:28:59	0:28:46	0:57:46	0:58:15	10,4	5,47
42	483	Klünter, Lena	DEU	80		W30	7	228	0:28:38	0:29:14	0:57:53	0:58:15	10,4	5,47
43	152	Biermann, Julia	DEU	80		W30	8	233	0:29:34	0:28:30	0:58:05	0:58:27	10,3	5,49
44	467	Chrzonaszcz, Jennifer	DEU	82		WHK	13	237	0:28:30	0:29:56	0:58:26	0:58:29	10,3	5,51
45	565	Nonn, Julia	DEU	83	Moveguard	WHK	14	240	0:28:49	0:29:44	0:58:34	0:58:44	10,2	5,51
46	165	Kleist, Barbara	DEU	50	PV-Triathlon Witten	W60	1	245	0:29:39	0:29:14	0:58:53	0:59:22	10,2	5,53
47	239	Lippold, Karoline	DEU	64		W45	9	251	0:29:26	0:29:52	0:59:18	0:59:49	10,1	5,56
48	238	Heidkamp, Eva-Maria	DEU	54		W55	3	252	0:29:27	0:29:51	0:59:19	0:59:49	10,1	5,56
49	489	Tiedau, Marina	DEU	77		W30	9	253	0:28:55	0:30:30	0:59:26	0:59:34	10,1	5,57
50	245	Klein, Kristina	DEU	81		WHK	15	254	0:29:53	0:29:41	0:59:34	1:00:07	10,1	5,57
51	372	Krisor, Sandra	DEU	75		W35	7	255	0:29:40	0:29:59	0:59:39	0:59:56	10,1	5,58
52	371	Reichert, Anke	DEU	69		W40	7	256	0:29:39	0:30:00	0:59:39	0:59:56	10,1	5,58
53	235	Höhner, Elena	DEU	61		W45	10	258	0:29:18	0:30:28	0:59:46	0:59:57	10,0	5,59
54	468	Kaden, Svenja	DEU	74		W35	8	260	0:30:01	0:29:51	0:59:53	1:00:19	10,0	5,59
55	74	Bolz-Friedmann, Carina	DEU	69		W40	8	268	0:29:33	0:30:56	1:00:30	1:00:47	9,9	6,03
56	385	Schürmann, Sabine	DEU	63	Geberit Mapress GmbH	W45	11	269	0:29:57	0:30:34	1:00:31	1:00:56	9,9	6,03
57	628	Bagert, Annette	DEU	69	Südstadtläufer	W40	9	272	0:29:24	0:31:20	1:00:44	1:00:51	9,9	6,04
58	173	Harms, Daniela	DEU	76		W30	10	273	0:30:07	0:30:42	1:00:49	1:01:08	9,9	6,05
59	508	Leikert, Karin	DEU	63		W45	12	277	0:30:18	0:30:46	1:01:05	1:01:31	9,8	6,07

10 km Lauf

Gesamtübersicht

gedruckt 28.08.2010 19:42:27

Frauen

Platz	Startnr	Name, Vorname	Nat	Jg	Verein/*Ort	Ak	Pl-Ak	Pos	Runde1	Runde2	Netto	Brutto	km/h	min/km
60	87	Peukert, Manuela	DEU	73	Hellige Knäächte un Mägde e.V.	W35	9	278	0:30:03	0:31:01	1:01:05	1:01:31	9,8	6,07
61	211	Michels, Elisabeth	DEU	81		WHK	16	280	0:30:04	0:31:15	1:01:20	1:01:49	9,8	6,08
62	394	Köhne, Ulla	DEU	62	ONI Laufgruppe	W45	13	283	0:30:22	0:31:09	1:01:31	1:01:35	9,8	6,09
63	709	Grimm, Petra	DEU	64		W45	14	285	0:29:22	0:32:13	1:01:36	1:01:40	9,7	6,10
64	175	Peters, Bernadette	DEU	62		W45	15	286	0:31:45	0:29:57	1:01:43	1:02:15	9,7	6,10
65	161	Klute, Nina	DEU	75		W35	10	293	0:29:46	0:32:16	1:02:03	1:02:07	9,7	6,12
66	580	Rüdiger, Tabea	DEU	81		WHK	17	296	0:31:22	0:30:55	1:02:17	1:03:03	9,6	6,14
67	449	Wegener, Elisabeth	DEU	50		W60	2	297	0:30:54	0:31:28	1:02:22	1:03:00	9,6	6,14
68	461	Bäuerlen, Jana	DEU	79		W30	11	304	0:30:52	0:31:58	1:02:51	1:03:04	9,5	6,17
69	522	Santamaria, Jana	DEU	79	42tausend/NAO PT	W30	12	305	0:30:45	0:32:34	1:03:19	1:03:38	9,5	6,20
70	243	Axmacher, Barbara	DEU	66	UPS	W40	10	308	0:29:46	0:33:44	1:03:30	1:03:57	9,4	6,21
71	347	Kierspel, Renate	DEU	66	DHL Express Germany	W40	11	310	0:32:04	0:31:28	1:03:32	1:03:53	9,4	6,21
72	324	Denner, Ricarda	DEU	60	PV-Triathlon Witten	W50	1	311	0:33:45	0:29:50	1:03:35	1:04:14	9,4	6,22
73	146	Funken, Tanja	DEU	73	Team Kreissparkasse Köln	W35	11	312	0:31:40	0:31:58	1:03:38	1:04:12	9,4	6,22
74	510	Clever, Waltraud	DEU	66		W40	12	316	0:32:04	0:31:49	1:03:53	1:04:20	9,4	6,23
75	555	Hammer, Sarah	DEU	82		WHK	18	317	0:31:29	0:32:25	1:03:54	1:04:34	9,4	6,23
76	254	Fehrenschild, Dagmar	DEU	84		WHK	19	320	0:31:55	0:32:16	1:04:11	1:04:32	9,3	6,25
77	255	Wengler, Annelene	DEU	83		WHK	20	321	0:31:55	0:32:15	1:04:11	1:04:32	9,3	6,25
78	486	Krause, Carina	DEU	81		WHK	21	323	0:33:41	0:30:40	1:04:21	1:04:47	9,3	6,26
79	485	Weber, Silke	DEU	82		WHK	22	324	0:33:41	0:30:40	1:04:22	1:04:46	9,3	6,26
80	404	Jost, Frederike	DEU	81	Beeline Runners	WHK	23	331	0:32:33	0:32:03	1:04:37	1:04:57	9,3	6,28
81	43	Mecker, Heike	DEU	75		W35	12	332	0:32:10	0:32:38	1:04:49	1:05:03	9,3	6,29
82	629	Höpke, Stefanie	DEU	77		W30	13	336	0:33:24	0:31:44	1:05:08	1:05:35	9,2	6,31
83	383	Mgimwa, Gertruda	DEU	77	Geberit Mapress GmbH	W30	14	337	0:34:20	0:30:55	1:05:15	1:05:39	9,2	6,32
84	444	Kremer, Tina	DEU	67		W40	13	338	0:31:41	0:33:38	1:05:19	1:06:07	9,2	6,32
85	120	Weber, Ulrike	DEU	65		W45	16	339	0:31:45	0:33:44	1:05:30	1:05:34	9,2	6,33
86	204	Beikirch, Linda	DEU	83		WHK	24	340	0:32:09	0:33:48	1:05:58	1:06:10	9,1	6,36
87	509	Meyer, Gudrun	DEU	66		W40	14	342	0:32:35	0:33:43	1:06:19	1:06:44	9,0	6,38
88	682	Hahlweg, Hildegard	DEU	73	ASG Elsdorf	W35	13	343	0:32:51	0:33:34	1:06:25	1:06:55	9,0	6,39
89	674	Cafaro, Rosa-Luciana	DEU	69		W40	15	344	0:34:16	0:32:32	1:06:49	1:07:01	9,0	6,41
90	322	Kontelezidis, Antonella	DEU	67	PV-Triathlon Witten	W40	16	345	0:33:43	0:33:17	1:07:01	1:07:41	9,0	6,42
91	91	Hennig, Christina	DEU	81	Hellige Knäächte un Mägde e.V.	WHK	25	346	0:33:33	0:34:03	1:07:37	1:08:00	8,9	6,46
92	153	Baumfalk, Beate	DEU	78		W30	15	347	0:34:41	0:33:05	1:07:46	1:08:16	8,9	6,47
93	100	Naumer, Beate	DEU	67	LT Saaler Mühle	W40	17	348	0:34:06	0:34:31	1:08:37	1:09:01	8,7	6,52
94	259	Wengler, Margarete	DEU	86		WHK	26	349	0:34:41	0:34:12	1:08:54	1:09:17	8,7	6,53
95	564	Kühnemund, Mareike	DEU	81		WHK	27	350	0:33:08	0:36:15	1:09:23	1:09:40	8,6	6,56
96	99	Beermann, Michaela	DEU	63		W45	17	351	0:33:41	0:35:58	1:09:39	1:09:55	8,6	6,58
97	296	Haase, Astrid	DEU	69		W40	18	352	0:32:28	0:37:16	1:09:45	1:10:03	8,6	6,59
98	96	Neumann, Bettina	DEU	69		W40	19	353	0:34:12	0:35:37	1:09:50	1:10:40	8,6	6,59
99	174	Wolter, Claudia	DEU	65		W45	18	354	0:35:14	0:34:50	1:10:05	1:10:36	8,6	7,01
100	108	Freytag, Claudia	DEU	67		W40	20	355	0:34:42	0:35:25	1:10:07	1:10:37	8,6	7,01
101	640	Könemann, Susanne	DEU	68		W40	21	356	0:34:57	0:35:53	1:10:51	1:11:04	8,5	7,05
102	176	Peters, Elke	DEU	65		W45	19	362	0:35:40	0:36:00	1:11:40	1:12:14	8,4	7,10
103	375	Perchthaler, Catharina	DEU	69	Greenpeace Köln	W40	22	363	0:36:42	0:35:04	1:11:46	1:11:53	8,4	7,11
104	352	Drozdowski, Ursula	DEU	55	PV Triathlon Witten	W55	4	364	0:37:48	0:34:22	1:12:10	1:12:51	8,3	7,13
105	307	Dr. Kaiser, Claudia	DEU	75		W35	14	366	0:35:56	0:39:06	1:15:03	1:15:36	8,0	7,30
106	105	Schmitt, Kathrin	DEU	78		W30	16	367	0:35:45	0:40:37	1:16:22	1:17:04	7,9	7,38
107	90	Tutino, Lucia	DEU	77	Hellige Knäächte un Mägde e.V.	W30	17	368	0:38:31	0:37:51	1:16:23	1:16:48	7,9	7,38
108	696	Fisahn, Jennifer	DEU	86	PV-Trithlon Witten	WHK	28	369	0:38:11	0:38:23	1:16:34	1:17:16	7,8	7,39
109	423	Lorenz, Jola	DEU	64	PV-Triathlon Witten	W45	20	370	0:38:12	0:38:51	1:17:03	1:17:47	7,8	7,42
110	237	Schul, Heike	DEU	59	PV-Triathlon Witten	W50	2	372	0:38:40	0:41:04	1:19:45	1:20:28	7,5	7,59
111	694	Reissland, Roberta	DEU	72	PV-Trithlon Witten	W35	15	373	0:38:40	0:41:04	1:19:45	1:20:28	7,5	7,59
112	661	Landa, Ana-Maria	DEU	56		W50	3	374	0:45:23	0:50:25	1:35:48	1:36:48	6,3	9,35