



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
1 (2039)	BREUNUNG, Dirk	1976	Team Erdinger Alkoholfrei	0:35:21.96	<b>00:35:25</b>
2 (2357)	WESTERHAUSEN, Thomas	1984	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:21.96	<b>00:36:23</b>
3 (568)	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	0:36:31.52	<b>00:36:35</b>
4 (587)	SIMSSICH, Erik	1985	LG Telis Finanz Regensburg	0:36:50.58	<b>00:36:54</b>
5 (2295)	SCHNEIDER, Norbert	1968	Laufsport Bunert - Der Kölner Laifl	0:37:11.74	<b>00:37:12</b>
6 (218)	TRAUTMANN, Georg	1983	Tri Power Rhein Sieg	0:37:29.38	<b>00:37:31</b>
7 (574)	KOUBAA, Sanaa	1989	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:37:33.31	<b>00:37:36</b>
8 (620)	APPELHANS, Daniel	1992	ASV Köln	0:37:44.98	<b>00:37:48</b>
9 (2018)	BENDER, Dennis	1982	ASV Köln Triathlon	0:37:57.80	<b>00:38:01</b>
10 (583)	FISCHER, Jan	1991	Tri Power Rhein Sieg	0:38:23.06	<b>00:38:25</b>
11 (275)	BULLACH, Andrej	1969	LG Hückeswagen	0:38:30.34	<b>00:38:31</b>
12 (2144)	KANNAPINN, Daniel	1968	Selbstläufer SV Altenahr	0:38:28.95	<b>00:38:33</b>
13 (2312)	SOMMERSHOF, Joachim	1963	PSV Bonn Triathlon	0:38:46.24	<b>00:38:48</b>
14 (615)	ARENZ, Jens	1969		0:38:46.30	<b>00:38:50</b>
15 (575)	MERTESACKER, Andreas	1990	76 runergy Laufteam	0:38:55.18	<b>00:38:58</b>
16 (588)	SOETHOUT, Jana	1989	LG Telis Finanz Regensburg	0:39:07.51	<b>00:39:08</b>
17 (2199)	LEIENDECKER, Matthias	1986	Aachen hat Ausdauer	0:39:10.64	<b>00:39:15</b>
18 (244)	KAHLEN, Sebastian	1991	Metzgerrei "Derichs"	0:39:14.41	<b>00:39:16</b>
19 (2223)	MOHR, Benjamin	1988	Aachen hat Ausdauer	0:39:15.70	<b>00:39:20</b>
20 (2152)	KIEHLE, Christian	1976		0:39:16.63	<b>00:39:21</b>
21 (2421)	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln Triathlon	0:39:30.49	<b>00:39:34</b>
22 (2262)	PÜTZ, David	1993		0:39:21.13	<b>00:39:35</b>
23 (2194)	LAND, Matthias	1980	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:39:50.98	<b>00:39:56</b>
24 (2409)	ENGELBRACHT, Frank	1965	Schwelmer Jungs	0:39:54.95	<b>00:39:59</b>
25 (2095)	GREWE, Marc	1971	Union Biesfeld Triathlon	0:40:04.13	<b>00:40:08</b>
26 (586)	SCHNEIDER, Tina	1990	TuS Deuz	0:40:15.18	<b>00:40:18</b>
27 (2275)	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	0:40:16.81	<b>00:40:19</b>
28 (170)	KNAUF, Albert	1964		0:40:20.67	<b>00:40:22</b>
29 (2259)	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	0:40:21.23	<b>00:40:24</b>
30 (259)	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	0:40:29.71	<b>00:40:33</b>
31 (2415)	MAUTER, Jörg	1965	Wiehltaler LC	0:40:41.69	<b>00:40:45</b>
32 (2444)	GILLEN, Philippe	1989	MACH3 Köln e.V.	0:40:54.30	<b>00:40:58</b>
33 (2147)	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	0:40:59.06	<b>00:41:03</b>
34 (283)	KOPATSCHEK, Anne	1975	MACH3 Köln e.V.	0:40:58.88	<b>00:41:04</b>
35 (2139)	JAHNKE, Luca	1993		0:40:52.98	<b>00:41:06</b>
36 (1224)	HINTSCH, Thorsten	1973		0:41:06.92	<b>00:41:12</b>
37 (630)	FRITZ, Thomas	1975	LSG Wind	0:41:10.04	<b>00:41:15</b>
38 (2332)	VAN DE LOO, Robin	1992	SSF Bonn Triathlon	0:41:10.28	<b>00:41:18</b>
39 (2129)	HOLTHOFF, Carsten	1976	LG Monheim / Baumberg	0:41:16.50	<b>00:41:21</b>
40 (2228)	MÜLLER, Josef	1968	LT Graftschaft	0:41:23.68	<b>00:41:24</b>
41 (2132)	HUNOLD, Maximilian	1989		0:41:21.32	<b>00:41:28</b>
42 (563)	PUTZ, Harry	1959		0:41:25.75	<b>00:41:31</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
43 (2059)	DICKMEIS, Michael	1984	SSF Bonn Triathlon	0:41:26.15	<b>00:41:32</b>
44 (631)	DELI, Houssain	1979	LSG Wind	0:41:32.23	<b>00:41:33</b>
45 (2439)	DUDLEY, Richard	1961	LG Donatus Erftstadt	0:41:31.51	<b>00:41:33</b>
46 (253)	MAURER, Sam	1995	TFG 1878 Köln-Nippes	0:41:31.65	<b>00:41:33</b>
47 (2036)	BRÄUTIGAM, Dr. Claus	1969	TFG 1878 Köln-Nippes	0:41:26.53	<b>00:41:33</b>
48 (2207)	MÄDJE, Ingo	1963	Union Biesfeld Triathlon	0:41:38.86	<b>00:41:41</b>
49 (2117)	HILLERINGMANN, Mark	1988	Troisdorfer LG	0:41:39.94	<b>00:41:42</b>
50 (2442)	FRENZ, Andreas	1969	SG Bundesfinanzministerium	0:41:44.24	<b>00:41:46</b>
51 (570)	KRÖHNERT, Klaus	1958	TSV Weiss-Köln	0:41:47.94	<b>00:41:48</b>
52 (176)	CASTELLANETA, Mario	1980	LSG Wind Immobilien	0:41:53.58	<b>00:41:58</b>
53 (549)	HARTMANN, Frederick	1968	TV Refrath	0:41:38.60	<b>00:42:00</b>
54 (162)	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St.Augustin	0:41:51.60	<b>00:42:01</b>
55 (2203)	LOHMANN, Peter	1965	SC Bayer 05 Uerdingen	0:42:03.84	<b>00:42:05</b>
56 (605)	VAN MUNSTER, Gerrit	1957	LG Hückeswagen	0:42:05.48	<b>00:42:07</b>
57 (2068)	DONATH, Aurelius	1958		0:42:00.06	<b>00:42:09</b>
58 (2182)	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	0:42:09.22	<b>00:42:14</b>
59 (2306)	SIEBERT, Steve	1988		0:42:20.30	<b>00:42:30</b>
60 (2049)	CHRISTEN, Peter	1964	Kölner Ausdauer- u. Laufschule	0:42:21.58	<b>00:42:34</b>
61 (2158)	KIRSCHKE, Gerd	1956	SV Wuppertal Neuenhof	0:42:37.01	<b>00:42:40</b>
62 (2031)	BOVO, Frank	1968		0:42:39.84	<b>00:42:46</b>
63 (280)	GRÜNE, Ansgar	1974	PSV Bonn Triathlon	0:42:31.08	<b>00:42:48</b>
64 (2187)	KULLE, Marcus	1972	SV AXA Köln	0:42:43.33	<b>00:42:50</b>
65 (254)	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	0:42:40.80	<b>00:42:51</b>
66 (2243)	OTTEN, Sylvia	1981	Laufsport Bunert - Der Kölner Lauf	0:42:48.04	<b>00:42:52</b>
67 (2021)	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebilly	0:42:47.99	<b>00:42:53</b>
68 (536)	PRETORIUS, Dirk	1969		0:42:47.17	<b>00:42:56</b>
69 (182)	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	0:42:54.36	<b>00:42:58</b>
70 (2441)	FRANZ, Einiko	1975	Lauftreff 1. FC Spich	0:42:55.59	<b>00:43:01</b>
71 (2256)	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße	0:42:59.34	<b>00:43:14</b>
72 (2359)	WICHMANN, Thomas	1967	Lauftreff Köln Süd	0:43:03.80	<b>00:43:16</b>
73 (557)	NIELSEN, Jens	1968		0:43:06.86	<b>00:43:18</b>
74 (576)	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn	0:43:10.00	<b>00:43:21</b>
75 (2076)	FETTING, Stefan	1964	Feuerwehr Königswinter	0:43:21.58	<b>00:43:27</b>
76 (2153)	KIESEL, Ralf	1959		0:42:58.89	<b>00:43:29</b>
77 (2197)	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	0:43:23.19	<b>00:43:32</b>
78 (2035)	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM Essen	0:43:30.07	<b>00:43:39</b>
79 (2235)	NEUENFELDT, Norbert	1967	Team CGN-Radsport	0:43:22.27	<b>00:43:40</b>
80 (2073)	EßER, André	1976	Team Luftwaffe	0:43:38.04	<b>00:43:48</b>
81 (263)	STEINS, Dennis	1995	Metzgerrei "Derichs"	0:43:46.81	<b>00:43:49</b>
82 (2232)	NEIS, Markus	1967		0:43:42.40	<b>00:43:50</b>
83 (2205)	LÜBBERT, Mark	1979		0:43:50.39	<b>00:43:57</b>
84 (2405)	BLÖMEN, Jeanette	1983		0:43:46.61	<b>00:43:59</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
85 (547)	NIEDESWIPPER, Harald	1962		0:44:05.24	<b>00:44:06</b>
86 (554)	GROENENWALD, Klaus	1958		0:43:44.14	<b>00:44:08</b>
87 (2032)	BRANG, Michael	1971	LT Graftschaft	0:44:10.43	<b>00:44:16</b>
88 (159)	HUSEMANN, Georg	1968		0:43:48.41	<b>00:44:17</b>
89 (300)	WOLFF, Martin	1970	SV Bergisch Gladbach 1920/71	0:44:16.66	<b>00:44:21</b>
90 (2438)	DREUTH, Christoph	1980	Running for Matilda	0:44:22.83	<b>00:44:27</b>
91 (2455)	LAST, Christoph	1977	TSG Valbert	0:44:27.42	<b>00:44:30</b>
92 (571)	SAJITZ, Olaf	1975	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:44:24.92	<b>00:44:32</b>
93 (2437)	DREES, Volker	1966	Team TriWo	0:44:36.07	<b>00:44:42</b>
94 (2098)	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach 1920/71	0:44:38.91	<b>00:44:46</b>
95 (2297)	SCHNEIDER, Marco	1978	LSM Libur	0:44:37.89	<b>00:44:49</b>
96 (2237)	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		0:44:43.96	<b>00:44:50</b>
97 (594)	DOIL, Carsten	1966	TS 79 Bergisch Gladbach	0:44:31.46	<b>00:44:50</b>
98 (516)	STIEGLER, Daniel	1985	LT Saaler Mühle	0:44:33.99	<b>00:44:51</b>
99 (181)	ALTHOFF, Kerstin	1971	SSK Kerpen	0:44:38.97	<b>00:44:56</b>
100 (2303)	SCHUSTER, Fabian	1982		0:44:55.26	<b>00:45:00</b>
101 (2167)	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine e.V.	0:44:35.41	<b>00:45:05</b>
102 (175)	PÜTZ, Tim	1996		0:44:59.84	<b>00:45:07</b>
103 (1028)	MÜLLER, Till	1993		0:44:55.25	<b>00:45:10</b>
104 (295)	THIELEN, Christopher	1989		0:45:00.35	<b>00:45:11</b>
105 (2025)	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Graftschaft	0:44:55.89	<b>00:45:15</b>
106 (306)	LATTICH, Klaus	1973		0:45:09.80	<b>00:45:18</b>
107 (2382)	MANTHEI, Christian	1962	ERGO sports Köln	0:45:19.33	<b>00:45:33</b>
108 (621)	HOICHEIM, Martin	1983	ASV Köln	0:45:01.47	<b>00:45:34</b>
109 (222)	BAARS, Henning	1971		0:45:24.40	<b>00:45:41</b>
110 (2410)	GLOMB, Bodo	1963		0:45:34.68	<b>00:45:47</b>
111 (305)	GRÖNE, Sascha	1994		0:45:40.25	<b>00:45:48</b>
112 (2004)	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners	0:45:23.31	<b>00:45:49</b>
113 (573)	SCHRETZMAIR, Timo	1978		0:45:45.23	<b>00:45:50</b>
114 (535)	WASCHULL, Mario	1973	Team Laufcampus	0:45:14.16	<b>00:45:54</b>
115 (580)	FISCHER, Bernd	1958	Tri Power Rhein Sieg	0:45:46.01	<b>00:45:58</b>
116 (454)	RENTERGENT, Carola	1963	SG	0:45:51.09	<b>00:45:58</b>
117 (2362)	WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	0:45:59.01	<b>00:46:00</b>
118 (2420)	OVER, Bernd	1976	Team TriWo	0:46:00.59	<b>00:46:01</b>
119 (2061)	DINTER, Martin	1967		0:45:47.26	<b>00:46:05</b>
120 (2236)	NICKLICH, Philipp	1991	Organspende rettet Leben!	0:45:52.43	<b>00:46:05</b>
121 (2227)	MÜLLER, Michael	1972	Union Biesfeld Triathlon	0:46:03.84	<b>00:46:09</b>
122 (224)	BLANZ, Sandra	1983	CrossAthlet	0:45:38.57	<b>00:46:09</b>
123 (2107)	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	0:45:57.47	<b>00:46:14</b>
124 (1007)	DUBIEL, Jaroslaw	1971		0:46:09.31	<b>00:46:14</b>
125 (246)	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen Triathlon	0:46:11.00	<b>00:46:19</b>
126 (2218)	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Comrades Grandmaster	0:46:07.08	<b>00:46:20</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
127 (2077)	FEULBACH, Frank	1965		0:46:19.99	<b>00:46:31</b>
128 (2122)	HOCHKÖPPER, Oliver	1980	Team Luftwaffe	0:46:30.45	<b>00:46:40</b>
129 (551)	BOHR, Oliver	1968	Vorwärts Köln	0:46:26.37	<b>00:46:43</b>
130 (284)	KUTHE, Thorsten	1972		0:46:14.16	<b>00:46:48</b>
131 (593)	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	0:46:44.07	<b>00:46:57</b>
132 (592)	DREESBACH, Rudolf	1966	LT Siebengebirge	0:46:44.65	<b>00:46:58</b>
133 (611)	REGLIN, Alexander	1976	LLG St.Augustin	0:46:44.54	<b>00:46:59</b>
134 (509)	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:53.04	<b>00:47:01</b>
135 (2087)	GEIßJER, Jakob	1962	Männer	0:46:58.03	<b>00:47:06</b>
136 (2131)	HÜLLEN, Jürgen	1962	SG GFC DÜREN	0:46:52.58	<b>00:47:12</b>
137 (1025)	KONSTANTYNOVSKI, Kostyantín	1985	Team Erdinger Alkoholfrei	0:47:07.61	<b>00:47:14</b>
138 (603)	EL YADARI, Adnane	1975		0:47:12.87	<b>00:47:17</b>
139 (2338)	VIANDEN, Wolfgang	1965	andare sport	0:46:36.80	<b>00:47:18</b>
140 (1019)	JAHNS, Peter	1960		0:46:55.30	<b>00:47:19</b>
141 (2301)	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	Tri Club Wuppertal	0:47:16.35	<b>00:47:21</b>
142 (2082)	FLOßBACH, Heinz	1967		0:47:06.38	<b>00:47:32</b>
143 (596)	SOETHOUT, Guido	1955	Laufmonster	0:47:23.59	<b>00:47:36</b>
144 (2070)	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:47:31.77	<b>00:47:38</b>
145 (2177)	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel	0:47:22.21	<b>00:47:38</b>
146 (2258)	PLAZINSKI, Gerhard	1975		0:47:25.51	<b>00:47:39</b>
147 (257)	PROBST, Florian	1975	CrossAthlet	0:47:10.77	<b>00:47:41</b>
148 (2069)	DREESBACH, Dirk	1968	LC Weilerswist	0:46:53.85	<b>00:47:44</b>
149 (2143)	KAMMLER, Reinhard	1963		0:47:40.13	<b>00:47:47</b>
150 (2210)	MARCUS, Holger	1964	TRlandertaler	0:47:47.55	<b>00:47:59</b>
151 (2168)	KÖNGETER, Hans	1954	SCB Horrem	0:47:17.74	<b>00:48:00</b>
152 (2211)	MAURER, Franz	1955	LT Graftschaft	0:47:48.60	<b>00:48:01</b>
153 (1006)	CAMEN, Verena	1993	Swim-Team Hamm	0:47:51.76	<b>00:48:03</b>
154 (1020)	JAUKE, Alexander	1976	ASV Köln Lauftreff	0:47:22.11	<b>00:48:03</b>
155 (2265)	RAUTENBERG, Stefan	1967	A.Schulman GmbH	0:47:32.74	<b>00:48:06</b>
156 (2159)	KLAUS, Tobias	1987		0:48:02.29	<b>00:48:08</b>
157 (579)	HARKENBROICH, Wolfgang	1960		0:47:59.33	<b>00:48:11</b>
158 (2250)	PESCHEL, Sascha	1979	PSYX	0:47:55.89	<b>00:48:12</b>
159 (473)	KIMMERLE, Helmut	1958		0:47:51.38	<b>00:48:13</b>
160 (189)	HEINRICH, Tina	1974		0:48:07.34	<b>00:48:14</b>
161 (531)	MESSING, Uli	2001		0:48:00.10	<b>00:48:22</b>
162 (493)	SOKR MONTE, Jorge	1963	Wermelskirchen	0:48:12.81	<b>00:48:26</b>
163 (1012)	FOCHT, Tim	1992		0:48:03.09	<b>00:48:32</b>
164 (1046)	VERNIKOV, Sonja	2001		0:48:34.49	<b>00:48:36</b>
165 (225)	DANIELS, Anke	1974	Kölner Turnerschaft von 1843	0:48:20.09	<b>00:48:40</b>
166 (2331)	VALKYSER, Christof	1966	TV Herkenrath	0:48:33.88	<b>00:48:40</b>
167 (2440)	EIDMANN, Volker	1960		0:48:31.81	<b>00:48:41</b>
168 (2119)	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen	0:48:18.03	<b>00:48:45</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
169 (2263)	QUITZAU, Julia	1978		0:48:38.64	<b>00:48:46</b>
170 (2450)	JUCHEM, Philipp	1992		0:48:30.86	<b>00:48:49</b>
171 (273)	N.N., 273	1901	bitte melden	0:48:50.63	<b>00:48:51</b>
172 (548)	MÜLLER, Ralph	1963	LT Düsseldorf Süd	0:47:57.46	<b>00:48:57</b>
173 (584)	WOLBER, Kalli	1963	Lucas Runners	0:48:59.05	<b>00:49:03</b>
174 (2343)	VOLMER, Martin	1977		0:48:44.14	<b>00:49:03</b>
175 (2313)	SPANKA, Jürgen	1964		0:48:47.29	<b>00:49:03</b>
176 (226)	DRESCHER, Marvin	1995		0:48:40.05	<b>00:49:04</b>
177 (1081)	KEVERPÜTZ, Sascha	1971		0:48:19.08	<b>00:49:05</b>
178 (629)	RESCH, Kilian	1961		0:48:58.20	<b>00:49:06</b>
179 (2214)	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	0:48:53.33	<b>00:49:06</b>
180 (578)	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	0:48:55.35	<b>00:49:07</b>
181 (533)	KIEHNE, Alexander	1995		0:48:38.90	<b>00:49:08</b>
182 (2426)	WELLER, Michael	1960	ASG Altenkirchen	0:48:57.96	<b>00:49:21</b>
183 (307)	ACHENBACH, Philip	1994		0:48:59.32	<b>00:49:24</b>
184 (258)	RILL, Samuel	1994		0:48:58.73	<b>00:49:26</b>
185 (561)	BOWIKOWSKI, Matthias	1963		0:48:58.59	<b>00:49:29</b>
186 (2285)	SCHEPERS, Thomas	1965	1. Kölner Laufstall	0:48:56.98	<b>00:49:29</b>
187 (534)	CAUSEMANN, Leon	1995		0:49:01.37	<b>00:49:30</b>
188 (2447)	HUSS, Klaus	1967	TuS Köln rrh.	0:49:02.50	<b>00:49:32</b>
189 (589)	ALI ABALI, Mohammed	1994	LT Graftschaft	0:49:29.43	<b>00:49:34</b>
190 (2268)	RIDDER, Felix	1978	Koldinger Jungs	0:49:07.89	<b>00:49:37</b>
191 (1031)	PFEIFFER, Axel	1974	SV AXA Köln	0:49:07.18	<b>00:49:38</b>
192 (585)	BOCK, Svenja	1988	Kölner Triathlon Team 01 e.V.	0:49:30.39	<b>00:49:43</b>
193 (1034)	RINK, Isabel	1994		0:49:16.53	<b>00:49:43</b>
194 (2075)	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	0:49:38.11	<b>00:49:44</b>
195 (581)	PIOTROWSKI, Wolfgang	1954	KT 43 Köln	0:49:32.82	<b>00:49:46</b>
196 (2002)	ALTMANN, Markus	1982	Fußball-Verband Mittelrhein	0:49:19.78	<b>00:49:47</b>
197 (199)	RITTER, Daniela	1974	SV Hellas Siegburg	0:49:35.39	<b>00:49:50</b>
198 (2329)	TROST, Stefan	1958	Laufzentrum Martinstraße	0:49:36.26	<b>00:49:52</b>
199 (556)	UNGER, Stefan	1962	LC Weilerswist	0:49:28.54	<b>00:49:53</b>
200 (2381)	BOELTER, Thomas	1963	ERGO sports Köln	0:49:37.18	<b>00:49:58</b>
201 (168)	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	0:49:52.25	<b>00:49:59</b>
202 (2201)	LICHT, Martin	1970	G+ Running / Laufen	0:49:49.70	<b>00:50:04</b>
203 (2383)	VON NISWANDT, Timo	1973	ERGO sports Köln	0:49:48.31	<b>00:50:07</b>
204 (2051)	CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	0:49:55.05	<b>00:50:08</b>
205 (2305)	SCHWENCK, Christian	1974	mas-training	0:49:33.04	<b>00:50:09</b>
206 (2261)	PRESCHA, Kristiane	1967	TriCologne	0:49:38.43	<b>00:50:18</b>
207 (2255)	PFITZNER, Bernd	1955		0:50:09.14	<b>00:50:19</b>
208 (628)	SCHOKAUER, Christin	1974		0:49:46.23	<b>00:50:25</b>
209 (2324)	THIEMERMANN, Norbert	1963	Team Erdinger Alkoholfrei	0:50:14.32	<b>00:50:27</b>
210 (2030)	BÖRSTE, Andreas	1972		0:50:12.90	<b>00:50:30</b>





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
211 (206)	STRUBE, Thomas Alexander	1976	DJG	0:50:27.68	<b>00:50:32</b>
212 (612)	BAUMEISTER, Sebastian	1982	Meindorfer Adler	0:50:19.15	<b>00:50:34</b>
213 (600)	WINTER, Sören	1986	SG Mörsbach	0:49:41.01	<b>00:50:37</b>
214 (569)	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	0:50:26.24	<b>00:50:40</b>
215 (1035)	SCHARWÄCHTER, Micheline	1972		0:50:11.40	<b>00:50:40</b>
216 (598)	WÖRSDÖRFER, Stefan	1961	TV Refrath	0:50:21.17	<b>00:50:41</b>
217 (2088)	GEISLER, Christian	1977		0:50:24.95	<b>00:50:44</b>
218 (153)	THIEME, Dieter	1964	TuS Köln rrh.	0:50:14.20	<b>00:50:44</b>
219 (2453)	KÜHNE, Kai	1966	GALERIA Kaufhof Sportverein	0:50:21.84	<b>00:50:50</b>
220 (2221)	MOGDANS, Joachim	1958	Jahrgang 58	0:50:18.41	<b>00:50:51</b>
221 (2208)	MANDT, Markus	1968	LT Saaler Mühle	0:50:24.40	<b>00:50:57</b>
222 (2017)	BENDER, Matthias	1956	SSF Bonn Triathlon	0:49:52.29	<b>00:50:59</b>
223 (2096)	GRIMM, Manfred	1962	1. Kölner Laufstall	0:50:37.03	<b>00:51:08</b>
224 (2162)	KNEPPER, Michael	1963		0:50:42.10	<b>00:51:09</b>
225 (595)	VON HARLESSEM, Klaus	1945		0:50:56.68	<b>00:51:12</b>
226 (2456)	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	0:51:05.73	<b>00:51:13</b>
227 (271)	N.N., 271	1901	bitte melden	0:51:15.34	<b>00:51:16</b>
228 (2067)	DÖHLER, Stephen	1987		0:50:51.37	<b>00:51:16</b>
229 (241)	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist	0:50:29.39	<b>00:51:20</b>
230 (2257)	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	0:50:22.75	<b>00:51:23</b>
231 (2401)	ANTFANG, Jennifer	1988	ASV Köln Triathlon	0:51:16.91	<b>00:51:26</b>
232 (2253)	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	0:50:40.32	<b>00:51:30</b>
233 (2427)	WELLER, Mechthild	1963	LG Westerwald	0:51:09.77	<b>00:51:31</b>
234 (210)	ADAMCZAK, Evelyne	1972	LT Alsdorf-Ost	0:51:18.93	<b>00:51:32</b>
235 (2254)	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	0:50:42.92	<b>00:51:33</b>
236 (2339)	VILI, Andreas	1975		0:50:46.50	<b>00:51:33</b>
237 (602)	LINDT, Stefan	1980		0:50:48.72	<b>00:51:34</b>
238 (606)	KERSTING, Friedel	1950		0:51:20.51	<b>00:51:35</b>
239 (2412)	HESSELING, Martina	1965		0:51:02.83	<b>00:51:35</b>
240 (1026)	KOZYRSKA, Agnes	1972		0:51:15.82	<b>00:51:37</b>
241 (2113)	HERRMANN, Jeannette	1966	FC Deutsche Post	0:51:36.70	<b>00:51:37</b>
242 (641)	FUNK, Kay	1970		0:50:54.58	<b>00:51:39</b>
243 (2462)	SCHALL, Manfred	1955		0:51:05.61	<b>00:51:41</b>
244 (174)	HEINEN, Olaf	1966		0:51:30.19	<b>00:51:42</b>
245 (2046)	BUECHEL, Heinz	1963	MACH3 Köln e.V.	0:51:23.07	<b>00:51:46</b>
246 (183)	BÖCKER, Doreen	1972	LT Saaler Mühle	0:51:31.20	<b>00:51:48</b>
247 (1045)	VENMANN, Dominik	1995		0:51:49.21	<b>00:51:50</b>
248 (2125)	HOFFMANN, Dirk	1969		0:51:29.13	<b>00:51:54</b>
249 (501)	HÜLSE, Renate	1964	Tus 64 Bösinghoven	0:51:58.32	<b>00:52:04</b>
250 (2071)	EIMANN VON DEN BERGEN, Simon	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	0:51:30.67	<b>00:52:05</b>
251 (207)	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof Sportverein	0:51:29.57	<b>00:52:05</b>
252 (2341)	VOGEL, Jörg	1969		0:51:09.44	<b>00:52:08</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
253 (2044)	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	0:51:48.44	<b>00:52:10</b>
254 (169)	REICHE, Jutta	1950	TuS Ahrweiler	0:51:35.31	<b>00:52:11</b>
255 (2198)	LECHELT, Stefan	1975	Runtastic Laufgruppe	0:51:15.78	<b>00:52:15</b>
256 (2128)	HOFFMANN, Jürgen	1969		0:51:29.82	<b>00:52:20</b>
257 (607)	FEIGE, Claudia	1972	TV Refrath	0:52:13.26	<b>00:52:22</b>
258 (2288)	SCHMIDT, Michael	1968	Team Erdinger Alkoholfrei	0:51:30.83	<b>00:52:22</b>
259 (2106)	HAUSEUR, Pascal	1982		0:51:47.27	<b>00:52:23</b>
260 (2304)	SCHWAB, Stefan	1970		0:52:20.95	<b>00:52:26</b>
261 (2272)	RÜFFLER, Andreas	1971	DLRG Wipperfürth	0:51:25.73	<b>00:52:28</b>
262 (2118)	HINZMANN-MÜCK, Manfred	1960	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:51:55.19	<b>00:52:32</b>
263 (2212)	MEIER, Christin	1983		0:51:42.62	<b>00:52:33</b>
264 (2003)	ANSCHÜTZ, Ulrich	1976	Diabetes Programm Deutschland	0:51:57.62	<b>00:52:33</b>
265 (157)	KOCH, Frank	1966	ISI Fitniss	0:51:50.80	<b>00:52:34</b>
266 (152)	WOLF, Ralf	1966	Tus Nister	0:52:25.54	<b>00:52:38</b>
267 (2451)	KOGLIN, Bodo	1943		0:52:40.64	<b>00:52:44</b>
268 (1036)	SCHMIDT-KRAYER, Jan	1969	bikeattackoberberg	0:51:55.10	<b>00:52:49</b>
269 (155)	CARLÉ, Thomas	1969		0:52:36.92	<b>00:52:59</b>
270 (154)	PODZUS, Horst	1961		0:52:57.76	<b>00:53:02</b>
271 (2264)	RAMB, Birgit	1961		0:52:55.00	<b>00:53:04</b>
272 (622)	EICHHORN, Nadine	1981	SVBG Bergisch Gladbach	0:52:59.86	<b>00:53:17</b>
273 (2407)	DANNERT, Caroline	1973	Serpentine Running Club	0:52:42.42	<b>00:53:20</b>
274 (2142)	KALINSKI, Nicole	1982	PSYX	0:53:09.22	<b>00:53:22</b>
275 (2406)	DANNERT, Carsten	1969	ASV Köln Laufftreff	0:52:46.45	<b>00:53:24</b>
276 (619)	KEPPLER, Markus	1979		0:52:41.85	<b>00:53:28</b>
277 (2090)	GEPPERT, Dietmar	1967	APCOA Running	0:53:05.82	<b>00:53:34</b>
278 (2065)	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	0:53:27.43	<b>00:53:36</b>
279 (2251)	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	0:53:23.23	<b>00:53:37</b>
280 (2457)	MEINERS, Christian	1974		0:53:26.23	<b>00:53:38</b>
281 (2309)	SINZIG, Michael	1978		0:52:38.49	<b>00:53:39</b>
282 (2300)	SCHULZ, Joachim	1977		0:53:18.54	<b>00:53:42</b>
283 (193)	KERNCHEN, Sabrina	1981	MACH3 Köln e.V.	0:53:35.56	<b>00:53:46</b>
284 (2056)	DAHL-KLEMS, Kerstin	1974		0:53:23.48	<b>00:53:48</b>
285 (2134)	HUPPERTZ, Horst	1963	LG Huskies	0:53:29.55	<b>00:53:48</b>
286 (2092)	GLOMBIZA, Rainer	1958	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	0:53:35.40	<b>00:53:51</b>
287 (2246)	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:52:59.89	<b>00:53:55</b>
288 (2097)	GRIMM, Torsten	1980		0:52:49.76	<b>00:53:59</b>
289 (2299)	SCHNITZLER, Birgit	1984		0:53:16.22	<b>00:54:00</b>
290 (2190)	KUSCH, Thomas	1965	PSV Bonn Triathlon	0:53:11.03	<b>00:54:04</b>
291 (304)	MICHALSKI, Harm	1984		0:53:11.30	<b>00:54:05</b>
292 (572)	SCHRÖTER, Swetlana	1901	Selbstläufer SV Altenahr	0:53:56.94	<b>00:54:08</b>
293 (2040)	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	0:53:48.23	<b>00:54:13</b>
294 (252)	MARSCHALL, Patricia	1973	LT Schneewittchen	0:54:03.28	<b>00:54:14</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
295 (2055)	CREMER, Jürgen	1962	LLG 80 Nordpark Köln	0:54:03.60	<b>00:54:14</b>
296 (2005)	AUDEHM, Dr. Uwe	1960	Alfterer SC	0:54:08.45	<b>00:54:18</b>
297 (2224)	MOREL, Daniela	1972	Rom ist Ziel	0:54:09.76	<b>00:54:18</b>
298 (601)	WINTER, Volker	1956	SG Mörsbach	0:53:23.12	<b>00:54:19</b>
299 (2234)	NENTWICH, Henry	1977		0:53:18.96	<b>00:54:20</b>
300 (1329)	SCHILD, Stefan	1962		0:54:20.68	<b>00:54:26</b>
301 (2220)	MOGA, Bruno	1952	LG Huskies	0:54:12.61	<b>00:54:32</b>
302 (2449)	JOHANNES, Christine	1981		0:54:22.64	<b>00:54:34</b>
303 (1039)	SELBACH, Stefan	1968	Kürtener Läufertrio	0:54:03.15	<b>00:54:37</b>
304 (291)	REINARTZ, Michael	1977	GVG Laufteam	0:53:33.06	<b>00:54:38</b>
305 (644)	HERRES, Dirk	1968	Köln Läufer!	0:54:08.42	<b>00:54:49</b>
306 (564)	KUCK, Annett	1960		0:54:36.87	<b>00:54:54</b>
307 (2204)	LOTZWICK, Achim	1957	SV Werder Bremen	0:54:01.43	<b>00:54:55</b>
308 (2074)	EßER, Andrea	1978		0:54:32.72	<b>00:55:04</b>
309 (539)	AHRENS, Heike	1965	BSG Stadt Köln	0:54:46.44	<b>00:55:07</b>
310 (2376)	ZENS, Simon	1984		0:54:44.10	<b>00:55:07</b>
311 (2436)	DILLSCHNEIDER, Simone	1978	MACH3 Köln e.V.	0:55:12.42	<b>00:55:20</b>
312 (2345)	VOß, Roland	1966	Köln Läufer!	0:54:37.16	<b>00:55:21</b>
313 (308)	BIRKENFELD, Florian	1975		0:54:24.93	<b>00:55:22</b>
314 (187)	GRIESEMANN, Georg	1974		0:54:27.68	<b>00:55:25</b>
315 (278)	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Team DVAG Porz-Wahn	0:54:58.21	<b>00:55:27</b>
316 (502)	HARTMANN, Hagen	1954		0:55:14.93	<b>00:55:31</b>
317 (301)	BAND, Harald	1962	Casa Ciclista	0:55:15.69	<b>00:55:31</b>
318 (171)	SCHMITZ, Sascha	1977		0:54:54.52	<b>00:55:35</b>
319 (161)	LEGIES, Sabrina	1979		0:54:45.75	<b>00:55:42</b>
320 (267)	WEIDMANN, Wolfgang	1955		0:55:30.05	<b>00:55:45</b>
321 (247)	KLEESATTEL, Astrid	1965		0:55:30.36	<b>00:55:45</b>
322 (229)	FISCHER, Nathalie	1981		0:55:01.69	<b>00:55:46</b>
323 (2053)	CORDES, Ingo	1967		0:55:31.96	<b>00:55:52</b>
324 (582)	EBELING, Julia	1977	ASV Köln Lauftreff	0:55:15.70	<b>00:55:55</b>
325 (184)	CRAMER, Dietmar	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	0:55:09.10	<b>00:55:56</b>
326 (204)	STECKEL, Manfred	1955	TriathlonSteckelCologne	0:55:59.02	<b>00:56:00</b>
327 (2048)	CHAMMAE, Nora	1980		0:55:21.83	<b>00:56:02</b>
328 (2112)	HERGARTEN, Justin	2001	Laufgruppe WG-Orca	0:55:42.91	<b>00:56:03</b>
329 (231)	GOTTSCHALCH, Frank	1961	KALS	0:55:10.71	<b>00:56:04</b>
330 (599)	SEMKE, Klaus	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	0:55:22.04	<b>00:56:09</b>
331 (642)	GRAULICH, Natalia	1979	Köln Läufer!	0:55:32.18	<b>00:56:12</b>
332 (2325)	THÖNNES, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	0:55:24.33	<b>00:56:14</b>
333 (2278)	SAUREN, Natalie	1970	LC Weilerswist	0:55:48.12	<b>00:56:19</b>
334 (624)	BÖCKENFELD, Brita	1967		0:56:03.02	<b>00:56:20</b>
335 (2200)	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	0:56:00.41	<b>00:56:23</b>
336 (2372)	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	0:56:10.57	<b>00:56:27</b>





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
337 (268)	WILL, Yvonne	1987	CrossAthlet	0:56:00.42	<b>00:56:32</b>
338 (2192)	LAMMEL, Georg	1963	LT Saaler Mühle	0:56:05.49	<b>00:56:35</b>
339 (2146)	KEITEL, Sönke	1964		0:56:10.90	<b>00:56:41</b>
340 (200)	SCHROEDER, Christian	1981	Team Erdinger Alkoholfrei	0:55:58.01	<b>00:56:42</b>
341 (614)	ZYZIK, Gunna	1970		0:56:23.83	<b>00:56:43</b>
342 (553)	KRIEBEL, Olaf	1969		0:55:49.43	<b>00:56:44</b>
343 (2350)	WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	0:56:25.18	<b>00:56:45</b>
344 (2226)	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	0:55:51.84	<b>00:56:46</b>
345 (266)	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	0:56:02.92	<b>00:56:52</b>
346 (609)	HASERICH, Dirk	1964		0:55:55.89	<b>00:56:55</b>
347 (610)	MÜLLER, karin	1967		0:55:55.98	<b>00:56:55</b>
348 (604)	VAN MUNSTER, Susanne	1957	LG Hückeswagen	0:56:34.26	<b>00:57:02</b>
349 (2058)	DAUBER, Kirstin	1984	PSV Bonn Triathlon	0:56:38.22	<b>00:57:05</b>
350 (2013)	BECKER, Claus	1949		0:56:08.10	<b>00:57:06</b>
351 (243)	JÄKEL, Stephanie	1981		0:56:22.86	<b>00:57:08</b>
352 (262)	STAROSCZYK, Roman	1974		0:56:23.85	<b>00:57:09</b>
353 (2460)	OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	0:56:47.61	<b>00:57:12</b>
354 (577)	SPOCCHIA, Renato	1979		0:56:43.12	<b>00:57:12</b>
355 (623)	EGGERS, Marian	1973		0:56:54.93	<b>00:57:13</b>
356 (2252)	PEUKERT, Bastian	1982		0:56:51.71	<b>00:57:14</b>
357 (2346)	WAGNER, Ellen	1968		0:56:54.65	<b>00:57:19</b>
358 (163)	SPRENGEL, Jörg	1965		0:56:13.79	<b>00:57:20</b>
359 (164)	PILLMANN, Lara	1901	ERGO sports Köln	0:56:14.68	<b>00:57:20</b>
360 (2141)	JETTKANT, Klaus	1979		0:57:02.26	<b>00:57:24</b>
361 (2316)	STÄNDER, Roland	1952	Lauftreff Fühlinger See	0:57:21.53	<b>00:57:29</b>
362 (178)	KAPPE, Dietmar	1959	Uganda Waragi	0:56:53.71	<b>00:57:29</b>
363 (151)	NOVIC, Dejan	1990		0:56:38.87	<b>00:57:30</b>
364 (1011)	FLASKAMP, Günther	1963	Turnerkreis Nippes	0:57:22.92	<b>00:57:53</b>
365 (215)	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	0:57:59.79	<b>00:58:00</b>
366 (2269)	RIEGER, Herbert	1966	Campinglauf Sahrtaal	0:57:51.28	<b>00:58:07</b>
367 (2289)	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	0:57:10.78	<b>00:58:11</b>
368 (2374)	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	0:57:03.92	<b>00:58:12</b>
369 (643)	ZANTHER, Christian	1977		0:57:22.71	<b>00:58:14</b>
370 (2239)	NOBEN, Simone	1959	ISI-RUNNER	0:58:25.64	<b>00:58:26</b>
371 (2385)	GRACKA, Eva	1974	ERGO sports Köln	0:58:17.79	<b>00:58:27</b>
372 (2326)	TIEFENBACH, Berthold	1971		0:57:37.21	<b>00:58:29</b>
373 (591)	KLOPSCH, Helge	1962	Aigerverband	0:58:04.41	<b>00:58:30</b>
374 (180)	BÖSE, Annette	1969	Delphi Wuppertal	0:58:11.79	<b>00:58:46</b>
375 (1048)	WAGENBRETH, Lars	1978		0:58:03.17	<b>00:58:47</b>
376 (2156)	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	0:58:16.86	<b>00:58:54</b>
377 (2349)	WAGNER, Helmut	1956		0:58:13.39	<b>00:58:59</b>
378 (1050)	WOITYNEK, Susanne	1971	ERGO sports Köln	0:58:43.44	<b>00:59:03</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
379 (2368)	WOITYNEK, Sascha	1970	ERGO sports Köln	0:58:44.76	<b>00:59:04</b>
380 (2133)	HÜPPELER, Antje	1965	diaita-Laufschule	0:58:13.46	<b>00:59:06</b>
381 (1016)	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	0:58:50.97	<b>00:59:09</b>
382 (590)	WÖLFEL, Dirk	1975		0:58:46.37	<b>00:59:12</b>
383 (2446)	HAVERKAMP, Peter	1960		0:58:00.11	<b>00:59:16</b>
384 (2452)	KRIENS, Nicola	1968		0:58:00.01	<b>00:59:16</b>
385 (1236)	WAGNER, Cindy	1994		0:58:12.92	<b>00:59:16</b>
386 (2291)	SCHMITT, Jürgen	1963		0:58:59.24	<b>00:59:18</b>
387 (2172)	KOTTMANN, Thorsten	1974		0:58:38.50	<b>00:59:18</b>
388 (172)	BOSIO, Andreas	1968		0:58:38.03	<b>00:59:19</b>
389 (173)	CONRAD, Frank	1968		0:58:37.93	<b>00:59:20</b>
390 (160)	HAHN, Constanze	1979		0:58:31.00	<b>00:59:26</b>
391 (276)	DÖTSCH, Meike	1984	Team DVAG Porz-Wahn	0:59:02.04	<b>00:59:31</b>
392 (1038)	SCHULZ, Andrea	1991	Aachen hat Ausdauer	0:58:37.85	<b>00:59:32</b>
393 (166)	MOHRMANN, Follow Hollow	1970	Der Elf und seine Freunde	0:59:18.07	<b>00:59:45</b>
394 (165)	MOHRMANN, Moehre	1973	Der Elf und seine Freunde	0:59:19.18	<b>00:59:46</b>
395 (156)	SCHIFFCZYK, Christoph	1990		0:59:14.17	<b>01:00:00</b>
396 (2386)	BOTT, Alexander	1976	ERGO sports Köln	0:59:55.10	<b>01:00:13</b>
397 (234)	GREWE, Ina	1971	DJK Montania Kürten	0:59:49.77	<b>01:00:22</b>
398 (2047)	CARL, Gaby	1972		0:59:47.26	<b>01:00:24</b>
399 (2342)	VOGT, Sarah	1994		0:59:42.60	<b>01:00:25</b>
400 (209)	ZIMMERMANN, Jessica	1984		0:59:25.99	<b>01:00:31</b>
401 (236)	GUTERMANN, Gerd W.	1957		0:59:37.61	<b>01:00:42</b>
402 (2140)	JANSSEN, Markus	1976	LT Hennef/Sieg	0:59:41.75	<b>01:00:44</b>
403 (2360)	WIENS, Lara	1989	TuS Köln rrh.	1:00:20.23	<b>01:00:52</b>
404 (597)	ROOSEN, Annette	1956		1:00:26.78	<b>01:00:59</b>
405 (2314)	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	1:00:30.96	<b>01:01:03</b>
406 (2178)	KREBS, Lutz	1973	klotzkoepfe.de	1:00:32.16	<b>01:01:04</b>
407 (2389)	KOHL, Helga	1964	ERGO sports Köln	1:00:34.88	<b>01:01:07</b>
408 (223)	BERGAU, Andre	1987		1:00:17.80	<b>01:01:08</b>
409 (2356)	WERNSCHEID, Fabian	1983		1:00:19.13	<b>01:01:09</b>
410 (632)	KARUTH, Volker	1964		1:00:49.35	<b>01:01:11</b>
411 (2006)	BÄCKMANN, Andrea	1966	PSV Bonn Triathlon	1:00:51.58	<b>01:01:18</b>
412 (2130)	HÖRNLE, Dirk	1967	PSV Bonn Triathlon	1:00:52.64	<b>01:01:18</b>
413 (2384)	SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	1:01:09.13	<b>01:01:19</b>
414 (2241)	OFFERMANN, Tanja	1972	LT Saaler Mühle	1:00:47.27	<b>01:01:37</b>
415 (2181)	KRÜGER, Anett	1982	Big El Racing Team	1:01:03.81	<b>01:01:45</b>
416 (2166)	KOCH, Kirsty	1989	Big El Racing Team	1:01:04.18	<b>01:01:45</b>
417 (2111)	HELD, Marcus	1973		1:01:08.47	<b>01:01:46</b>
418 (1220)	HAJEK, Verena	1952	Laufmonster	1:01:24.04	<b>01:01:47</b>
419 (525)	CZERWON, Marco	1970		1:01:51.21	<b>01:01:52</b>
420 (177)	GAJEK-CZERMON, Beate	1972		1:01:12.06	<b>01:01:52</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
421 (1230)	MISCH, Sabine	1961	LT Hennef	1:00:50.66	<b>01:01:52</b>
422 (2417)	MÖLLER, Geli	1964	LSH Elsdorf	1:01:07.31	<b>01:01:57</b>
423 (2145)	KARES, Désirée	1992		1:01:32.66	<b>01:01:58</b>
424 (2116)	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	1:01:27.03	<b>01:02:00</b>
425 (2414)	ILSANKER, Georg	1960	Vaselino Quattro	1:01:17.28	<b>01:02:01</b>
426 (2217)	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	1:01:13.40	<b>01:02:02</b>
427 (555)	BRANDENBURG, Nadine	1986		1:01:08.62	<b>01:02:03</b>
428 (567)	BREER, Sandra	1976		1:01:38.92	<b>01:02:04</b>
429 (2123)	HOFFMANN, Nicole	1973		1:01:24.84	<b>01:02:15</b>
430 (2361)	WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	1:01:45.18	<b>01:02:34</b>
431 (637)	JAMBOR, Matthias	1980		1:01:51.95	<b>01:02:45</b>
432 (638)	JAMBOR, Elisabeth	1978		1:01:52.26	<b>01:02:45</b>
433 (2270)	RIEMENSCHNEIDER, Barbara	1966	Lauffreunde Vlatten-Köln	1:01:55.13	<b>01:02:48</b>
434 (1266)	BRUNNER, Ulrich	1937		1:02:36.66	<b>01:02:52</b>
435 (2219)	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	1:02:19.50	<b>01:02:57</b>
436 (565)	BROICH, Christian	1990		1:02:56.01	<b>01:03:02</b>
437 (562)	MARTIUS-SCHMIDT, Verena	1959		1:02:35.11	<b>01:03:07</b>
438 (2016)	BENATIA, Brigitte	1966	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	1:02:56.81	<b>01:03:11</b>
439 (2310)	SOHNS, Marc	1974		1:02:57.17	<b>01:03:44</b>
440 (1005)	BRAUN, Anna	1993	Kürtener Läufertrio	1:03:00.17	<b>01:03:46</b>
441 (2029)	BLASS, Frank	1967		1:03:18.47	<b>01:03:57</b>
442 (302)	SEEGER, Silke	1974		1:03:30.47	<b>01:04:01</b>
443 (1002)	BAUS, Iris	1962		1:03:21.50	<b>01:04:07</b>
444 (498)	HERGARTEN, Dieter	1943	ERGO sports Köln	1:04:04.41	<b>01:04:12</b>
445 (2042)	BROCKHOFF, Sophia	2002	Team Erdinger Alkoholfrei	1:03:59.02	<b>01:04:26</b>
446 (2100)	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		1:04:23.64	<b>01:04:34</b>
447 (2011)	BAUCHMÜLLER, Nenita	1968		1:04:24.26	<b>01:04:35</b>
448 (2155)	KIND, Friedhelm	1952		1:04:08.58	<b>01:04:46</b>
449 (158)	HEUSCHÖTTER, Klaus	1964	Fifty Minutes	1:04:02.61	<b>01:04:52</b>
450 (2060)	DIEDENHOFEN, Nadine	1976	Polizei Köln	1:04:17.72	<b>01:04:54</b>
451 (636)	NIKELOWSKI, Pascal	1985	Marathonfreunde Köln	1:04:21.20	<b>01:04:57</b>
452 (2101)	HAHS, Eveline	1958	LT Hennef/Sieg	1:03:56.26	<b>01:04:58</b>
453 (634)	NIKELOWSKI, Norbert	1958	Marathonfreunde Köln	1:04:23.17	<b>01:04:58</b>
454 (635)	SCHLÖSSER, Alexa	1988	Marathonfreunde Köln	1:04:23.61	<b>01:04:59</b>
455 (2370)	WOLFF, Cordula	1968	KALS	1:04:16.81	<b>01:04:59</b>
456 (639)	QUADFLIEG, Annette	1976		1:04:17.36	<b>01:05:00</b>
457 (2041)	BROCKHOFF, Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	1:04:45.29	<b>01:05:11</b>
458 (2240)	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln Worringen	1:05:02.74	<b>01:05:21</b>
459 (2348)	WAGNER, Caroline	1982		1:05:11.50	<b>01:05:39</b>
460 (626)	GRAU, Holger	1969	VFB Lövenich	0:48:42.37	<b>01:05:40</b>
461 (2175)	KRAMS, Sabine	1964	www.gluhweinlauf.de	1:05:13.34	<b>01:05:41</b>
462 (2124)	HOFFMANN, Michael	1966		1:05:15.06	<b>01:05:42</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
463 (2315)	STÄNDER, Gerhard	1950	Lauftreff Fühlinger See	1:05:41.57	<b>01:05:50</b>
464 (2244)	PAFFRATH, Ralf	1965	Aquarena Neunkirchen-Seelscheid	1:05:15.46	<b>01:05:55</b>
465 (2225)	MÜCK, Petra	1962	TSV Bayer 04 Leverkusen	1:05:40.74	<b>01:06:18</b>
466 (2458)	MÜLLER, Clemens	1938		1:05:08.93	<b>01:06:22</b>
467 (2371)	WOLFGARTEN, Marco	1974	Happy Running Family	1:05:44.44	<b>01:06:33</b>
468 (2094)	GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	1:06:16.66	<b>01:06:51</b>
469 (2302)	SCHUSTER, Yvonne	1980		1:06:02.03	<b>01:06:53</b>
470 (2358)	WESTERICH, Hermann	1958		1:05:57.36	<b>01:06:54</b>
471 (640)	FUNK, Ulrike	1975		1:06:20.92	<b>01:07:04</b>
472 (279)	EßER, Liisa	1981	KSG Köln	1:06:54.62	<b>01:07:24</b>
473 (2229)	MÜNCH, Daniel	1972		1:06:53.69	<b>01:07:25</b>
474 (2287)	SCHIER, Andre	1980		1:06:47.34	<b>01:07:30</b>
475 (2292)	SCHMITZ, Gero	1998	Laufgruppe WG-Orca	1:07:13.70	<b>01:07:49</b>
476 (552)	WINKLER, Stefanie	1982	SG TÜV Rheinland	1:07:12.01	<b>01:07:57</b>
477 (214)	LANZERATH, Bettina	1969	LT Graftschaft	1:07:07.29	<b>01:08:10</b>
478 (2369)	WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	1:07:21.44	<b>01:08:12</b>
479 (303)	LANDVOGT, Fredo	1938	Akro Köln	1:07:27.81	<b>01:08:16</b>
480 (616)	WOLFF, Andrea	1960		1:08:18.46	<b>01:08:34</b>
481 (617)	SIEBERTZ, Klaus	1940	Opperfitness	1:08:18.46	<b>01:08:34</b>
482 (618)	LENZ, Julia	2003	DJK Frankonia Porz	1:08:00.26	<b>01:08:59</b>
483 (196)	PINNER, Kathrin	1997	DJK Frankonia Porz	1:08:10.43	<b>01:09:10</b>
484 (179)	BÖSE, Jürgen	1960		1:08:38.76	<b>01:09:13</b>
485 (255)	NAGEL, Stefan	1967	Team Wachtberg	1:09:07.62	<b>01:10:03</b>
486 (238)	HAUBRICHS, Jennifer	1978	Team Wachtberg	1:09:07.51	<b>01:10:04</b>
487 (550)	SCHULZE, Bärbel	1951		1:09:25.66	<b>01:10:08</b>
488 (2114)	HERRMANNNS, Ariane	1961	HSV Köln-Mülheim	1:09:13.59	<b>01:10:11</b>
489 (528)	PUPPE, Manfred	1979	Mach 3 Köln	1:10:42.08	<b>01:10:48</b>
490 (2209)	MANN, Sarah	1977		1:10:07.31	<b>01:10:52</b>
491 (2150)	KETTERER, Christine	1966	ze ladies	1:10:07.83	<b>01:10:52</b>
492 (2022)	BERNDS, Jakob	1999	Laufgruppe WG-Orca	1:10:21.04	<b>01:10:57</b>
493 (2317)	STEFFAN, Martin	2000	Laufgruppe WG-Orca	1:10:21.15	<b>01:10:58</b>
494 (558)	LENZ, Vera	1979		1:10:27.74	<b>01:11:12</b>
495 (1027)	MOHR, Ralph	1966		1:10:28.53	<b>01:11:13</b>
496 (167)	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Cologne Allblacks	1:11:13.02	<b>01:11:38</b>
497 (633)	BERLING-KLAPPSTEIN, Claudia	1968	Vincerolapri	1:12:21.07	<b>01:12:45</b>
498 (220)	AYCHE, Karin	1954		1:14:07.37	<b>01:14:55</b>
499 (608)	FEIGE, Manfred	1947		1:13:58.31	<b>01:14:56</b>
500 (2169)	KÖPPE, Christa	1960	NordDünnwald	1:15:26.78	<b>01:16:37</b>
501 (2091)	GLAGOW, Nina	1979	Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	1:18:51.02	<b>01:19:29</b>
502 (2043)	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	1:18:51.53	<b>01:19:30</b>
503 (2138)	JACK, Daniel	1971		1:20:02.96	<b>01:20:44</b>
504 (2363)	WILCZEK, Eva	1946	BSG Hilden	1:20:32.54	<b>01:21:00</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
<b>505</b> (188)	HANSEN, Meike	1971		1:20:46.80	<b>01:21:08</b>
<b>506</b> (292)	RÖDEL, Antje	1965		1:21:01.32	<b>01:21:23</b>
<b>507</b> (1049)	WEVERS, Joachim	1961		1:22:10.29	<b>01:22:31</b>
<b>508</b> (2102)	HALLEN, Ute	1967		1:22:10.49	<b>01:22:31</b>
<b>509</b> (1009)	EIDT, Marion	1971	Kürtener Läufertrio	1:21:49.80	<b>01:22:51</b>
<b>510</b> (2196)	LAQUA, Annette	1973	ASV Köln	1:18:17.34	<b>01:25:25</b>





## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>1</b> (574)	1. W	KOUBAA, Sanaa	1989	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:37:36</b>
<b>2</b> (588)	2. W	SOETHOUT, Jana	1989	LG Telis Finanz Regensburg	<b>00:39:08</b>
<b>3</b> (586)	3. W	SCHNEIDER, Tina	1990	TuS Deuz	<b>00:40:18</b>
<b>4</b> (283)	1. W40	KOPATSCHEK, Anne	1975	MACH3 Köln e.V.	<b>00:41:04</b>
<b>5</b> (2243)	1. W30	OTTEN, Sylvia	1981	Laufsport Bunert - Der Kölner Laufla	<b>00:42:52</b>
<b>6</b> (2405)	2. W30	BLÖMEN, Jeanette	1983		<b>00:43:59</b>
<b>7</b> (181)	2. W40	ALTHOFF, Kerstin	1971	SSK Kerpen	<b>00:44:56</b>
<b>8</b> (454)	1. W50	RENTERGENT, Carola	1963	SG	<b>00:45:58</b>
<b>9</b> (2362)	1. W60	WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	<b>00:46:00</b>
<b>10</b> (224)	3. W30	BLANZ, Sandra	1983	CrossAthlet	<b>00:46:09</b>
<b>11</b> (593)	1. W45	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	<b>00:46:57</b>
<b>12</b> (1006)	1. W U23	CAMEN, Verena	1993	Swim-Team Hamm	<b>00:48:03</b>
<b>13</b> (189)	3. W40	HEINRICH, Tina	1974		<b>00:48:14</b>
<b>14</b> (1046)	1. WJ U16	VERNIKOV, Sonja	2001		<b>00:48:36</b>
<b>15</b> (225)	4. W40	DANIELS, Anke	1974	Kölner Turnerschaft von 1843	<b>00:48:40</b>
<b>16</b> (2263)	1. W35	QUITZAU, Julia	1978		<b>00:48:46</b>
<b>17</b> (2214)	5. W40	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	<b>00:49:06</b>
<b>18</b> (1034)	2. W U23	RINK, Isabel	1994		<b>00:49:43</b>
<b>19</b> (199)	6. W40	RITTER, Daniela	1974	SV Hellas Siegburg	<b>00:49:50</b>
<b>20</b> (2051)	1. W55	CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	<b>00:50:08</b>
<b>21</b> (2261)	2. W45	PRESCHA, Kristiane	1967	TriCologne	<b>00:50:18</b>
<b>22</b> (569)	3. W45	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	<b>00:50:40</b>
<b>23</b> (1035)	7. W40	SCHARWÄCHTER, Micheline	1972		<b>00:50:40</b>
<b>24</b> (2401)	4. W	ANTFANG, Jennifer	1988	ASV Köln Triathlon	<b>00:51:26</b>
<b>25</b> (2427)	2. W50	WELLER, Mechthild	1963	LG Westerwald	<b>00:51:31</b>
<b>26</b> (210)	8. W40	ADAMCZAK, Evelyne	1972	LT Alsdorf-Ost	<b>00:51:32</b>
<b>27</b> (2412)	3. W50	HESELING, Martina	1965		<b>00:51:35</b>
<b>28</b> (1026)	9. W40	KOZYRSKA, Agnes	1972		<b>00:51:37</b>
<b>29</b> (2113)	4. W45	HERRMANN, Jeannette	1966	FC Deutsche Post	<b>00:51:37</b>
<b>30</b> (183)	10. W40	BÖCKER, Doreen	1972	LT Saaler Mühle	<b>00:51:48</b>
<b>31</b> (501)	4. W50	HÜLSE, Renate	1964	Tus 64 Bösinghioven	<b>00:52:04</b>
<b>32</b> (169)	1. W65	REICHE, Jutta	1950	TuS Ahrweiler	<b>00:52:11</b>
<b>33</b> (607)	11. W40	FEIGE, Claudia	1972	TV Refrath	<b>00:52:22</b>
<b>34</b> (2212)	4. W30	MEIER, Christin	1983		<b>00:52:33</b>
<b>35</b> (2264)	5. W50	RAMB, Birgit	1961		<b>00:53:04</b>
<b>36</b> (2407)	12. W40	DANNERT, Caroline	1973	Serpentine Running Club	<b>00:53:20</b>
<b>37</b> (2142)	5. W30	KALINSKI, Nicole	1982	PSYX	<b>00:53:22</b>
<b>38</b> (193)	6. W30	KERNCHEN, Sabrina	1981	MACH3 Köln e.V.	<b>00:53:46</b>
<b>39</b> (2056)	13. W40	DAHL-KLEMS, Kerstin	1974		<b>00:53:48</b>
<b>40</b> (2299)	7. W30	SCHNITZLER, Birgit	1984		<b>00:54:00</b>
<b>41</b> (572)	1. W80	SCHRÖTER, Swetlana	1901	Selbstläufer SV Altenahr	<b>00:54:08</b>
<b>42</b> (252)	14. W40	MARSCHALL, Patricia	1973	LT Schneewittchen	<b>00:54:14</b>
<b>43</b> (2224)	15. W40	MOREL, Daniela	1972	Rom ist Ziel	<b>00:54:18</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>44</b> (2449)	8. W30	JOHANNES, Christine	1981		<b>00:54:34</b>
<b>45</b> (564)	2. W55	KUCK, Annett	1960		<b>00:54:54</b>
<b>46</b> (2074)	2. W35	EßER, Andrea	1978		<b>00:55:04</b>
<b>47</b> (539)	6. W50	AHRENS, Heike	1965	BSG Stadt Köln	<b>00:55:07</b>
<b>48</b> (2436)	3. W35	DILLSCHNEIDER, Simone	1978	MACH3 Köln e.V.	<b>00:55:20</b>
<b>49</b> (161)	4. W35	LEGIES, Sabrina	1979		<b>00:55:42</b>
<b>50</b> (247)	7. W50	KLEESATTEL, Astrid	1965		<b>00:55:45</b>
<b>51</b> (229)	9. W30	FISCHER, Nathalie	1981		<b>00:55:46</b>
<b>52</b> (582)	5. W35	EBELING, Julia	1977	ASV Köln Lauffreff	<b>00:55:55</b>
<b>53</b> (2048)	6. W35	CHAMMAE, Nora	1980		<b>00:56:02</b>
<b>54</b> (642)	7. W35	GRAULICH, Natalia	1979	Köln Lläuft!	<b>00:56:12</b>
<b>55</b> (2278)	5. W45	SAUREN, Natalie	1970	LC Weilerswist	<b>00:56:19</b>
<b>56</b> (624)	6. W45	BÖCKENFELD, Brita	1967		<b>00:56:20</b>
<b>57</b> (268)	5. W	WILL, Yvonne	1987	CrossAthlet	<b>00:56:32</b>
<b>58</b> (2350)	8. W50	WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	<b>00:56:45</b>
<b>59</b> (609)	9. W50	HASERICH, Dirk	1964		<b>00:56:55</b>
<b>60</b> (610)	7. W45	MÜLLER, karin	1967		<b>00:56:55</b>
<b>61</b> (604)	3. W55	VAN MUNSTER, Susanne	1957	LG Hückeswagen	<b>00:57:02</b>
<b>62</b> (2058)	10. W30	DAUBER, Kirstin	1984	PSV Bonn Triathlon	<b>00:57:05</b>
<b>63</b> (243)	11. W30	JÄKEL, Stephanie	1981		<b>00:57:08</b>
<b>64</b> (623)	8. W45	EGGERS, Marian	1973		<b>00:57:13</b>
<b>65</b> (2346)	9. W45	WAGNER, Ellen	1968		<b>00:57:19</b>
<b>66</b> (164)	2. W80	PILLMANN, Lara	1901	ERGO sports Köln	<b>00:57:20</b>
<b>67</b> (215)	12. W30	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	<b>00:58:00</b>
<b>68</b> (2239)	4. W55	NOBEN, Simone	1959	ISI-RUNNER	<b>00:58:26</b>
<b>69</b> (2385)	16. W40	GRACKA, Eva	1974	ERGO sports Köln	<b>00:58:27</b>
<b>70</b> (180)	5. W55	BÖSE, Annette	1969	Delphi Wuppertal	<b>00:58:46</b>
<b>71</b> (2156)	13. W30	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	<b>00:58:54</b>
<b>72</b> (1050)	17. W40	WOITYNEK, Susanne	1971	ERGO sports Köln	<b>00:59:03</b>
<b>73</b> (2133)	10. W50	HÜPPELER, Antje	1965	diaita-Laufschule	<b>00:59:06</b>
<b>74</b> (2452)	10. W45	KRIENS, Nicola	1968		<b>00:59:16</b>
<b>75</b> (1236)	3. W U23	WAGNER, Cindy	1994		<b>00:59:16</b>
<b>76</b> (160)	8. W35	HAHN, Constanze	1979		<b>00:59:26</b>
<b>77</b> (276)	14. W30	DÖTSCH, Meike	1984	Team DVAG Porz-Wahn	<b>00:59:31</b>
<b>78</b> (1038)	6. W	SCHULZ, Andrea	1991	Aachen hat Ausdauer	<b>00:59:32</b>
<b>79</b> (166)	11. W45	MOHRMANN, Follow Hollow	1970	Der Elf und seine Freunde	<b>00:59:45</b>
<b>80</b> (234)	18. W40	GREWE, Ina	1971	DJK Montania Kürten	<b>01:00:22</b>
<b>81</b> (2047)	19. W40	CARL, Gaby	1972		<b>01:00:24</b>
<b>82</b> (2342)	4. W U23	VOGT, Sarah	1994		<b>01:00:25</b>
<b>83</b> (209)	15. W30	ZIMMERMANN, Jessica	1984		<b>01:00:31</b>
<b>84</b> (2360)	7. W	WIENS, Lara	1989	TuS Köln rrh.	<b>01:00:52</b>
<b>85</b> (2389)	11. W50	KOHL, Helga	1964	ERGO sports Köln	<b>01:01:07</b>
<b>86</b> (2006)	12. W45	BÄCKMANN, Andrea	1966	PSV Bonn Triathlon	<b>01:01:18</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>87</b> (2384)	12. W50	SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	<b>01:01:19</b>
<b>88</b> (2241)	20. W40	OFFERMANN, Tanja	1972	LT Saaler Mühle	<b>01:01:37</b>
<b>89</b> (2181)	16. W30	KRÜGER, Anett	1982	Big El Racing Team	<b>01:01:45</b>
<b>90</b> (2166)	8. W	KOCH, Kirsty	1989	Big El Racing Team	<b>01:01:45</b>
<b>91</b> (1220)	2. W60	HAJEK, Verena	1952	Laufmonster	<b>01:01:47</b>
<b>92</b> (1230)	13. W50	MISCH, Sabine	1961	LT Hennef	<b>01:01:52</b>
<b>93</b> (2417)	14. W50	MÖLLER, Geli	1964	LSH Elsdorf	<b>01:01:57</b>
<b>94</b> (2145)	9. W	KARES, Désirée	1992		<b>01:01:58</b>
<b>95</b> (567)	9. W35	BREER, Sandra	1976		<b>01:02:04</b>
<b>96</b> (2123)	21. W40	HOFFMANN, Nicole	1973		<b>01:02:15</b>
<b>97</b> (2361)	15. W50	WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	<b>01:02:34</b>
<b>98</b> (638)	10. W35	JAMBOR, Elisabeth	1978		<b>01:02:45</b>
<b>99</b> (2270)	13. W45	RIEMENSCHNEIDER, Barbara	1966	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>01:02:48</b>
<b>100</b> (2219)	14. W45	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	<b>01:02:57</b>
<b>101</b> (562)	6. W55	MARTIUS-SCHMIDT, Verena	1959		<b>01:03:07</b>
<b>102</b> (2016)	15. W45	BENATIA, Brigitte	1966	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	<b>01:03:11</b>
<b>103</b> (1005)	5. W U23	BRAUN, Anna	1993	Kürtener Läufertrio	<b>01:03:46</b>
<b>104</b> (302)	22. W40	SEEGER, Silke	1974		<b>01:04:01</b>
<b>105</b> (1002)	16. W50	BAUS, Iris	1962		<b>01:04:07</b>
<b>106</b> (2042)	1. WJ U14	BROCKHOFF , Sophia	2002	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>01:04:26</b>
<b>107</b> (2011)	16. W45	BAUCHMÜLLER, Nenita	1968		<b>01:04:35</b>
<b>108</b> (2060)	11. W35	DIEDENHOFEN, Nadine	1976	Polizei Köln	<b>01:04:54</b>
<b>109</b> (2101)	7. W55	HAHS, Eveline	1958	LT Hennef/Sieg	<b>01:04:58</b>
<b>110</b> (635)	10. W	SCHLÖSSER, Alexa	1988	Marathonfreunde Köln	<b>01:04:59</b>
<b>111</b> (2370)	17. W45	WOLFF, Cordula	1968	KALS	<b>01:04:59</b>
<b>112</b> (639)	12. W35	QUADFLIEG, Annette	1976		<b>01:05:00</b>
<b>113</b> (2041)	1. WJ U18	BROCKHOFF , Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	<b>01:05:11</b>
<b>114</b> (2240)	11. W	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln Worringen	<b>01:05:21</b>
<b>115</b> (2348)	17. W30	WAGNER, Caroline	1982		<b>01:05:39</b>
<b>116</b> (2175)	17. W50	KRAMS, Sabine	1964	www.gluhweinlauf.de	<b>01:05:41</b>
<b>117</b> (2225)	18. W50	MÜCK, Petra	1962	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>01:06:18</b>
<b>118</b> (2302)	13. W35	SCHUSTER, Yvonne	1980		<b>01:06:53</b>
<b>119</b> (640)	23. W40	FUNK, Ulrike	1975		<b>01:07:04</b>
<b>120</b> (279)	18. W30	EßER, Liisa	1981	KSG Köln	<b>01:07:24</b>
<b>121</b> (552)	19. W30	WINKLER, Stefanie	1982	SG TÜV Rheinland	<b>01:07:57</b>
<b>122</b> (214)	18. W45	LANZERATH, Bettina	1969	LT Grafschaft	<b>01:08:10</b>
<b>123</b> (2369)	19. W50	WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	<b>01:08:12</b>
<b>124</b> (616)	8. W55	WOLFF, Andrea	1960		<b>01:08:34</b>
<b>125</b> (618)	2. WJ U14	LENZ, Julia	2003	DJK Frankonia Porz	<b>01:08:59</b>
<b>126</b> (196)	1. WJ U20	PINNER, Kathrin	1997	DJK Frankonia Porz	<b>01:09:10</b>
<b>127</b> (238)	14. W35	HAUBRICHS, Jennifer	1978	Team Wachtberg	<b>01:10:04</b>
<b>128</b> (550)	3. W60	SCHULZE, Bärbel	1951		<b>01:10:08</b>
<b>129</b> (2114)	20. W50	HERRMANN, Ariane	1961	HSV Köln-Mülheim	<b>01:10:11</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>130</b>	(2209)	15. W35	MANN, Sarah	1977	<b>01:10:52</b>
<b>131</b>	(2150)	19. W45	KETTERER, Christine	1966 ze ladies	<b>01:10:52</b>
<b>132</b>	(167)	24. W40	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973 Cologne Allblacks	<b>01:11:38</b>
<b>133</b>	(633)	20. W45	BERLING-KLAPPSTEIN, Claudia	1968 Vincerolapri	<b>01:12:45</b>
<b>134</b>	(220)	4. W60	AYCHE, Karin	1954	<b>01:14:55</b>
<b>135</b>	(2169)	9. W55	KÖPPE, Christa	1960 NordDünnwald	<b>01:16:37</b>
<b>136</b>	(2091)	16. W35	GLAGOW, Nina	1979 Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	<b>01:19:29</b>
<b>137</b>	(2363)	2. W65	WILCZEK, Eva	1946 BSG Hilden	<b>01:21:00</b>
<b>138</b>	(188)	25. W40	HANSEN, Meike	1971	<b>01:21:08</b>
<b>139</b>	(292)	21. W50	RÖDEL, Antje	1965	<b>01:21:23</b>
<b>140</b>	(2102)	21. W45	HALLEN, Ute	1967	<b>01:22:31</b>
<b>141</b>	(1009)	26. W40	EIDT, Marion	1971 Kürtener Läufertrio	<b>01:22:51</b>
<b>142</b>	(2196)	27. W40	LAQUA, Annette	1973 ASV Köln	<b>01:25:25</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>1</b> (2039)	1. M35	BREUNUNG, Dirk	1976	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:35:25</b>
<b>2</b> (2357)	1. M30	WESTERHAUSEN, Thomas	1984	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:36:23</b>
<b>3</b> (568)	1. M45	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	<b>00:36:35</b>
<b>4</b> (587)	2. M30	SIMSSICH, Erik	1985	LG Telis Finanz Regensburg	<b>00:36:54</b>
<b>5</b> (2295)	2. M45	SCHNEIDER, Norbert	1968	Laufsport Bunert - Der Kölner Laufla	<b>00:37:12</b>
<b>6</b> (218)	3. M30	TRAUTMANN, Georg	1983	Tri Power Rhein Sieg	<b>00:37:31</b>
<b>7</b> (620)	1. M	APPELHANS, Daniel	1992	ASV Köln	<b>00:37:48</b>
<b>8</b> (2018)	4. M30	BENDER, Dennis	1982	ASV Köln Triathlon	<b>00:38:01</b>
<b>9</b> (583)	2. M	FISCHER, Jan	1991	Tri Power Rhein Sieg	<b>00:38:25</b>
<b>10</b> (275)	3. M45	BULLACH, Andrej	1969	LG Hückeswagen	<b>00:38:31</b>
<b>11</b> (2144)	4. M45	KANNAPINN, Daniel	1968	Selbstläufer SV Altenahr	<b>00:38:33</b>
<b>12</b> (2312)	1. M50	SOMMERSHOF, Joachim	1963	PSV Bonn Triathlon	<b>00:38:48</b>
<b>13</b> (615)	5. M45	ARENZ, Jens	1969		<b>00:38:50</b>
<b>14</b> (575)	3. M	MERTESACKER, Andreas	1990	76 runergy Laufteam	<b>00:38:58</b>
<b>15</b> (2199)	4. M	LEIENDECKER, Matthias	1986	Aachen hat Ausdauer	<b>00:39:15</b>
<b>16</b> (244)	5. M	KAHLEN, Sebastian	1991	Metzgerrei "Derichs"	<b>00:39:16</b>
<b>17</b> (2223)	6. M	MOHR, Benjamin	1988	Aachen hat Ausdauer	<b>00:39:20</b>
<b>18</b> (2152)	2. M35	KIEHLE, Christian	1976		<b>00:39:21</b>
<b>19</b> (2421)	5. M30	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln Triathlon	<b>00:39:34</b>
<b>20</b> (2262)	1. M U23	PÜTZ, David	1993		<b>00:39:35</b>
<b>21</b> (2194)	3. M35	LAND, Matthias	1980	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:39:56</b>
<b>22</b> (2409)	2. M50	ENGELBRACHT, Frank	1965	Schwelmer Jungs	<b>00:39:59</b>
<b>23</b> (2095)	1. M40	GREWE, Marc	1971	Union Biesfeld Triathlon	<b>00:40:08</b>
<b>24</b> (2275)	1. M55	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	<b>00:40:19</b>
<b>25</b> (170)	3. M50	KNAUF, Albert	1964		<b>00:40:22</b>
<b>26</b> (2259)	2. M40	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	<b>00:40:24</b>
<b>27</b> (259)	6. M45	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	<b>00:40:33</b>
<b>28</b> (2415)	4. M50	MAUTER, Jörg	1965	Wiehlaler LC	<b>00:40:45</b>
<b>29</b> (2444)	7. M	GILLEN, Philippe	1989	MACH3 Köln e.V.	<b>00:40:58</b>
<b>30</b> (2147)	7. M45	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	<b>00:41:03</b>
<b>31</b> (2139)	2. M U23	JAHNKE, Luca	1993		<b>00:41:06</b>
<b>32</b> (1224)	3. M40	HINTSCH, Thorsten	1973		<b>00:41:12</b>
<b>33</b> (630)	4. M40	FRITZ, Thomas	1975	LSG Wind	<b>00:41:15</b>
<b>34</b> (2332)	8. M	VAN DE LOO, Robin	1992	SSF Bonn Triathlon	<b>00:41:18</b>
<b>35</b> (2129)	4. M35	HOLTHOFF, Carsten	1976	LG Monheim / Baumberg	<b>00:41:21</b>
<b>36</b> (2228)	8. M45	MÜLLER, Josef	1968	LT Graftschaft	<b>00:41:24</b>
<b>37</b> (2132)	9. M	HUNOLD, Maximilian	1989		<b>00:41:28</b>
<b>38</b> (563)	2. M55	PUTZ, Harry	1959		<b>00:41:31</b>
<b>39</b> (2059)	6. M30	DICKMEIS, Michael	1984	SSF Bonn Triathlon	<b>00:41:32</b>
<b>40</b> (631)	5. M35	DELI, Houssain	1979	LSG Wind	<b>00:41:33</b>
<b>41</b> (2439)	5. M50	DUDLEY, Richard	1961	LG Donatus Erftstadt	<b>00:41:33</b>
<b>42</b> (253)	3. M U23	MAURER, Sam	1995	TFG 1878 Köln-Nippes	<b>00:41:33</b>
<b>43</b> (2036)	9. M45	BRÄUTIGAM, Dr. Claus	1969	TFG 1878 Köln-Nippes	<b>00:41:33</b>





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
44 (2207)	6. M50	MÄDJE, Ingo	1963	Union Biesfeld Triathlon	00:41:41
45 (2117)	10. M	HILLERINGMANN, Mark	1988	Troisdorfer LG	00:41:42
46 (2442)	10. M45	FRENZ, Andreas	1969	SG Bundesfinanzministerium	00:41:46
47 (570)	3. M55	KRÖHNERT, Klaus	1958	TSV Weiss-Köln	00:41:48
48 (176)	6. M35	CASTELLANETA, Mario	1980	LSG Wind Immobilien	00:41:58
49 (549)	11. M45	HARTMANN, Frederick	1968	TV Refrath	00:42:00
50 (162)	5. M40	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St.Augustin	00:42:01
51 (2203)	7. M50	LOHMANN, Peter	1965	SC Bayer 05 Uerdingen	00:42:05
52 (605)	4. M55	VAN MUNSTER, Gerrit	1957	LG Hückeswagen	00:42:07
53 (2068)	5. M55	DONATH, Aurelius	1958		00:42:09
54 (2182)	12. M45	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	00:42:14
55 (2306)	11. M	SIEBERT, Steve	1988		00:42:30
56 (2049)	8. M50	CHRISTEN, Peter	1964	Kölner Ausdauer- u. Laufschule	00:42:34
57 (2158)	6. M55	KIRSCHKE, Gerd	1956	SV Wuppertal Neuenhof	00:42:40
58 (2031)	13. M45	BOVO, Frank	1968		00:42:46
59 (280)	6. M40	GRÜNE, Ansgar	1974	PSV Bonn Triathlon	00:42:48
60 (2187)	7. M40	KULLE, Marcus	1972	SV AXA Köln	00:42:50
61 (254)	14. M45	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	00:42:51
62 (2021)	7. M35	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebilly	00:42:53
63 (536)	15. M45	PRETORIUS, Dirk	1969		00:42:56
64 (182)	9. M50	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	00:42:58
65 (2441)	8. M40	FRANZ, Einiko	1975	Lauftreff 1. FC Spich	00:43:01
66 (2256)	10. M50	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße	00:43:14
67 (2359)	16. M45	WICHMANN, Thomas	1967	Lauftreff Köln Süd	00:43:16
68 (557)	17. M45	NIELSEN, Jens	1968		00:43:18
69 (576)	7. M30	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn	00:43:21
70 (2076)	11. M50	FETTING, Stefan	1964	Feuerwehr Königswinter	00:43:27
71 (2153)	7. M55	KIESEL, Ralf	1959		00:43:29
72 (2197)	18. M45	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	00:43:32
73 (2035)	19. M45	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM Essen	00:43:39
74 (2235)	20. M45	NEUENFELDT, Norbert	1967	Team CGN-Radsport	00:43:40
75 (2073)	8. M35	EßER, André	1976	Team Luftwaffe	00:43:48
76 (263)	4. M U23	STEINS, Dennis	1995	Metzgerrei "Derichs"	00:43:49
77 (2232)	21. M45	NEIS, Markus	1967		00:43:50
78 (2205)	9. M35	LÜBBERT, Mark	1979		00:43:57
79 (547)	12. M50	NIEDESWIPPER, Harald	1962		00:44:06
80 (554)	8. M55	GROENENWALD, Klaus	1958		00:44:08
81 (2032)	9. M40	BRANG, Michael	1971	LT Grafenschaft	00:44:16
82 (159)	22. M45	HUSEMANN, Georg	1968		00:44:17
83 (300)	23. M45	WOLFF, Martin	1970	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:44:21
84 (2438)	10. M35	DREUTH, Christoph	1980	Running for Matilda	00:44:27
85 (2455)	11. M35	LAST, Christoph	1977	TSG Valbert	00:44:30
86 (571)	10. M40	SAJITZ, Olaf	1975	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:44:32



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>87</b> (2437)	24. M45	DREES, Volker	1966	Team TriWo	<b>00:44:42</b>
<b>88</b> (2098)	25. M45	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach 1920/71	<b>00:44:46</b>
<b>89</b> (2297)	12. M35	SCHNEIDER, Marco	1978	LSM Libur	<b>00:44:49</b>
<b>90</b> (2237)	26. M45	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		<b>00:44:50</b>
<b>91</b> (594)	27. M45	DOIL, Carsten	1966	TS 79 Bergisch Gladbach	<b>00:44:50</b>
<b>92</b> (516)	8. M30	STIEGLER, Daniel	1985	LT Saaler Mühle	<b>00:44:51</b>
<b>93</b> (2303)	9. M30	SCHUSTER, Fabian	1982		<b>00:45:00</b>
<b>94</b> (2167)	11. M40	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine e.V.	<b>00:45:05</b>
<b>95</b> (175)	1. MJ U20	PÜTZ, Tim	1996		<b>00:45:07</b>
<b>96</b> (1028)	5. M U23	MÜLLER, Till	1993		<b>00:45:10</b>
<b>97</b> (295)	12. M	THIELEN, Christopher	1989		<b>00:45:11</b>
<b>98</b> (2025)	13. M35	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Grafschaft	<b>00:45:15</b>
<b>99</b> (306)	12. M40	LATTICH, Klaus	1973		<b>00:45:18</b>
<b>100</b> (2382)	13. M50	MANTHEI, Christian	1962	ERGO sports Köln	<b>00:45:33</b>
<b>101</b> (621)	10. M30	HOCHHEIM, Martin	1983	ASV Köln	<b>00:45:34</b>
<b>102</b> (222)	13. M40	BAARS, Henning	1971		<b>00:45:41</b>
<b>103</b> (2410)	14. M50	GLOMB, Bodo	1963		<b>00:45:47</b>
<b>104</b> (305)	6. M U23	GRÖNE, Sascha	1994		<b>00:45:48</b>
<b>105</b> (2004)	15. M50	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners	<b>00:45:49</b>
<b>106</b> (573)	14. M35	SCHRETZMAIR, Timo	1978		<b>00:45:50</b>
<b>107</b> (535)	14. M40	WASCHULL, Mario	1973	Team Laufcampus	<b>00:45:54</b>
<b>108</b> (580)	9. M55	FISCHER, Bernd	1958	Tri Power Rhein Sieg	<b>00:45:58</b>
<b>109</b> (2420)	15. M35	OVER, Bernd	1976	Team TriWo	<b>00:46:01</b>
<b>110</b> (2061)	28. M45	DINTER, Martin	1967		<b>00:46:05</b>
<b>111</b> (2236)	13. M	NICKLICH, Philipp	1991	Organspende rettet Leben!	<b>00:46:05</b>
<b>112</b> (2227)	15. M40	MÜLLER, Michael	1972	Union Biesfeld Triathlon	<b>00:46:09</b>
<b>113</b> (2107)	11. M30	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	<b>00:46:14</b>
<b>114</b> (1007)	16. M40	DUBIEL, Jaroslaw	1971		<b>00:46:14</b>
<b>115</b> (246)	16. M50	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen Triathlon	<b>00:46:19</b>
<b>116</b> (2218)	1. M60	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Comrades Grandmaster	<b>00:46:20</b>
<b>117</b> (2077)	17. M50	FEULBACH, Frank	1965		<b>00:46:31</b>
<b>118</b> (2122)	16. M35	HOCHKÖPPER, Oliver	1980	Team Luftwaffe	<b>00:46:40</b>
<b>119</b> (551)	29. M45	BOHR, Oliver	1968	Vorwärts Köln	<b>00:46:43</b>
<b>120</b> (284)	17. M40	KUTHE, Thorsten	1972		<b>00:46:48</b>
<b>121</b> (592)	30. M45	DREESBACH, Rudolf	1966	LT Siebengebirge	<b>00:46:58</b>
<b>122</b> (611)	17. M35	REGLIN, Alexander	1976	LLG St. Augustin	<b>00:46:59</b>
<b>123</b> (509)	31. M45	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:47:01</b>
<b>124</b> (2087)	18. M50	GEIßJER, Jakob	1962	Männer	<b>00:47:06</b>
<b>125</b> (2131)	19. M50	HÜLLEN, Jürgen	1962	SG GFC DÜREN	<b>00:47:12</b>
<b>126</b> (1025)	12. M30	KONSTANTYNOVSKI, Kostyantín	1985	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:47:14</b>
<b>127</b> (603)	18. M40	EL YADARI, Adnane	1975		<b>00:47:17</b>
<b>128</b> (2338)	20. M50	VIANDEN, Wolfgang	1965	andare sport	<b>00:47:18</b>
<b>129</b> (1019)	10. M55	JAHNS, Peter	1960		<b>00:47:19</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>130</b> (2301)	2. M60	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	Tri Club Wuppertal	<b>00:47:21</b>
<b>131</b> (2082)	32. M45	FLOßBACH, Heinz	1967		<b>00:47:32</b>
<b>132</b> (596)	3. M60	SOETHOUT, Guido	1955	Laufmonster	<b>00:47:36</b>
<b>133</b> (2070)	33. M45	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	<b>00:47:38</b>
<b>134</b> (2177)	19. M40	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel	<b>00:47:38</b>
<b>135</b> (2258)	20. M40	PLAZINSKI, Gerhard	1975		<b>00:47:39</b>
<b>136</b> (257)	21. M40	PROBST, Florian	1975	CrossAthlet	<b>00:47:41</b>
<b>137</b> (2069)	34. M45	DREESBACH, Dirk	1968	LC Weilerswist	<b>00:47:44</b>
<b>138</b> (2143)	21. M50	KAMMLER, Reinhard	1963		<b>00:47:47</b>
<b>139</b> (2210)	22. M50	MARCUS, Holger	1964	TRlandertaler	<b>00:47:59</b>
<b>140</b> (2168)	4. M60	KÖNGETER, Hans	1954	SCB Horrem	<b>00:48:00</b>
<b>141</b> (2211)	5. M60	MAURER, Franz	1955	LT Grafschaft	<b>00:48:01</b>
<b>142</b> (1020)	18. M35	JAU, Alexander	1976	ASV Köln Lauftreff	<b>00:48:03</b>
<b>143</b> (2265)	35. M45	RAUTENBERG, Stefan	1967	A.Schulman GmbH	<b>00:48:06</b>
<b>144</b> (2159)	14. M	KLAUS, Tobias	1987		<b>00:48:08</b>
<b>145</b> (579)	11. M55	HARKENBROICH, Wolfgang	1960		<b>00:48:11</b>
<b>146</b> (2250)	19. M35	PESCHEL, Sascha	1979	PSYX	<b>00:48:12</b>
<b>147</b> (473)	12. M55	KIMMERLE, Helmut	1958		<b>00:48:13</b>
<b>148</b> (531)	1. MJ U16	MESSING, Uli	2001		<b>00:48:22</b>
<b>149</b> (493)	23. M50	SOKR MONTE, Jorge	1963	Wermelskirchen	<b>00:48:26</b>
<b>150</b> (1012)	15. M	FOCHT, Tim	1992		<b>00:48:32</b>
<b>151</b> (2331)	36. M45	VALKYSER, Christof	1966	TV Herkenrath	<b>00:48:40</b>
<b>152</b> (2440)	13. M55	EIDMANN, Volker	1960		<b>00:48:41</b>
<b>153</b> (2119)	20. M35	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen	<b>00:48:45</b>
<b>154</b> (2450)	16. M	JUCHEM, Philipp	1992		<b>00:48:49</b>
<b>155</b> (273)	1. M85	N.N., 273	1901	bitte melden	<b>00:48:51</b>
<b>156</b> (548)	24. M50	MÜLLER, Ralph	1963	LT Düsseldorf Süd	<b>00:48:57</b>
<b>157</b> (584)	25. M50	WOLBER, Kalli	1963	Lucas Runners	<b>00:49:03</b>
<b>158</b> (2343)	21. M35	VOLMER, Martin	1977		<b>00:49:03</b>
<b>159</b> (2313)	26. M50	SPANKA, Jürgen	1964		<b>00:49:03</b>
<b>160</b> (226)	7. M U23	DRESCHER, Marvin	1995		<b>00:49:04</b>
<b>161</b> (1081)	22. M40	KEVERPÜTZ, Sascha	1971		<b>00:49:05</b>
<b>162</b> (629)	27. M50	RESCH, Kilian	1961		<b>00:49:06</b>
<b>163</b> (578)	22. M35	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	<b>00:49:07</b>
<b>164</b> (533)	8. M U23	KIEHNE, Alexander	1995		<b>00:49:08</b>
<b>165</b> (2426)	14. M55	WELLER, Michael	1960	ASG Altenkirchen	<b>00:49:21</b>
<b>166</b> (307)	9. M U23	ACHENBACH, Philip	1994		<b>00:49:24</b>
<b>167</b> (258)	10. M U23	RILL, Samuel	1994		<b>00:49:26</b>
<b>168</b> (561)	28. M50	BOWIKOWSKI, Matthias	1963		<b>00:49:29</b>
<b>169</b> (2285)	29. M50	SCHEPERS, Thomas	1965	1. Kölner Laufstall	<b>00:49:29</b>
<b>170</b> (534)	11. M U23	CAUSEMANN, Leon	1995		<b>00:49:30</b>
<b>171</b> (2447)	37. M45	HUSS, Klaus	1967	TuS Köln rrh.	<b>00:49:32</b>
<b>172</b> (589)	12. M U23	ALI ABALI, Mohammed	1994	LT Grafschaft	<b>00:49:34</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>173</b> (2268)	23. M35	RIDDER, Felix	1978	Koldinger Jungs	<b>00:49:37</b>
<b>174</b> (1031)	23. M40	PFEIFFER, Axel	1974	SV AXA Köln	<b>00:49:38</b>
<b>175</b> (585)	17. M	BOCK, Svenja	1988	Kölner Triathlon Team 01 e.V.	<b>00:49:43</b>
<b>176</b> (2075)	30. M50	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	<b>00:49:44</b>
<b>177</b> (581)	6. M60	PIOTROWSKI, Wolfgang	1954	KT 43 Köln	<b>00:49:46</b>
<b>178</b> (2002)	13. M30	ALTMANN, Markus	1982	Fußball-Verband Mittelrhein	<b>00:49:47</b>
<b>179</b> (2329)	15. M55	TROST, Stefan	1958	Laufzentrum Martinstraße	<b>00:49:52</b>
<b>180</b> (556)	31. M50	UNGER, Stefan	1962	LC Weilerswist	<b>00:49:53</b>
<b>181</b> (2381)	32. M50	BOELTER, Thomas	1963	ERGO sports Köln	<b>00:49:58</b>
<b>182</b> (168)	33. M50	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	<b>00:49:59</b>
<b>183</b> (2201)	38. M45	LICHT, Martin	1970	G+ Running / Laufen	<b>00:50:04</b>
<b>184</b> (2383)	24. M40	VON NISWANDT, Timo	1973	ERGO sports Köln	<b>00:50:07</b>
<b>185</b> (2305)	25. M40	SCHWENCK, Christian	1974	mas-training	<b>00:50:09</b>
<b>186</b> (2255)	7. M60	PFITZNER, Bernd	1955		<b>00:50:19</b>
<b>187</b> (628)	26. M40	SCHOKAUER, Christin	1974		<b>00:50:25</b>
<b>188</b> (2324)	34. M50	THIEMERMANN, Norbert	1963	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:50:27</b>
<b>189</b> (2030)	27. M40	BÖRSTE, Andreas	1972		<b>00:50:30</b>
<b>190</b> (206)	24. M35	STRUBE, Thomas Alexander	1976	DJG	<b>00:50:32</b>
<b>191</b> (612)	14. M30	BAUMEISTER, Sebastian	1982	Meindorfer Adler	<b>00:50:34</b>
<b>192</b> (600)	18. M	WINTER, Sören	1986	SG Mörsbach	<b>00:50:37</b>
<b>193</b> (598)	35. M50	WÖRSDÖRFER, Stefan	1961	TV Refrath	<b>00:50:41</b>
<b>194</b> (2088)	25. M35	GEISLER, Christian	1977		<b>00:50:44</b>
<b>195</b> (153)	36. M50	THIEME, Dieter	1964	TuS Köln rrh.	<b>00:50:44</b>
<b>196</b> (2453)	39. M45	KÜHNE, Kai	1966	GALERIA Kaufhof Sportverein	<b>00:50:50</b>
<b>197</b> (2221)	16. M55	MOGDANS, Joachim	1958	Jahrgang 58	<b>00:50:51</b>
<b>198</b> (2208)	40. M45	MANDT, Markus	1968	LT Saaler Mühle	<b>00:50:57</b>
<b>199</b> (2017)	17. M55	BENDER, Matthias	1956	SSF Bonn Triathlon	<b>00:50:59</b>
<b>200</b> (2096)	37. M50	GRIMM, Manfred	1962	1. Kölner Laufstall	<b>00:51:08</b>
<b>201</b> (2162)	38. M50	KNEPPER, Michael	1963		<b>00:51:09</b>
<b>202</b> (595)	1. M70	VON HARLESSEM, Klaus	1945		<b>00:51:12</b>
<b>203</b> (2456)	39. M50	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	<b>00:51:13</b>
<b>204</b> (271)	2. M85	N.N., 271	1901	bitte melden	<b>00:51:16</b>
<b>205</b> (2067)	19. M	DÖHLER, Stephen	1987		<b>00:51:16</b>
<b>206</b> (241)	41. M45	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist	<b>00:51:20</b>
<b>207</b> (2257)	40. M50	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	<b>00:51:23</b>
<b>208</b> (2253)	13. M U23	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	<b>00:51:30</b>
<b>209</b> (2254)	42. M45	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	<b>00:51:33</b>
<b>210</b> (2339)	28. M40	VILI, Andreas	1975		<b>00:51:33</b>
<b>211</b> (602)	26. M35	LINDT, Stefan	1980		<b>00:51:34</b>
<b>212</b> (606)	1. M65	KERSTING, Friedel	1950		<b>00:51:35</b>
<b>213</b> (641)	43. M45	FUNK, Kay	1970		<b>00:51:39</b>
<b>214</b> (2462)	8. M60	SCHALL, Manfred	1955		<b>00:51:41</b>
<b>215</b> (174)	44. M45	HEINEN, Olaf	1966		<b>00:51:42</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>216</b> (2046)	41. M50	BUECHEL, Heinz	1963	MACH3 Köln e.V.	<b>00:51:46</b>
<b>217</b> (1045)	14. M U23	VENMANNS, Dominik	1995		<b>00:51:50</b>
<b>218</b> (2125)	45. M45	HOFFMANN, Dirk	1969		<b>00:51:54</b>
<b>219</b> (2071)	46. M45	EIMANN VON DEN BERGEN, Simon	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:52:05</b>
<b>220</b> (207)	47. M45	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof Sportverein	<b>00:52:05</b>
<b>221</b> (2341)	48. M45	VOGEL, Jörg	1969		<b>00:52:08</b>
<b>222</b> (2044)	29. M40	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	<b>00:52:10</b>
<b>223</b> (2198)	30. M40	LECHELT, Stefan	1975	Runtastic Laufgruppe	<b>00:52:15</b>
<b>224</b> (2128)	49. M45	HOFFMANN, Jürgen	1969		<b>00:52:20</b>
<b>225</b> (2288)	50. M45	SCHMIDT, Michael	1968	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:52:22</b>
<b>226</b> (2106)	15. M30	HAUSEUR, Pascal	1982		<b>00:52:23</b>
<b>227</b> (2304)	51. M45	SCHWAB, Stefan	1970		<b>00:52:26</b>
<b>228</b> (2272)	31. M40	RÜFFLER, Andreas	1971	DLRG Wipperfürth	<b>00:52:28</b>
<b>229</b> (2118)	18. M55	HINZMANN-MÜCK, Manfred	1960	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:52:32</b>
<b>230</b> (2003)	27. M35	ANSCHÜTZ, Ulrich	1976	Diabetes Programm Deutschland	<b>00:52:33</b>
<b>231</b> (157)	52. M45	KOCH, Frank	1966	ISI Fitniss	<b>00:52:34</b>
<b>232</b> (152)	53. M45	WOLF, Ralf	1966	Tus Nister	<b>00:52:38</b>
<b>233</b> (2451)	2. M70	KOGLIN, Bodo	1943		<b>00:52:44</b>
<b>234</b> (1036)	54. M45	SCHMIDT-KRAYER, Jan	1969	bikeattackoberberg	<b>00:52:49</b>
<b>235</b> (155)	55. M45	CARLÉ, Thomas	1969		<b>00:52:59</b>
<b>236</b> (154)	42. M50	PODZUS, Horst	1961		<b>00:53:02</b>
<b>237</b> (622)	28. M35	EICHHORN, Nadine	1981	SVBG Bergisch Gladbach	<b>00:53:17</b>
<b>238</b> (2406)	56. M45	DANNERT, Carsten	1969	ASV Köln Laufftreff	<b>00:53:24</b>
<b>239</b> (619)	29. M35	KEPPLER, Markus	1979		<b>00:53:28</b>
<b>240</b> (2090)	57. M45	GEPPERT, Dietmar	1967	APCOA Running	<b>00:53:34</b>
<b>241</b> (2065)	43. M50	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:53:36</b>
<b>242</b> (2251)	19. M55	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	<b>00:53:37</b>
<b>243</b> (2457)	32. M40	MEINERS, Christian	1974		<b>00:53:38</b>
<b>244</b> (2309)	30. M35	SINZIG, Michael	1978		<b>00:53:39</b>
<b>245</b> (2300)	31. M35	SCHULZ, Joachim	1977		<b>00:53:42</b>
<b>246</b> (2134)	44. M50	HUPPERTZ, Horst	1963	LG Huskies	<b>00:53:48</b>
<b>247</b> (2092)	20. M55	GLOMBIZA, Rainer	1958	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	<b>00:53:51</b>
<b>248</b> (2246)	58. M45	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	<b>00:53:55</b>
<b>249</b> (2097)	32. M35	GRIMM, Torsten	1980		<b>00:53:59</b>
<b>250</b> (2190)	45. M50	KUSCH, Thomas	1965	PSV Bonn Triathlon	<b>00:54:04</b>
<b>251</b> (304)	16. M30	MICHALSKI, Harm	1984		<b>00:54:05</b>
<b>252</b> (2040)	59. M45	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:54:13</b>
<b>253</b> (2055)	46. M50	CREMER, Jürgen	1962	LLG 80 Nordpark Köln	<b>00:54:14</b>
<b>254</b> (2005)	21. M55	AUDEHM, Dr. Uwe	1960	Alfterer SC	<b>00:54:18</b>
<b>255</b> (601)	22. M55	WINTER, Volker	1956	SG Mörsbach	<b>00:54:19</b>
<b>256</b> (2234)	33. M35	NENTWICH, Henry	1977		<b>00:54:20</b>
<b>257</b> (1329)	47. M50	SCHILD, Stefan	1962		<b>00:54:26</b>
<b>258</b> (2220)	9. M60	MOGA, Bruno	1952	LG Huskies	<b>00:54:32</b>





## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>259</b> (1039)	60. M45	SELBACH, Stefan	1968	Kürtener Läufertrio	<b>00:54:37</b>
<b>260</b> (291)	34. M35	REINARTZ, Michael	1977	GVG Laufteam	<b>00:54:38</b>
<b>261</b> (644)	61. M45	HERRES, Dirk	1968	Köln Lläuft!	<b>00:54:49</b>
<b>262</b> (2204)	23. M55	LOTZWICK, Achim	1957	SV Werder Bremen	<b>00:54:55</b>
<b>263</b> (2376)	17. M30	ZENS, Simon	1984		<b>00:55:07</b>
<b>264</b> (2345)	62. M45	VOß, Roland	1966	Köln Lläuft!	<b>00:55:21</b>
<b>265</b> (308)	33. M40	BIRKENFELD, Florian	1975		<b>00:55:22</b>
<b>266</b> (187)	34. M40	GRIESEMANN, Georg	1974		<b>00:55:25</b>
<b>267</b> (278)	18. M30	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Team DVAG Porz-Wahn	<b>00:55:27</b>
<b>268</b> (502)	10. M60	HARTMANN, Hagen	1954		<b>00:55:31</b>
<b>269</b> (301)	48. M50	BAND, Harald	1962	Casa Ciclista	<b>00:55:31</b>
<b>270</b> (171)	35. M35	SCHMITZ, Sascha	1977		<b>00:55:35</b>
<b>271</b> (267)	11. M60	WEIDMANN, Wolfgang	1955		<b>00:55:45</b>
<b>272</b> (2053)	63. M45	CORDES, Ingo	1967		<b>00:55:52</b>
<b>273</b> (184)	49. M50	CRAMER, Dietmar	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	<b>00:55:56</b>
<b>274</b> (204)	12. M60	STECKEL, Manfred	1955	TriathlonSteckelCologne	<b>00:56:00</b>
<b>275</b> (2112)	2. MJ U16	HERGARTEN, Justin	2001	Laufgruppe WG-Orca	<b>00:56:03</b>
<b>276</b> (231)	50. M50	GOTTSCHALCH, Frank	1961	KALS	<b>00:56:04</b>
<b>277</b> (599)	51. M50	SEMKE, Klaus	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	<b>00:56:09</b>
<b>278</b> (2325)	64. M45	THÖNNES, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	<b>00:56:14</b>
<b>279</b> (2200)	52. M50	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	<b>00:56:23</b>
<b>280</b> (2372)	53. M50	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	<b>00:56:27</b>
<b>281</b> (2192)	54. M50	LAMMEL, Georg	1963	LT Saaler Mühle	<b>00:56:35</b>
<b>282</b> (2146)	55. M50	KEITEL, Sönke	1964		<b>00:56:41</b>
<b>283</b> (200)	19. M30	SCHROEDER, Christian	1981	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:56:42</b>
<b>284</b> (614)	65. M45	ZYZIK, Gunna	1970		<b>00:56:43</b>
<b>285</b> (553)	66. M45	KRIEBEL, Olaf	1969		<b>00:56:44</b>
<b>286</b> (2226)	24. M55	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	<b>00:56:46</b>
<b>287</b> (266)	67. M45	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	<b>00:56:52</b>
<b>288</b> (2013)	2. M65	BECKER, Claus	1949		<b>00:57:06</b>
<b>289</b> (262)	35. M40	STAROSCZYK, Roman	1974		<b>00:57:09</b>
<b>290</b> (2460)	13. M60	OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	<b>00:57:12</b>
<b>291</b> (577)	36. M35	SPOCCHIA, Renato	1979		<b>00:57:12</b>
<b>292</b> (2252)	20. M30	PEUKERT, Bastian	1982		<b>00:57:14</b>
<b>293</b> (163)	56. M50	SPRENGEL, Jörg	1965		<b>00:57:20</b>
<b>294</b> (2141)	37. M35	JETTKANT, Klaus	1979		<b>00:57:24</b>
<b>295</b> (2316)	14. M60	STÄNDER, Roland	1952	Lauftreff Fühlinger See	<b>00:57:29</b>
<b>296</b> (178)	25. M55	KAPPE, Dietmar	1959	Uganda Waragi	<b>00:57:29</b>
<b>297</b> (151)	20. M	NOVIC, Dejan	1990		<b>00:57:30</b>
<b>298</b> (1011)	57. M50	FLASKAMP, Günther	1963	Turnerkreis Nippes	<b>00:57:53</b>
<b>299</b> (2269)	68. M45	RIEGER, Herbert	1966	Campinglauf SahrtaI	<b>00:58:07</b>
<b>300</b> (2289)	69. M45	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	<b>00:58:11</b>
<b>301</b> (2374)	26. M55	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	<b>00:58:12</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>302</b> (643)	38. M35	ZANTHER, Christian	1977		<b>00:58:14</b>
<b>303</b> (2326)	36. M40	TIEFENBACH, Berthold	1971		<b>00:58:29</b>
<b>304</b> (591)	58. M50	KLOPSCH, Helge	1962	Aigerverband	<b>00:58:30</b>
<b>305</b> (1048)	39. M35	WAGENBRETH, Lars	1978		<b>00:58:47</b>
<b>306</b> (2349)	27. M55	WAGNER, Helmut	1956		<b>00:58:59</b>
<b>307</b> (2368)	70. M45	WOITYNEK, Sascha	1970	ERGO sports Köln	<b>00:59:04</b>
<b>308</b> (1016)	59. M50	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	<b>00:59:09</b>
<b>309</b> (590)	37. M40	WÖLFEL, Dirk	1975		<b>00:59:12</b>
<b>310</b> (2446)	28. M55	HAVERKAMP, Peter	1960		<b>00:59:16</b>
<b>311</b> (2291)	60. M50	SCHMITT, Jürgen	1963		<b>00:59:18</b>
<b>312</b> (2172)	38. M40	KOTTMANN, Thorsten	1974		<b>00:59:18</b>
<b>313</b> (172)	71. M45	BOSIO, Andreas	1968		<b>00:59:19</b>
<b>314</b> (173)	72. M45	CONRAD, Frank	1968		<b>00:59:20</b>
<b>315</b> (165)	39. M40	MOHRMANN, Moehre	1973	Der Elf und seine Freunde	<b>00:59:46</b>
<b>316</b> (156)	21. M	SCHIFFCZYK, Christoph	1990		<b>01:00:00</b>
<b>317</b> (2386)	40. M35	BOTT, Alexander	1976	ERGO sports Köln	<b>01:00:13</b>
<b>318</b> (236)	29. M55	GUTERMANN, Gerd W.	1957		<b>01:00:42</b>
<b>319</b> (2140)	41. M35	JANSSEN, Markus	1976	LT Hennef/Sieg	<b>01:00:44</b>
<b>320</b> (597)	30. M55	ROOSEN, Annette	1956		<b>01:00:59</b>
<b>321</b> (2314)	73. M45	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	<b>01:01:03</b>
<b>322</b> (2178)	40. M40	KREBS, Lutz	1973	klotzkoepfe.de	<b>01:01:04</b>
<b>323</b> (223)	22. M	BERGAU, Andre	1987		<b>01:01:08</b>
<b>324</b> (2356)	21. M30	WERNSCHEID, Fabian	1983		<b>01:01:09</b>
<b>325</b> (632)	61. M50	KARUTH, Volker	1964		<b>01:01:11</b>
<b>326</b> (2130)	74. M45	HÖRNLE, Dirk	1967	PSV Bonn Triathlon	<b>01:01:18</b>
<b>327</b> (2111)	41. M40	HELD, Marcus	1973		<b>01:01:46</b>
<b>328</b> (525)	75. M45	CZERWON, Marco	1970		<b>01:01:52</b>
<b>329</b> (177)	42. M40	GAJEK-CZERMON, Beate	1972		<b>01:01:52</b>
<b>330</b> (2116)	62. M50	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	<b>01:02:00</b>
<b>331</b> (2414)	31. M55	ILSANKER, Georg	1960	Vaselino Quattro	<b>01:02:01</b>
<b>332</b> (2217)	32. M55	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	<b>01:02:02</b>
<b>333</b> (555)	23. M	BRANDENBURG, Nadine	1986		<b>01:02:03</b>
<b>334</b> (637)	43. M40	JAMBOR, Matthias	1980		<b>01:02:45</b>
<b>335</b> (1266)	1. M75	BRUNNER, Ulrich	1937		<b>01:02:52</b>
<b>336</b> (565)	24. M	BROICH, Christian	1990		<b>01:03:02</b>
<b>337</b> (2310)	44. M40	SOHNS, Marc	1974		<b>01:03:44</b>
<b>338</b> (2029)	76. M45	BLASS, Frank	1967		<b>01:03:57</b>
<b>339</b> (498)	3. M70	HERGARTEN, Dieter	1943	ERGO sports Köln	<b>01:04:12</b>
<b>340</b> (2100)	77. M45	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		<b>01:04:34</b>
<b>341</b> (2155)	15. M60	KIND, Friedhelm	1952		<b>01:04:46</b>
<b>342</b> (158)	63. M50	HEUSCHÖTTER, Klaus	1964	Fifty Minutes	<b>01:04:52</b>
<b>343</b> (636)	22. M30	NIKELOWSKI, Pascal	1985	Marathonfreunde Köln	<b>01:04:57</b>
<b>344</b> (634)	33. M55	NIKELOWSKI, Norbert	1958	Marathonfreunde Köln	<b>01:04:58</b>



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>345</b> (626)	78. M45	GRAU, Holger	1969	VFB Lövenich	<b>01:05:40</b>
<b>346</b> (2124)	79. M45	HOFFMANN, Michael	1966		<b>01:05:42</b>
<b>347</b> (2315)	3. M65	STÄNDER, Gerhard	1950	Lauftreff Fühlinger See	<b>01:05:50</b>
<b>348</b> (2244)	64. M50	PAFFRATH, Ralf	1965	Aquarena Neunkirchen-Seelscheid	<b>01:05:55</b>
<b>349</b> (2458)	2. M75	MÜLLER, Clemens	1938		<b>01:06:22</b>
<b>350</b> (2371)	45. M40	WOLFGARTEN, Marco	1974	Happy Running Family	<b>01:06:33</b>
<b>351</b> (2094)	4. M65	GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	<b>01:06:51</b>
<b>352</b> (2358)	34. M55	WESTERICH, Hermann	1958		<b>01:06:54</b>
<b>353</b> (2229)	46. M40	MÜNCH, Daniel	1972		<b>01:07:25</b>
<b>354</b> (2287)	42. M35	SCHIER, Andre	1980		<b>01:07:30</b>
<b>355</b> (2292)	1. MJ U18	SCHMITZ, Gero	1998	Laufgruppe WG-Orca	<b>01:07:49</b>
<b>356</b> (303)	3. M75	LANDVOGT, Fredo	1938	Akro Köln	<b>01:08:16</b>
<b>357</b> (617)	4. M75	SIEBERTZ, Klaus	1940	Opperfitness	<b>01:08:34</b>
<b>358</b> (179)	35. M55	BÖSE, Jürgen	1960		<b>01:09:13</b>
<b>359</b> (255)	80. M45	NAGEL, Stefan	1967	Team Wachtberg	<b>01:10:03</b>
<b>360</b> (528)	43. M35	PUPPE, Manfred	1979	Mach 3 Köln	<b>01:10:48</b>
<b>361</b> (2022)	2. MJ U18	BERNDS, Jakob	1999	Laufgruppe WG-Orca	<b>01:10:57</b>
<b>362</b> (2317)	3. MJ U16	STEFFAN, Martin	2000	Laufgruppe WG-Orca	<b>01:10:58</b>
<b>363</b> (558)	44. M35	LENZ, Vera	1979		<b>01:11:12</b>
<b>364</b> (1027)	81. M45	MOHR, Ralph	1966		<b>01:11:13</b>
<b>365</b> (608)	5. M65	FEIGE, Manfred	1947		<b>01:14:56</b>
<b>366</b> (2043)	82. M45	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	<b>01:19:30</b>
<b>367</b> (2138)	47. M40	JACK, Daniel	1971		<b>01:20:44</b>
<b>368</b> (1049)	65. M50	WEVERS, Joachim	1961		<b>01:22:31</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNER</b>					
1 (620)	8. gesamt	APPELHANS, Daniel	1992	ASV Köln	00:37:48
2 (583)	10. gesamt	FISCHER, Jan	1991	Tri Power Rhein Sieg	00:38:25
3 (575)	15. gesamt	MERTESACKER, Andreas	1990	76 runergy Laufteam	00:38:58
4 (2199)	17. gesamt	LEIENDECKER, Matthias	1986	Aachen hat Ausdauer	00:39:15
5 (244)	18. gesamt	KAHLEN, Sebastian	1991	Metzgerrei "Derichs"	00:39:16
6 (2223)	19. gesamt	MOHR, Benjamin	1988	Aachen hat Ausdauer	00:39:20
7 (2444)	32. gesamt	GILLEN, Philippe	1989	MACH3 Köln e.V.	00:40:58
8 (2332)	38. gesamt	VAN DE LOO, Robin	1992	SSF Bonn Triathlon	00:41:18
9 (2132)	41. gesamt	HUNOLD, Maximilian	1989		00:41:28
10 (2117)	49. gesamt	HILLERINGMANN, Mark	1988	Troisdorfer LG	00:41:42
11 (2306)	59. gesamt	SIEBERT, Steve	1988		00:42:30
12 (295)	104. gesamt	THIELEN, Christopher	1989		00:45:11
13 (2236)	120. gesamt	NICKLICH, Philipp	1991	Organspende rettet Leben!	00:46:05
14 (2159)	156. gesamt	KLAUS, Tobias	1987		00:48:08
15 (1012)	163. gesamt	FOCHT, Tim	1992		00:48:32
16 (2450)	170. gesamt	JUCHEM, Philipp	1992		00:48:49
17 (585)	192. gesamt	BOCK, Svenja	1988	Kölner Triathlon Team 01 e.V.	00:49:43
18 (600)	213. gesamt	WINTER, Sören	1986	SG Mörsbach	00:50:37
19 (2067)	228. gesamt	DÖHLER, Stephen	1987		00:51:16
20 (151)	363. gesamt	NOVIC, Dejan	1990		00:57:30
21 (156)	395. gesamt	SCHIFFCZYK, Christoph	1990		01:00:00
22 (223)	408. gesamt	BERGAU, Andre	1987		01:01:08
23 (555)	427. gesamt	BRANDENBURG, Nadine	1986		01:02:03
24 (565)	436. gesamt	BROICH, Christian	1990		01:03:02
<b>JUNIOREN U23</b>					
1 (2262)	22. gesamt	PÜTZ, David	1993		00:39:35
2 (2139)	35. gesamt	JAHNKE, Luca	1993		00:41:06
3 (253)	46. gesamt	MAURER, Sam	1995	TFG 1878 Köln-Nippes	00:41:33
4 (263)	81. gesamt	STEINS, Dennis	1995	Metzgerrei "Derichs"	00:43:49
5 (1028)	103. gesamt	MÜLLER, Till	1993		00:45:10
6 (305)	111. gesamt	GRÖNE, Sascha	1994		00:45:48
7 (226)	176. gesamt	DRESCHER, Marvin	1995		00:49:04
8 (533)	181. gesamt	KIEHNE, Alexander	1995		00:49:08
9 (307)	183. gesamt	ACHENBACH, Philip	1994		00:49:24
10 (258)	184. gesamt	RILL, Samuel	1994		00:49:26
11 (534)	187. gesamt	CAUSEMANN, Leon	1995		00:49:30
12 (589)	189. gesamt	ALI ABALI, Mohammed	1994	LT Grafschaft	00:49:34
13 (2253)	232. gesamt	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	00:51:30
14 (1045)	247. gesamt	VENMANN, Dominik	1995		00:51:50
<b>SENIOREN M30</b>					
1 (2357)	2. gesamt	WESTERHAUSEN, Thomas	1984	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:36:23



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M30</b>					
2 (587)	4. gesamt	SIMSSICH, Erik	1985	LG Telis Finanz Regensburg	00:36:54
3 (218)	6. gesamt	TRAUTMANN, Georg	1983	Tri Power Rhein Sieg	00:37:31
4 (2018)	9. gesamt	BENDER, Dennis	1982	ASV Köln Triathlon	00:38:01
5 (2421)	21. gesamt	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln Triathlon	00:39:34
6 (2059)	43. gesamt	DICKMEIS, Michael	1984	SSF Bonn Triathlon	00:41:32
7 (576)	74. gesamt	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn	00:43:21
8 (516)	98. gesamt	STIEGLER, Daniel	1985	LT Saaler Mühle	00:44:51
9 (2303)	100. gesamt	SCHUSTER, Fabian	1982		00:45:00
10 (621)	108. gesamt	HOCHEIM, Martin	1983	ASV Köln	00:45:34
11 (2107)	123. gesamt	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	00:46:14
12 (1025)	137. gesamt	KONSTANTYNOVSKI, Kostyantín	1985	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:14
13 (2002)	196. gesamt	ALTMANN, Markus	1982	Fußball-Verband Mittelrhein	00:49:47
14 (612)	212. gesamt	BAUMEISTER, Sebastian	1982	Meindorfer Adler	00:50:34
15 (2106)	259. gesamt	HAUSEUR, Pascal	1982		00:52:23
16 (304)	291. gesamt	MICHALSKI, Harm	1984		00:54:05
17 (2376)	310. gesamt	ZENS, Simon	1984		00:55:07
18 (278)	315. gesamt	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Team DVAG Porz-Wahn	00:55:27
19 (200)	340. gesamt	SCHROEDER, Christian	1981	Team Erdinger Alkoholfrei	00:56:42
20 (2252)	356. gesamt	PEUKERT, Bastian	1982		00:57:14
21 (2356)	409. gesamt	WERNSCHEID, Fabian	1983		01:01:09
22 (636)	451. gesamt	NIKELOWSKI, Pascal	1985	Marathonfreunde Köln	01:04:57
<b>SENIOREN M35</b>					
1 (2039)	1. gesamt	BREUNUNG, Dirk	1976	Team Erdinger Alkoholfrei	00:35:25
2 (2152)	20. gesamt	KIEHLE, Christian	1976		00:39:21
3 (2194)	23. gesamt	LAND, Matthias	1980	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:39:56
4 (2129)	39. gesamt	HOLTHOFF, Carsten	1976	LG Monheim / Baumberg	00:41:21
5 (631)	44. gesamt	DELI, Houssain	1979	LSG Wind	00:41:33
6 (176)	52. gesamt	CASTELLANETA, Mario	1980	LSG Wind Immobilien	00:41:58
7 (2021)	67. gesamt	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebilly	00:42:53
8 (2073)	80. gesamt	EßER, André	1976	Team Luftwaffe	00:43:48
9 (2205)	83. gesamt	LÜBBERT, Mark	1979		00:43:57
10 (2438)	90. gesamt	DREUTH, Christoph	1980	Running for Matilda	00:44:27
11 (2455)	91. gesamt	LAST, Christoph	1977	TSG Valbert	00:44:30
12 (2297)	95. gesamt	SCHNEIDER, Marco	1978	LSM Libur	00:44:49
13 (2025)	105. gesamt	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Grafenschaft	00:45:15
14 (573)	113. gesamt	SCHRETZMAIR, Timo	1978		00:45:50
15 (2420)	118. gesamt	OVER, Bernd	1976	Team TriWo	00:46:01
16 (2122)	128. gesamt	HOCHKÖPPER, Oliver	1980	Team Luftwaffe	00:46:40
17 (611)	133. gesamt	REGLIN, Alexander	1976	LLG St. Augustin	00:46:59
18 (1020)	154. gesamt	JAUK, Alexander	1976	ASV Köln Laufftreff	00:48:03
19 (2250)	158. gesamt	PESCHEL, Sascha	1979	PSYX	00:48:12
20 (2119)	168. gesamt	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen	00:48:45





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M35</b>					
21 (2343)	174. gesamt	VOLMER, Martin	1977		00:49:03
22 (578)	180. gesamt	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	00:49:07
23 (2268)	190. gesamt	RIDDER, Felix	1978	Koldinger Jungs	00:49:37
24 (206)	211. gesamt	STRUBE, Thomas Alexander	1976	DJG	00:50:32
25 (2088)	217. gesamt	GEISLER, Christian	1977		00:50:44
26 (602)	237. gesamt	LINDT, Stefan	1980		00:51:34
27 (2003)	264. gesamt	ANSCHÜTZ, Ulrich	1976	Diabetes Programm Deutschland	00:52:33
28 (622)	272. gesamt	EICHHORN, Nadine	1981	SVBG Bergisch Gladbach	00:53:17
29 (619)	276. gesamt	KEPPLER, Markus	1979		00:53:28
30 (2309)	281. gesamt	SINZIG, Michael	1978		00:53:39
31 (2300)	282. gesamt	SCHULZ, Joachim	1977		00:53:42
32 (2097)	288. gesamt	GRIMM, Torsten	1980		00:53:59
33 (2234)	299. gesamt	NENTWICH, Henry	1977		00:54:20
34 (291)	304. gesamt	REINARTZ, Michael	1977	GVG Laufteam	00:54:38
35 (171)	318. gesamt	SCHMITZ, Sascha	1977		00:55:35
36 (577)	354. gesamt	SPOCCHIA, Renato	1979		00:57:12
37 (2141)	360. gesamt	JETTKANT, Klaus	1979		00:57:24
38 (643)	369. gesamt	ZANTHER, Christian	1977		00:58:14
39 (1048)	375. gesamt	WAGENBRETH, Lars	1978		00:58:47
40 (2386)	396. gesamt	BOTT, Alexander	1976	ERGO sports Köln	01:00:13
41 (2140)	402. gesamt	JANSSEN, Markus	1976	LT Hennef/Sieg	01:00:44
42 (2287)	474. gesamt	SCHIER, Andre	1980		01:07:30
43 (528)	489. gesamt	PUPPE, Manfred	1979	Mach 3 Köln	01:10:48
44 (558)	494. gesamt	LENZ, Vera	1979		01:11:12
<b>SENIOREN M40</b>					
1 (2095)	25. gesamt	GREWE, Marc	1971	Union Biesfeld Triathlon	00:40:08
2 (2259)	29. gesamt	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	00:40:24
3 (1224)	36. gesamt	HINTSCH, Thorsten	1973		00:41:12
4 (630)	37. gesamt	FRITZ, Thomas	1975	LSG Wind	00:41:15
5 (162)	54. gesamt	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St. Augustin	00:42:01
6 (280)	63. gesamt	GRÜNE, Ansgar	1974	PSV Bonn Triathlon	00:42:48
7 (2187)	64. gesamt	KULLE, Marcus	1972	SV AXA Köln	00:42:50
8 (2441)	70. gesamt	FRANZ, Einiko	1975	Lauftreff 1. FC Spich	00:43:01
9 (2032)	87. gesamt	BRANG, Michael	1971	LT Graftschaft	00:44:16
10 (571)	92. gesamt	SAJITZ, Olaf	1975	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:44:32
11 (2167)	101. gesamt	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine e.V.	00:45:05
12 (306)	106. gesamt	LATTICH, Klaus	1973		00:45:18
13 (222)	109. gesamt	BAARS, Henning	1971		00:45:41
14 (535)	114. gesamt	WASCHULL, Mario	1973	Team Laufcampus	00:45:54
15 (2227)	121. gesamt	MÜLLER, Michael	1972	Union Biesfeld Triathlon	00:46:09
16 (1007)	124. gesamt	DUBIEL, Jaroslaw	1971		00:46:14
17 (284)	130. gesamt	KUTHE, Thorsten	1972		00:46:48



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M40</b>					
18 (603)	138. gesamt	EL YADARI, Adnane	1975		00:47:17
19 (2177)	145. gesamt	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel	00:47:38
20 (2258)	146. gesamt	PLAZINSKI, Gerhard	1975		00:47:39
21 (257)	147. gesamt	PROBST, Florian	1975	CrossAthlet	00:47:41
22 (1081)	177. gesamt	KEVERPÜTZ, Sascha	1971		00:49:05
23 (1031)	191. gesamt	PFEIFFER, Axel	1974	SV AXA Köln	00:49:38
24 (2383)	203. gesamt	VON NISWANDT, Timo	1973	ERGO sports Köln	00:50:07
25 (2305)	205. gesamt	SCHWENCK, Christian	1974	mas-training	00:50:09
26 (628)	208. gesamt	SCHOKAUER, Christin	1974		00:50:25
27 (2030)	210. gesamt	BÖRSTE, Andreas	1972		00:50:30
28 (2339)	236. gesamt	VILI, Andreas	1975		00:51:33
29 (2044)	253. gesamt	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	00:52:10
30 (2198)	255. gesamt	LECHELT, Stefan	1975	Runtastic Laufgruppe	00:52:15
31 (2272)	261. gesamt	RÜFFLER, Andreas	1971	DLRG Wipperfürth	00:52:28
32 (2457)	280. gesamt	MEINERS, Christian	1974		00:53:38
33 (308)	313. gesamt	BIRKENFELD, Florian	1975		00:55:22
34 (187)	314. gesamt	GRIESEMANN, Georg	1974		00:55:25
35 (262)	352. gesamt	STAROSCZYK, Roman	1974		00:57:09
36 (2326)	372. gesamt	TIEFENBACH, Berthold	1971		00:58:29
37 (590)	382. gesamt	WÖLFEL, Dirk	1975		00:59:12
38 (2172)	387. gesamt	KOTTMANN, Thorsten	1974		00:59:18
39 (165)	394. gesamt	MOHRMANN, Moehre	1973	Der Elf und seine Freunde	00:59:46
40 (2178)	406. gesamt	KREBS, Lutz	1973	klotzkoepfe.de	01:01:04
41 (2111)	417. gesamt	HELD, Marcus	1973		01:01:46
42 (177)	420. gesamt	GAJEK-CZERMON, Beate	1972		01:01:52
43 (637)	431. gesamt	JAMBOR, Matthias	1980		01:02:45
44 (2310)	439. gesamt	SOHNS, Marc	1974		01:03:44
45 (2371)	467. gesamt	WOLFGARTEN, Marco	1974	Happy Running Family	01:06:33
46 (2229)	473. gesamt	MÜNCH, Daniel	1972		01:07:25
47 (2138)	503. gesamt	JACK, Daniel	1971		01:20:44
<b>SENIOREN M45</b>					
1 (568)	3. gesamt	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	00:36:35
2 (2295)	5. gesamt	SCHNEIDER, Norbert	1968	Laufsport Bunert - Der Kölner Laufla	00:37:12
3 (275)	11. gesamt	BULLACH, Andrej	1969	LG Hückeswagen	00:38:31
4 (2144)	12. gesamt	KANNAPINN, Daniel	1968	Selbstläufer SV Altenahr	00:38:33
5 (615)	14. gesamt	ARENZ, Jens	1969		00:38:50
6 (259)	30. gesamt	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	00:40:33
7 (2147)	33. gesamt	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	00:41:03
8 (2228)	40. gesamt	MÜLLER, Josef	1968	LT Graftschaft	00:41:24
9 (2036)	47. gesamt	BRÄUTIGAM, Dr. Claus	1969	TFG 1878 Köln-Nippes	00:41:33
10 (2442)	50. gesamt	FRENZ, Andreas	1969	SG Bundesfinanzministerium	00:41:46
11 (549)	53. gesamt	HARTMANN, Frederick	1968	TV Refrath	00:42:00



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M45</b>					
12 (2182)	58. gesamt	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	00:42:14
13 (2031)	62. gesamt	BOVO, Frank	1968		00:42:46
14 (254)	65. gesamt	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	00:42:51
15 (536)	68. gesamt	PRETORIUS, Dirk	1969		00:42:56
16 (2359)	72. gesamt	WICHMANN, Thomas	1967	Laufftreff Köln Süd	00:43:16
17 (557)	73. gesamt	NIELSEN, Jens	1968		00:43:18
18 (2197)	77. gesamt	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	00:43:32
19 (2035)	78. gesamt	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM Essen	00:43:39
20 (2235)	79. gesamt	NEUENFELDT, Norbert	1967	Team CGN-Radsport	00:43:40
21 (2232)	82. gesamt	NEIS, Markus	1967		00:43:50
22 (159)	88. gesamt	HUSEMANN, Georg	1968		00:44:17
23 (300)	89. gesamt	WOLFF, Martin	1970	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:44:21
24 (2437)	93. gesamt	DREES, Volker	1966	Team TriWo	00:44:42
25 (2098)	94. gesamt	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:44:46
26 (2237)	96. gesamt	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		00:44:50
27 (594)	97. gesamt	DOIL, Carsten	1966	TS 79 Bergisch Gladbach	00:44:50
28 (2061)	119. gesamt	DINTER, Martin	1967		00:46:05
29 (551)	129. gesamt	BOHR, Oliver	1968	Vorwärts Köln	00:46:43
30 (592)	132. gesamt	DREESBACH, Rudolf	1966	LT Siebengebirge	00:46:58
31 (509)	134. gesamt	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:01
32 (2082)	142. gesamt	FLOßBACH, Heinz	1967		00:47:32
33 (2070)	144. gesamt	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	00:47:38
34 (2069)	148. gesamt	DREESBACH, Dirk	1968	LC Weilerswist	00:47:44
35 (2265)	155. gesamt	RAUTENBERG, Stefan	1967	A.Schulman GmbH	00:48:06
36 (2331)	166. gesamt	VALKYSER, Christof	1966	TV Herkenrath	00:48:40
37 (2447)	188. gesamt	HUSS, Klaus	1967	TuS Köln rrh.	00:49:32
38 (2201)	202. gesamt	LICHT, Martin	1970	G+ Running / Laufen	00:50:04
39 (2453)	219. gesamt	KÜHNE, Kai	1966	GALERIA Kaufhof Sportverein	00:50:50
40 (2208)	221. gesamt	MANDT, Markus	1968	LT Saaler Mühle	00:50:57
41 (241)	229. gesamt	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist	00:51:20
42 (2254)	235. gesamt	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	00:51:33
43 (641)	242. gesamt	FUNK, Kay	1970		00:51:39
44 (174)	244. gesamt	HEINEN, Olaf	1966		00:51:42
45 (2125)	248. gesamt	HOFFMANN, Dirk	1969		00:51:54
46 (2071)	250. gesamt	EIMANN VON DEN BERGEN, Simon	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	00:52:05
47 (207)	251. gesamt	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof Sportverein	00:52:05
48 (2341)	252. gesamt	VOGEL, Jörg	1969		00:52:08
49 (2128)	256. gesamt	HOFFMANN, Jürgen	1969		00:52:20
50 (2288)	258. gesamt	SCHMIDT, Michael	1968	Team Erdinger Alkoholfrei	00:52:22
51 (2304)	260. gesamt	SCHWAB, Stefan	1970		00:52:26
52 (157)	265. gesamt	KOCH, Frank	1966	ISI Fitniss	00:52:34
53 (152)	266. gesamt	WOLF, Ralf	1966	Tus Nister	00:52:38
54 (1036)	268. gesamt	SCHMIDT-KRAYER, Jan	1969	bikeattackoberberg	00:52:49



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M45</b>					
55 (155)	269. gesamt	CARLÉ, Thomas	1969		00:52:59
56 (2406)	275. gesamt	DANNERT, Carsten	1969	ASV Köln Lauftreff	00:53:24
57 (2090)	277. gesamt	GEPPERT, Dietmar	1967	APCOA Running	00:53:34
58 (2246)	287. gesamt	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	00:53:55
59 (2040)	293. gesamt	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	00:54:13
60 (1039)	303. gesamt	SELBACH, Stefan	1968	Kürtener Läufertrio	00:54:37
61 (644)	305. gesamt	HERRES, Dirk	1968	Köln Lläuft!	00:54:49
62 (2345)	312. gesamt	VOß, Roland	1966	Köln Lläuft!	00:55:21
63 (2053)	323. gesamt	CORDES, Ingo	1967		00:55:52
64 (2325)	332. gesamt	THÖNNES, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	00:56:14
65 (614)	341. gesamt	ZYZIK, Gunna	1970		00:56:43
66 (553)	342. gesamt	KRIEBEL, Olaf	1969		00:56:44
67 (266)	345. gesamt	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	00:56:52
68 (2269)	366. gesamt	RIEGER, Herbert	1966	Campinglauf Sahrtal	00:58:07
69 (2289)	367. gesamt	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	00:58:11
70 (2368)	379. gesamt	WOITYNEK, Sascha	1970	ERGO sports Köln	00:59:04
71 (172)	388. gesamt	BOSIO, Andreas	1968		00:59:19
72 (173)	389. gesamt	CONRAD, Frank	1968		00:59:20
73 (2314)	405. gesamt	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	01:01:03
74 (2130)	412. gesamt	HÖRNLE, Dirk	1967	PSV Bonn Triathlon	01:01:18
75 (525)	419. gesamt	CZERWON, Marco	1970		01:01:52
76 (2029)	441. gesamt	BLASS, Frank	1967		01:03:57
77 (2100)	446. gesamt	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		01:04:34
78 (626)	460. gesamt	GRAU, Holger	1969	VFB Lövenich	01:05:40
79 (2124)	462. gesamt	HOFFMANN, Michael	1966		01:05:42
80 (255)	485. gesamt	NAGEL, Stefan	1967	Team Wachtberg	01:10:03
81 (1027)	495. gesamt	MOHR, Ralph	1966		01:11:13
82 (2043)	502. gesamt	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	01:19:30
<b>SENIOREN M50</b>					
1 (2312)	13. gesamt	SOMMERSHOF, Joachim	1963	PSV Bonn Triathlon	00:38:48
2 (2409)	24. gesamt	ENGELBRACHT, Frank	1965	Schwelmer Jungs	00:39:59
3 (170)	28. gesamt	KNAUF, Albert	1964		00:40:22
4 (2415)	31. gesamt	MAUTER, Jörg	1965	Wiehltaler LC	00:40:45
5 (2439)	45. gesamt	DUDLEY, Richard	1961	LG Donatus Erftstadt	00:41:33
6 (2207)	48. gesamt	MÄDJE, Ingo	1963	Union Biesfeld Triathlon	00:41:41
7 (2203)	55. gesamt	LOHMANN, Peter	1965	SC Bayer 05 Uerdingen	00:42:05
8 (2049)	60. gesamt	CHRISTEN, Peter	1964	Kölner Ausdauer- u. Laufschule	00:42:34
9 (182)	69. gesamt	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	00:42:58
10 (2256)	71. gesamt	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße	00:43:14
11 (2076)	75. gesamt	FETTING, Stefan	1964	Feuerwehr Königswinter	00:43:27
12 (547)	85. gesamt	NIEDESWIPPER, Harald	1962		00:44:06
13 (2382)	107. gesamt	MANTHEI, Christian	1962	ERGO sports Köln	00:45:33



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M50</b>					
14 (2410)	110. gesamt	GLOMB, Bodo	1963		00:45:47
15 (2004)	112. gesamt	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners	00:45:49
16 (246)	125. gesamt	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen Triathlon	00:46:19
17 (2077)	127. gesamt	FEULBACH, Frank	1965		00:46:31
18 (2087)	135. gesamt	GEIßJER, Jakob	1962	Männer	00:47:06
19 (2131)	136. gesamt	HÜLLEN, Jürgen	1962	SG GFC DÜREN	00:47:12
20 (2338)	139. gesamt	VIANDEN, Wolfgang	1965	andare sport	00:47:18
21 (2143)	149. gesamt	KAMMLER, Reinhard	1963		00:47:47
22 (2210)	150. gesamt	MARCUS, Holger	1964	TRlandertaler	00:47:59
23 (493)	162. gesamt	SOKR MONTE, Jorge	1963	Wermelskirchen	00:48:26
24 (548)	172. gesamt	MÜLLER, Ralph	1963	LT Düsseldorf Süd	00:48:57
25 (584)	173. gesamt	WOLBER, Kalli	1963	Lucas Runners	00:49:03
26 (2313)	175. gesamt	SPANKA, Jürgen	1964		00:49:03
27 (629)	178. gesamt	RESCH, Kilian	1961		00:49:06
28 (561)	185. gesamt	BOWIKOWSKI, Matthias	1963		00:49:29
29 (2285)	186. gesamt	SCHEPERS, Thomas	1965	1. Kölner Laufstall	00:49:29
30 (2075)	194. gesamt	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	00:49:44
31 (556)	199. gesamt	UNGER, Stefan	1962	LC Weilerswist	00:49:53
32 (2381)	200. gesamt	BOELTER, Thomas	1963	ERGO sports Köln	00:49:58
33 (168)	201. gesamt	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	00:49:59
34 (2324)	209. gesamt	THIEMERMANN, Norbert	1963	Team Erdinger Alkoholfrei	00:50:27
35 (598)	216. gesamt	WÖRSDÖRFER, Stefan	1961	TV Refrath	00:50:41
36 (153)	218. gesamt	THIEME, Dieter	1964	TuS Köln rrh.	00:50:44
37 (2096)	223. gesamt	GRIMM, Manfred	1962	1. Kölner Laufstall	00:51:08
38 (2162)	224. gesamt	KNEPPER, Michael	1963		00:51:09
39 (2456)	226. gesamt	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	00:51:13
40 (2257)	230. gesamt	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	00:51:23
41 (2046)	245. gesamt	BUECHEL, Heinz	1963	MACH3 Köln e.V.	00:51:46
42 (154)	270. gesamt	PODZUS, Horst	1961		00:53:02
43 (2065)	278. gesamt	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	00:53:36
44 (2134)	285. gesamt	HUPPERTZ, Horst	1963	LG Huskies	00:53:48
45 (2190)	290. gesamt	KUSCH, Thomas	1965	PSV Bonn Triathlon	00:54:04
46 (2055)	295. gesamt	CREMER, Jürgen	1962	LLG 80 Nordpark Köln	00:54:14
47 (1329)	300. gesamt	SCHILD, Stefan	1962		00:54:26
48 (301)	317. gesamt	BAND, Harald	1962	Casa Ciclista	00:55:31
49 (184)	325. gesamt	CRAMER, Dietmar	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	00:55:56
50 (231)	329. gesamt	GOTTSCHALCH, Frank	1961	KALS	00:56:04
51 (599)	330. gesamt	SEMKE, Klaus	1964	TS 79 Bergisch Gladbach	00:56:09
52 (2200)	335. gesamt	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	00:56:23
53 (2372)	336. gesamt	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	00:56:27
54 (2192)	338. gesamt	LAMMEL, Georg	1963	LT Saaler Mühle	00:56:35
55 (2146)	339. gesamt	KEITEL, Sönke	1964		00:56:41
56 (163)	358. gesamt	SPRENGEL, Jörg	1965		00:57:20





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M50</b>					
57 (1011)	364. gesamt	FLASKAMP, Günther	1963	Turnerkreis Nippes	00:57:53
58 (591)	373. gesamt	KLOPSCH, Helge	1962	Aigerverband	00:58:30
59 (1016)	381. gesamt	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	00:59:09
60 (2291)	386. gesamt	SCHMITT, Jürgen	1963		00:59:18
61 (632)	410. gesamt	KARUTH, Volker	1964		01:01:11
62 (2116)	424. gesamt	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	01:02:00
63 (158)	449. gesamt	HEUSCHÖTTER, Klaus	1964	Fifty Minutes	01:04:52
64 (2244)	464. gesamt	PAFFRATH, Ralf	1965	Aquarena Neunkirchen-Seelscheid	01:05:55
65 (1049)	507. gesamt	WEVERS, Joachim	1961		01:22:31
<b>SENIOREN M55</b>					
1 (2275)	27. gesamt	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	00:40:19
2 (563)	42. gesamt	PUTZ, Harry	1959		00:41:31
3 (570)	51. gesamt	KRÖHNERT, Klaus	1958	TSV Weiss-Köln	00:41:48
4 (605)	56. gesamt	VAN MUNSTER, Gerrit	1957	LG Hückeswagen	00:42:07
5 (2068)	57. gesamt	DONATH, Aurelius	1958		00:42:09
6 (2158)	61. gesamt	KIRSCHKE, Gerd	1956	SV Wuppertal Neuenhof	00:42:40
7 (2153)	76. gesamt	KIESEL, Ralf	1959		00:43:29
8 (554)	86. gesamt	GROENENWALD, Klaus	1958		00:44:08
9 (580)	115. gesamt	FISCHER, Bernd	1958	Tri Power Rhein Sieg	00:45:58
10 (1019)	140. gesamt	JAHNS, Peter	1960		00:47:19
11 (579)	157. gesamt	HARKENBROICH, Wolfgang	1960		00:48:11
12 (473)	159. gesamt	KIMMERLE, Helmut	1958		00:48:13
13 (2440)	167. gesamt	EIDMANN, Volker	1960		00:48:41
14 (2426)	182. gesamt	WELLER, Michael	1960	ASG Altenkirchen	00:49:21
15 (2329)	198. gesamt	TROST, Stefan	1958	Laufzentrum Martinstraße	00:49:52
16 (2221)	220. gesamt	MOGDANS, Joachim	1958	Jahrgang 58	00:50:51
17 (2017)	222. gesamt	BENDER, Matthias	1956	SSF Bonn Triathlon	00:50:59
18 (2118)	262. gesamt	HINZMANN-MÜCK, Manfred	1960	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:52:32
19 (2251)	279. gesamt	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	00:53:37
20 (2092)	286. gesamt	GLOMBIZA, Rainer	1958	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	00:53:51
21 (2005)	296. gesamt	AUDEHM, Dr. Uwe	1960	Alfterer SC	00:54:18
22 (601)	298. gesamt	WINTER, Volker	1956	SG Mörsbach	00:54:19
23 (2204)	307. gesamt	LOTZWICK, Achim	1957	SV Werder Bremen	00:54:55
24 (2226)	344. gesamt	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	00:56:46
25 (178)	362. gesamt	KAPPE, Dietmar	1959	Uganda Waragi	00:57:29
26 (2374)	368. gesamt	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	00:58:12
27 (2349)	377. gesamt	WAGNER, Helmut	1956		00:58:59
28 (2446)	383. gesamt	HAVERKAMP, Peter	1960		00:59:16
29 (236)	401. gesamt	GUTERMANN, Gerd W.	1957		01:00:42
30 (597)	404. gesamt	ROOSEN, Annette	1956		01:00:59
31 (2414)	425. gesamt	ILSANKER, Georg	1960	Vaselino Quattro	01:02:01
32 (2217)	426. gesamt	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	01:02:02



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT	
<b>SENIOREN M55</b>						
<b>33</b>	(634)	453. gesamt	NIKELOWSKI, Norbert	1958	Marathonfreunde Köln	<b>01:04:58</b>
<b>34</b>	(2358)	470. gesamt	WESTERICH, Hermann	1958		<b>01:06:54</b>
<b>35</b>	(179)	484. gesamt	BÖSE, Jürgen	1960		<b>01:09:13</b>
<b>SENIOREN M60</b>						
<b>1</b>	(2218)	126. gesamt	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Comrades Grandmaster	<b>00:46:20</b>
<b>2</b>	(2301)	141. gesamt	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	Tri Club Wuppertal	<b>00:47:21</b>
<b>3</b>	(596)	143. gesamt	SOETHOUT, Guido	1955	Laufmonster	<b>00:47:36</b>
<b>4</b>	(2168)	151. gesamt	KÖNGETER, Hans	1954	SCB Horrem	<b>00:48:00</b>
<b>5</b>	(2211)	152. gesamt	MAURER, Franz	1955	LT Grafschaft	<b>00:48:01</b>
<b>6</b>	(581)	195. gesamt	PIOTROWSKI, Wolfgang	1954	KT 43 Köln	<b>00:49:46</b>
<b>7</b>	(2255)	207. gesamt	PFITZNER, Bernd	1955		<b>00:50:19</b>
<b>8</b>	(2462)	243. gesamt	SCHALL, Manfred	1955		<b>00:51:41</b>
<b>9</b>	(2220)	301. gesamt	MOGA, Bruno	1952	LG Huskies	<b>00:54:32</b>
<b>10</b>	(502)	316. gesamt	HARTMANN, Hagen	1954		<b>00:55:31</b>
<b>11</b>	(267)	320. gesamt	WEIDMANN, Wolfgang	1955		<b>00:55:45</b>
<b>12</b>	(204)	326. gesamt	STECKEL, Manfred	1955	TriathlonSteckelCologne	<b>00:56:00</b>
<b>13</b>	(2460)	353. gesamt	OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	<b>00:57:12</b>
<b>14</b>	(2316)	361. gesamt	STÄNDER, Roland	1952	Lauftreff Fühlinger See	<b>00:57:29</b>
<b>15</b>	(2155)	448. gesamt	KIND, Friedhelm	1952		<b>01:04:46</b>
<b>SENIOREN M65</b>						
<b>1</b>	(606)	238. gesamt	KERSTING, Friedel	1950		<b>00:51:35</b>
<b>2</b>	(2013)	350. gesamt	BECKER, Claus	1949		<b>00:57:06</b>
<b>3</b>	(2315)	463. gesamt	STÄNDER, Gerhard	1950	Lauftreff Fühlinger See	<b>01:05:50</b>
<b>4</b>	(2094)	468. gesamt	GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	<b>01:06:51</b>
<b>5</b>	(608)	499. gesamt	FEIGE, Manfred	1947		<b>01:14:56</b>
<b>SENIOREN M70</b>						
<b>1</b>	(595)	225. gesamt	VON HARLESSEM, Klaus	1945		<b>00:51:12</b>
<b>2</b>	(2451)	267. gesamt	KOGLIN, Bodo	1943		<b>00:52:44</b>
<b>3</b>	(498)	444. gesamt	HERGARTEN, Dieter	1943	ERGO sports Köln	<b>01:04:12</b>
<b>SENIOREN M75</b>						
<b>1</b>	(1266)	434. gesamt	BRUNNER, Ulrich	1937		<b>01:02:52</b>
<b>2</b>	(2458)	466. gesamt	MÜLLER, Clemens	1938		<b>01:06:22</b>
<b>3</b>	(303)	479. gesamt	LANDVOGT, Fredo	1938	Akro Köln	<b>01:08:16</b>
<b>4</b>	(617)	481. gesamt	SIEBERTZ, Klaus	1940	Opperfitness	<b>01:08:34</b>
<b>SENIOREN M85</b>						
<b>1</b>	(273)	171. gesamt	N.N., 273	1901	bitte melden	<b>00:48:51</b>
<b>2</b>	(271)	227. gesamt	N.N., 271	1901	bitte melden	<b>00:51:16</b>
<b>MÄNNL. JUGEND U16</b>						



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNL. JUGEND U16</b>					
1 (531)	161. gesamt	MESSING, Uli	2001		00:48:22
2 (2112)	328. gesamt	HERGARTEN, Justin	2001	Laufgruppe WG-Orca	00:56:03
3 (2317)	493. gesamt	STEFFAN, Martin	2000	Laufgruppe WG-Orca	01:10:58
<b>MÄNNL. JUGEND U18</b>					
1 (2292)	475. gesamt	SCHMITZ, Gero	1998	Laufgruppe WG-Orca	01:07:49
2 (2022)	492. gesamt	BERNDS, Jakob	1999	Laufgruppe WG-Orca	01:10:57
<b>MÄNNL. JUGEND U20</b>					
1 (175)	102. gesamt	PÜTZ, Tim	1996		00:45:07
<b>FRAUEN</b>					
1 (574)	7. gesamt	KOUBAA, Sanaa	1989	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:37:36
2 (588)	16. gesamt	SOETHOUT, Jana	1989	LG Telis Finanz Regensburg	00:39:08
3 (586)	26. gesamt	SCHNEIDER, Tina	1990	TuS Deuz	00:40:18
4 (2401)	231. gesamt	ANTFANG, Jennifer	1988	ASV Köln Triathlon	00:51:26
5 (268)	337. gesamt	WILL, Yvonne	1987	CrossAthlet	00:56:32
6 (1038)	392. gesamt	SCHULZ, Andrea	1991	Aachen hat Ausdauer	00:59:32
7 (2360)	403. gesamt	WIENS, Lara	1989	TuS Köln rrh.	01:00:52
8 (2166)	416. gesamt	KOCH, Kirsty	1989	Big El Racing Team	01:01:45
9 (2145)	423. gesamt	KARES, Désirée	1992		01:01:58
10 (635)	454. gesamt	SCHLÖSSER, Alexa	1988	Marathonfreunde Köln	01:04:59
11 (2240)	458. gesamt	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln Worringen	01:05:21
<b>JUNIORINNEN U23</b>					
1 (1006)	153. gesamt	CAMEN, Verena	1993	Swim-Team Hamm	00:48:03
2 (1034)	193. gesamt	RINK, Isabel	1994		00:49:43
3 (1236)	385. gesamt	WAGNER, Cindy	1994		00:59:16
4 (2342)	399. gesamt	VOGT, Sarah	1994		01:00:25
5 (1005)	440. gesamt	BRAUN, Anna	1993	Kürtener Läufertrio	01:03:46
<b>SENIORINNEN W30</b>					
1 (2243)	66. gesamt	OTTEN, Sylvia	1981	Laufsport Bunert - Der Kölner Laufla	00:42:52
2 (2405)	84. gesamt	BLÖMEN, Jeanette	1983		00:43:59
3 (224)	122. gesamt	BLANZ, Sandra	1983	CrossAthlet	00:46:09
4 (2212)	263. gesamt	MEIER, Christin	1983		00:52:33
5 (2142)	274. gesamt	KALINSKI, Nicole	1982	PSYX	00:53:22
6 (193)	283. gesamt	KERNCHEN, Sabrina	1981	MACH3 Köln e.V.	00:53:46
7 (2299)	289. gesamt	SCHNITZLER, Birgit	1984		00:54:00
8 (2449)	302. gesamt	JOHANNES, Christine	1981		00:54:34
9 (229)	322. gesamt	FISCHER, Nathalie	1981		00:55:46
10 (2058)	349. gesamt	DAUBER, Kirstin	1984	PSV Bonn Triathlon	00:57:05
11 (243)	351. gesamt	JÄKEL, Stephanie	1981		00:57:08
12 (215)	365. gesamt	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:58:00



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIORINNEN W30</b>					
13 (2156)	376. gesamt	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	00:58:54
14 (276)	391. gesamt	DÖTSCH, Meike	1984	Team DVAG Porz-Wahn	00:59:31
15 (209)	400. gesamt	ZIMMERMANN, Jessica	1984		01:00:31
16 (2181)	415. gesamt	KRÜGER, Anett	1982	Big El Racing Team	01:01:45
17 (2348)	459. gesamt	WAGNER, Caroline	1982		01:05:39
18 (279)	472. gesamt	EßER, Liisa	1981	KSG Köln	01:07:24
19 (552)	476. gesamt	WINKLER, Stefanie	1982	SG TÜV Rheinland	01:07:57
<b>SENIORINNEN W35</b>					
1 (2263)	169. gesamt	QUITZAU, Julia	1978		00:48:46
2 (2074)	308. gesamt	EßER, Andrea	1978		00:55:04
3 (2436)	311. gesamt	DILLSCHNEIDER, Simone	1978	MACH3 Köln e.V.	00:55:20
4 (161)	319. gesamt	LEGIES, Sabrina	1979		00:55:42
5 (582)	324. gesamt	EBELING, Julia	1977	ASV Köln Lauftreff	00:55:55
6 (2048)	327. gesamt	CHAMMAE, Nora	1980		00:56:02
7 (642)	331. gesamt	GRAULICH, Natalia	1979	Köln Läuft!	00:56:12
8 (160)	390. gesamt	HAHN, Constanze	1979		00:59:26
9 (567)	428. gesamt	BREER, Sandra	1976		01:02:04
10 (638)	432. gesamt	JAMBOR, Elisabeth	1978		01:02:45
11 (2060)	450. gesamt	DIEDENHOFEN, Nadine	1976	Polizei Köln	01:04:54
12 (639)	456. gesamt	QUADFLIEG, Annette	1976		01:05:00
13 (2302)	469. gesamt	SCHUSTER, Yvonne	1980		01:06:53
14 (238)	486. gesamt	HAUBRICHS, Jennifer	1978	Team Wachtberg	01:10:04
15 (2209)	490. gesamt	MANN, Sarah	1977		01:10:52
16 (2091)	501. gesamt	GLAGOW, Nina	1979	Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	01:19:29
<b>SENIORINNEN W40</b>					
1 (283)	34. gesamt	KOPATSCHEK, Anne	1975	MACH3 Köln e.V.	00:41:04
2 (181)	99. gesamt	ALTHOFF, Kerstin	1971	SSK Kerpen	00:44:56
3 (189)	160. gesamt	HEINRICH, Tina	1974		00:48:14
4 (225)	165. gesamt	DANIELS, Anke	1974	Kölner Turnerschaft von 1843	00:48:40
5 (2214)	179. gesamt	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	00:49:06
6 (199)	197. gesamt	RITTER, Daniela	1974	SV Hellas Siegburg	00:49:50
7 (1035)	215. gesamt	SCHARWÄCHTER, Micheline	1972		00:50:40
8 (210)	234. gesamt	ADAMCZAK, Evelyne	1972	LT Alsdorf-Ost	00:51:32
9 (1026)	240. gesamt	KOZYRSKA, Agnes	1972		00:51:37
10 (183)	246. gesamt	BÖCKER, Doreen	1972	LT Saaler Mühle	00:51:48
11 (607)	257. gesamt	FEIGE, Claudia	1972	TV Refrath	00:52:22
12 (2407)	273. gesamt	DANNERT, Caroline	1973	Serpentine Running Club	00:53:20
13 (2056)	284. gesamt	DAHL-KLEMS, Kerstin	1974		00:53:48
14 (252)	294. gesamt	MARSCHALL, Patricia	1973	LT Schneewittchen	00:54:14
15 (2224)	297. gesamt	MOREL, Daniela	1972	Rom ist Ziel	00:54:18
16 (2385)	371. gesamt	GRACKA, Eva	1974	ERGO sports Köln	00:58:27



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT	
<b>SENIORINNEN W40</b>						
17	(1050)	378. gesamt	WOITYNEK, Susanne	1971	ERGO sports Köln	00:59:03
18	(234)	397. gesamt	GREWE, Ina	1971	DJK Montania Kürten	01:00:22
19	(2047)	398. gesamt	CARL, Gaby	1972		01:00:24
20	(2241)	414. gesamt	OFFERMANN, Tanja	1972	LT Saaler Mühle	01:01:37
21	(2123)	429. gesamt	HOFFMANN, Nicole	1973		01:02:15
22	(302)	442. gesamt	SEEGER, Silke	1974		01:04:01
23	(640)	471. gesamt	FUNK, Ulrike	1975		01:07:04
24	(167)	496. gesamt	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Cologne Allblacks	01:11:38
25	(188)	505. gesamt	HANSEN, Meike	1971		01:21:08
26	(1009)	509. gesamt	EIDT, Marion	1971	Kürtener Läufertrio	01:22:51
27	(2196)	510. gesamt	LAQUA, Annette	1973	ASV Köln	01:25:25
<b>SENIORINNEN W45</b>						
1	(593)	131. gesamt	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	00:46:57
2	(2261)	206. gesamt	PRESCHA, Kristiane	1967	TriCologne	00:50:18
3	(569)	214. gesamt	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	00:50:40
4	(2113)	241. gesamt	HERRMANN, Jeannette	1966	FC Deutsche Post	00:51:37
5	(2278)	333. gesamt	SAUREN, Natalie	1970	LC Weilerswist	00:56:19
6	(624)	334. gesamt	BÖCKENFELD, Brita	1967		00:56:20
7	(610)	347. gesamt	MÜLLER, karin	1967		00:56:55
8	(623)	355. gesamt	EGGERS, Marian	1973		00:57:13
9	(2346)	357. gesamt	WAGNER, Ellen	1968		00:57:19
10	(2452)	384. gesamt	KRIENS, Nicola	1968		00:59:16
11	(166)	393. gesamt	MOHRMANN, Follow Hollow	1970	Der Elf und seine Freunde	00:59:45
12	(2006)	411. gesamt	BÄCKMANN, Andrea	1966	PSV Bonn Triathlon	01:01:18
13	(2270)	433. gesamt	RIEMENSCHNEIDER, Barbara	1966	Lauffreunde Vlatten-Köln	01:02:48
14	(2219)	435. gesamt	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	01:02:57
15	(2016)	438. gesamt	BENATIA, Brigitte	1966	Flitzi Flitzi Kreuzkapelle	01:03:11
16	(2011)	447. gesamt	BAUCHMÜLLER, Nenita	1968		01:04:35
17	(2370)	455. gesamt	WOLFF, Cordula	1968	KALS	01:04:59
18	(214)	477. gesamt	LANZERATH, Bettina	1969	LT Graftschaft	01:08:10
19	(2150)	491. gesamt	KETTERER, Christine	1966	ze ladies	01:10:52
20	(633)	497. gesamt	BERLING-KLAPPSTEIN, Claudia	1968	Vincerolapri	01:12:45
21	(2102)	508. gesamt	HALLEN, Ute	1967		01:22:31
<b>SENIORINNEN W50</b>						
1	(454)	116. gesamt	RENTERGENT, Carola	1963	SG	00:45:58
2	(2427)	233. gesamt	WELLER, Mechthild	1963	LG Westerwald	00:51:31
3	(2412)	239. gesamt	HESSELING, Martina	1965		00:51:35
4	(501)	249. gesamt	HÜLSE, Renate	1964	Tus 64 Bösinghioven	00:52:04
5	(2264)	271. gesamt	RAMB, Birgit	1961		00:53:04
6	(539)	309. gesamt	AHRENS, Heike	1965	BSG Stadt Köln	00:55:07
7	(247)	321. gesamt	KLEESATTEL, Astrid	1965		00:55:45





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIORINNEN W50</b>					
8 (2350)	343. gesamt	WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	00:56:45
9 (609)	346. gesamt	HASERICH, Dirk	1964		00:56:55
10 (2133)	380. gesamt	HÜPPELER, Antje	1965	diaita-Laufschule	00:59:06
11 (2389)	407. gesamt	KOHL, Helga	1964	ERGO sports Köln	01:01:07
12 (2384)	413. gesamt	SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	01:01:19
13 (1230)	421. gesamt	MISCH, Sabine	1961	LT Hennef	01:01:52
14 (2417)	422. gesamt	MÖLLER, Geli	1964	LSH Elsdorf	01:01:57
15 (2361)	430. gesamt	WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	01:02:34
16 (1002)	443. gesamt	BAUS, Iris	1962		01:04:07
17 (2175)	461. gesamt	KRAMS, Sabine	1964	www.glühweinlauf.de	01:05:41
18 (2225)	465. gesamt	MÜCK, Petra	1962	TSV Bayer 04 Leverkusen	01:06:18
19 (2369)	478. gesamt	WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	01:08:12
20 (2114)	488. gesamt	HERRMANNNS, Ariane	1961	HSV Köln-Mülheim	01:10:11
21 (292)	506. gesamt	RÖDEL, Antje	1965		01:21:23
<b>SENIORINNEN W55</b>					
1 (2051)	204. gesamt	CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	00:50:08
2 (564)	306. gesamt	KUCK, Annett	1960		00:54:54
3 (604)	348. gesamt	VAN MUNSTER, Susanne	1957	LG Hückeswagen	00:57:02
4 (2239)	370. gesamt	NOBEN, Simone	1959	ISI-RUNNER	00:58:26
5 (180)	374. gesamt	BÖSE, Annette	1969	Delphi Wuppertal	00:58:46
6 (562)	437. gesamt	MARTIUS-SCHMIDT, Verena	1959		01:03:07
7 (2101)	452. gesamt	HAHS, Eveline	1958	LT Hennef/Sieg	01:04:58
8 (616)	480. gesamt	WOLFF, Andrea	1960		01:08:34
9 (2169)	500. gesamt	KÖPPE, Christa	1960	NordDünnwald	01:16:37
<b>SENIORINNEN W60</b>					
1 (2362)	117. gesamt	WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	00:46:00
2 (1220)	418. gesamt	HAJEK, Verena	1952	Laufmonster	01:01:47
3 (550)	487. gesamt	SCHULZE, Bärbel	1951		01:10:08
4 (220)	498. gesamt	AYCHE, Karin	1954		01:14:55
<b>SENIORINNEN W65</b>					
1 (169)	254. gesamt	REICHE, Jutta	1950	TuS Ahrweiler	00:52:11
2 (2363)	504. gesamt	WILCZEK, Eva	1946	BSG Hilden	01:21:00
<b>SENIORINNEN W80</b>					
1 (572)	292. gesamt	SCHRÖTER, Swetlana	1901	Selbstläufer SV Altenahr	00:54:08
2 (164)	359. gesamt	PILLMANN, Lara	1901	ERGO sports Köln	00:57:20
<b>WEIBL. JUGEND U14</b>					
1 (2042)	445. gesamt	BROCKHOFF, Sophia	2002	Team Erdinger Alkoholfrei	01:04:26
2 (618)	482. gesamt	LENZ, Julia	2003	DJK Frankonia Porz	01:08:59



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBL. JUGEND U16</b>					
1 (1046)	164. gesamt	VERNIKOV, Sonja	2001		<b>00:48:36</b>
<b>WEIBL. JUGEND U18</b>					
1 (2041)	457. gesamt	BROCKHOFF, Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	<b>01:05:11</b>
<b>WEIBL. JUGEND U20</b>					
1 (196)	483. gesamt	PINNER, Kathrin	1997	DJK Frankonia Porz	<b>01:09:10</b>



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) MANNSCHAFTSWERTUNG

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
<b>1</b>	<b>LG Hückeswagen</b>			<b>02:02:52</b>
(275)	BULLACH, Andrej	1969	Senioren M45	00:38:31
(605)	VAN MUNSTER, Gerrit	1957	Senioren M55	00:42:07
(2182)	KUDINOV, Alexander	1968	Senioren M45	00:42:14
<b>2</b>	<b>Aachen hat Ausdauer</b>			<b>02:04:49</b>
(2199)	LEIENDECKER, Matthias	1986	Männer	00:39:15
(2223)	MOHR, Benjamin	1988	Männer	00:39:20
(2107)	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Senioren M30	00:46:14
<b>3</b>	<b>Union Biesfeld Triathlon</b>			<b>02:07:58</b>
(2095)	GREWE, Marc	1971	Senioren M40	00:40:08
(2207)	MÄDJE, Ingo	1963	Senioren M50	00:41:41
(2227)	MÜLLER, Michael	1972	Senioren M40	00:46:09
<b>4</b>	<b>ASV Köln Triathlon</b>			<b>02:09:01</b>
(2018)	BENDER, Dennis	1982	Senioren M30	00:38:01
(2421)	PÜSCHEL, Kai	1982	Senioren M30	00:39:34
(2401)	ANTFANG, Jennifer	1988	Frauen	00:51:26
<b>5</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei</b>			<b>02:09:40</b>
(2039)	BREUNUNG, Dirk	1976	Senioren M35	00:35:25
(509)	EISERMANN, Stephan	1966	Senioren M45	00:47:01
(1025)	KONSTANTYNOVSKI, Kostyantín	1985	Senioren M30	00:47:14
<b>6</b>	<b>LT Graftschaft</b>			<b>02:10:55</b>
(2228)	MÜLLER, Josef	1968	Senioren M45	00:41:24
(2032)	BRANG, Michael	1971	Senioren M40	00:44:16
(2025)	BIELEFELDT, Heinz	1980	Senioren M35	00:45:15
<b>7</b>	<b>MACH3 Köln e.V.</b>			<b>02:11:08</b>
(2444)	GILLEN, Philippe	1989	Männer	00:40:58
(283)	KOPATSCHEK, Anne	1975	Seniorinnen W40	00:41:04
(2214)	METE, Nicole	1971	Seniorinnen W40	00:49:06
<b>8</b>	<b>PSV Bonn Triathlon</b>			<b>02:15:40</b>
(2312)	SOMMERSHOF, Joachim	1963	Senioren M50	00:38:48
(280)	GRÜNE, Ansgar	1974	Senioren M40	00:42:48
(2190)	KUSCH, Thomas	1965	Senioren M50	00:54:04
<b>9</b>	<b>TV Refrath</b>			<b>02:25:03</b>
(549)	HARTMANN, Frederick	1968	Senioren M45	00:42:00
(598)	WÖRSDÖRFER, Stefan	1961	Senioren M50	00:50:41
(607)	FEIGE, Claudia	1972	Seniorinnen W40	00:52:22
<b>10</b>	<b>ERGO sports Köln</b>			<b>02:25:38</b>
(2382)	MANTHEI, Christian	1962	Senioren M50	00:45:33



## 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

**LAUF (10 KM)** MANNSCHAFTSWERTUNG

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
(2381)	BOELTER, Thomas	1963	Senioren M50	00:49:58
(2383)	VON NISWANDT, Timo	1973	Senioren M40	00:50:07
<b>11</b>	<b>SV Bergisch Gladbach 1920/71</b>			<b>02:27:07</b>
(300)	WOLFF, Martin	1970	Senioren M45	00:44:21
(2098)	GROß, Michael	1966	Senioren M45	00:44:46
(215)	MUCHA, Tanja	1981	Seniorinnen W30	00:58:00
<b>12</b>	<b>LT Saaler Mühle</b>			<b>02:27:36</b>
(516)	STIEGLER, Daniel	1985	Senioren M30	00:44:51
(2208)	MANDT, Markus	1968	Senioren M45	00:50:57
(183)	BÖCKER, Doreen	1972	Seniorinnen W40	00:51:48
<b>13</b>	<b>LC Weilerswist</b>			<b>02:28:57</b>
(2069)	DREESBACH, Dirk	1968	Senioren M45	00:47:44
(556)	UNGER, Stefan	1962	Senioren M50	00:49:53
(241)	SCHWENDT, Horst	1968	Senioren M45	00:51:20
<b>14</b>	<b>CrossAthlet</b>			<b>02:30:22</b>
(224)	BLANZ, Sandra	1983	Seniorinnen W30	00:46:09
(257)	PROBST, Florian	1975	Senioren M40	00:47:41
(268)	WILL, Yvonne	1987	Frauen	00:56:32
<b>15</b>	<b>MACH3 Köln e.V. 2</b>			<b>02:30:37</b>
(578)	SCHNEIDER, Markus	1978	Senioren M35	00:49:07
(2075)	FABIAN, Steffen	1965	Senioren M50	00:49:44
(2046)	BUECHEL, Heinz	1963	Senioren M50	00:51:46
<b>16</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei 2</b>			<b>02:34:54</b>
(2324)	THIEMERMANN, Norbert	1963	Senioren M50	00:50:27
(2071)	EIMANN VON DEN BERGEN, Simon	1966	Senioren M45	00:52:05
(2288)	SCHMIDT, Michael	1968	Senioren M45	00:52:22
<b>17</b>	<b>TSV Bayer 04 Leverkusen</b>			<b>02:36:26</b>
(574)	KOUBAA, Sanaa	1989	Frauen	00:37:36
(2118)	HINZMANN-MÜCK, Manfred	1960	Senioren M55	00:52:32
(2225)	MÜCK, Petra	1962	Seniorinnen W50	01:06:18
<b>18</b>	<b>TS 79 Bergisch Gladbach</b>			<b>02:36:55</b>
(594)	DOIL, Carsten	1966	Senioren M45	00:44:50
(184)	CRAMER, Dietmar	1964	Senioren M50	00:55:56
(599)	SEMKE, Klaus	1964	Senioren M50	00:56:09
<b>19</b>	<b>ASV Köln Laufftreff</b>			<b>02:37:22</b>
(1020)	JAUKE, Alexander	1976	Senioren M35	00:48:03
(2406)	DANNERT, Carsten	1969	Senioren M45	00:53:24
(582)	EBELING, Julia	1977	Seniorinnen W35	00:55:55



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) MANNSCHAFTSWERTUNG

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
<b>20</b>	<b>LC Weilerswist 2</b>			<b>02:39:22</b>
(2253)	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	Junioren U23	00:51:30
(2254)	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	Senioren M45	00:51:33
(2278)	SAUREN, Natalie	1970	Seniorinnen W45	00:56:19
<b>21</b>	<b>Laufmonster</b>			<b>02:40:03</b>
(596)	SOETHOUT, Guido	1955	Senioren M60	00:47:36
(569)	KÜTTNER, Christiane	1967	Seniorinnen W45	00:50:40
(1220)	HAJEK, Verena	1952	Seniorinnen W60	01:01:47
<b>22</b>	<b>TuS Köln rrh.</b>			<b>02:41:08</b>
(2447)	HUSS, Klaus	1967	Senioren M45	00:49:32
(153)	THIEME, Dieter	1964	Senioren M50	00:50:44
(2360)	WIENS, Lara	1989	Frauen	01:00:52
<b>23</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei 3</b>			<b>02:44:31</b>
(2065)	DJAMALPOUR, Darius	1964	Senioren M50	00:53:36
(2040)	BROCKHOFF, Stefan	1969	Senioren M45	00:54:13
(200)	SCHROEDER, Christian	1981	Senioren M30	00:56:42
<b>24</b>	<b>LT Grafschaft 2</b>			<b>02:45:45</b>
(2211)	MAURER, Franz	1955	Senioren M60	00:48:01
(589)	ALI ABALI, Mohammed	1994	Junioren U23	00:49:34
(214)	LANZERATH, Bettina	1969	Seniorinnen W45	01:08:10
<b>25</b>	<b>Köln Lläuft!</b>			<b>02:46:22</b>
(644)	HERRES, Dirk	1968	Senioren M45	00:54:49
(2345)	VOß, Roland	1966	Senioren M45	00:55:21
(642)	GRAULICH, Natalia	1979	Seniorinnen W35	00:56:12
<b>26</b>	<b>ASV Köln</b>			<b>02:48:47</b>
(620)	APPELHANS, Daniel	1992	Männer	00:37:48
(621)	HOCHEIM, Martin	1983	Senioren M30	00:45:34
(2196)	LAQUA, Annette	1973	Seniorinnen W40	01:25:25
<b>27</b>	<b>Cologne Allblacks</b>			<b>02:49:15</b>
(2070)	DRESBACH, Frank	1967	Senioren M45	00:47:38
(168)	HANSEN, Christoph	1965	Senioren M50	00:49:59
(167)	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Seniorinnen W40	01:11:38
<b>28</b>	<b>PSV Bonn Triathlon 2</b>			<b>02:54:49</b>
(2350)	WALD, Ilona	1965	Seniorinnen W50	00:56:45
(2226)	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	Senioren M55	00:56:46
(2006)	BÄCKMANN, Andrea	1966	Seniorinnen W45	01:01:18
<b>29</b>	<b>ERGO sports Köln 2</b>			<b>02:54:50</b>
(164)	PILLMANN, Lara	1901	Seniorinnen W80	00:57:20





# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) MANNSCHAFTSWERTUNG

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
(2385)	GRACKA, Eva	1974	Seniorinnen W40	00:58:27
(1050)	WOITYNEK, Susanne	1971	Seniorinnen W40	00:59:03
<b>30</b>	<b>ERGO sports Köln 3</b>			<b>03:00:24</b>
(2368)	WOITYNEK, Sascha	1970	Senioren M45	00:59:04
(2386)	BOTT, Alexander	1976	Senioren M35	01:00:13
(2389)	KOHL, Helga	1964	Seniorinnen W50	01:01:07
<b>31</b>	<b>Vaselino Quattro</b>			<b>03:06:37</b>
(2414)	ILSANKER, Georg	1960	Senioren M55	01:02:01
(2217)	MISCHKE, Gerhard	1959	Senioren M55	01:02:02
(2361)	WILBERT, Sylvia	1961	Seniorinnen W50	01:02:34
<b>32</b>	<b>DJK Frankonia Porz</b>			<b>03:09:32</b>
(2257)	PINNER, Thomas	1961	Senioren M50	00:51:23
(618)	LENZ, Julia	2003	weibl. Jugend U14	01:08:59
(196)	PINNER, Kathrin	1997	weibl. Jugend U20	01:09:10
<b>33</b>	<b>ERGO sports Köln 4</b>			<b>03:13:43</b>
(2384)	SONNTAG, Ursula	1962	Seniorinnen W50	01:01:19
(498)	HERGARTEN, Dieter	1943	Senioren M70	01:04:12
(2369)	WOLF, Petra	1965	Seniorinnen W50	01:08:12
<b>34</b>	<b>Laufgruppe WG-Orca</b>			<b>03:14:49</b>
(2112)	HERGARTEN, Justin	2001	männl. Jugend U16	00:56:03
(2292)	SCHMITZ, Gero	1998	männl. Jugend U18	01:07:49
(2022)	BERNDS, Jakob	1999	männl. Jugend U18	01:10:57
<b>35</b>	<b>Marathonfreunde Köln</b>			<b>03:14:54</b>
(636)	NIKELOWSKI, Pascal	1985	Senioren M30	01:04:57
(634)	NIKELOWSKI, Norbert	1958	Senioren M55	01:04:58
(635)	SCHLÖSSER, Alexa	1988	Frauen	01:04:59
<b>36</b>	<b>Kürtener Läufertrio</b>			<b>03:21:14</b>
(1039)	SELBACH, Stefan	1968	Senioren M45	00:54:37
(1005)	BRAUN, Anna	1993	Juniorinnen U23	01:03:46
(1009)	EIDT, Marion	1971	Seniorinnen W40	01:22:51



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) MANNSCHAFTSWERTUNG NACH GESCHLECHT (DLV)

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
<b>1</b>	<b>LG Hückeswagen</b>			<b>02:02:52</b>
(275)	BULLACH, Andrej	1969	Senioren M45	00:38:31
(605)	VAN MUNSTER, Gerrit	1957	Senioren M55	00:42:07
(2182)	KUDINOV, Alexander	1968	Senioren M45	00:42:14
<b>1</b>	<b>MACH3 Köln e.V.</b>			<b>02:23:56</b>
(283)	KOPATSCHEK, Anne	1975	Seniorinnen W40	00:41:04
(2214)	METE, Nicole	1971	Seniorinnen W40	00:49:06
(193)	KERNCHEN, Sabrina	1981	Seniorinnen W30	00:53:46
<b>2</b>	<b>ERGO sports Köln</b>			<b>02:54:50</b>
(164)	PILLMANN, Lara	1901	Seniorinnen W80	00:57:20
(2385)	GRACKA, Eva	1974	Seniorinnen W40	00:58:27
(1050)	WOITYNEK, Susanne	1971	Seniorinnen W40	00:59:03
<b>2</b>	<b>Aachen hat Ausdauer</b>			<b>02:04:49</b>
(2199)	LEIENDECKER, Matthias	1986	Männer	00:39:15
(2223)	MOHR, Benjamin	1988	Männer	00:39:20
(2107)	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Senioren M30	00:46:14
<b>3</b>	<b>Union Biesfeld Triathlon</b>			<b>02:07:58</b>
(2095)	GREWE, Marc	1971	Senioren M40	00:40:08
(2207)	MÄDJE, Ingo	1963	Senioren M50	00:41:41
(2227)	MÜLLER, Michael	1972	Senioren M40	00:46:09
<b>3</b>	<b>ERGO sports Köln 2</b>			<b>03:10:38</b>
(2389)	KOHL, Helga	1964	Seniorinnen W50	01:01:07
(2384)	SONNTAG, Ursula	1962	Seniorinnen W50	01:01:19
(2369)	WOLF, Petra	1965	Seniorinnen W50	01:08:12
<b>4</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei</b>			<b>02:09:40</b>
(2039)	BREUNUNG, Dirk	1976	Senioren M35	00:35:25
(509)	EISERMANN, Stephan	1966	Senioren M45	00:47:01
(1025)	KONSTANTYNOVSKI, Kostyantín	1985	Senioren M30	00:47:14
<b>5</b>	<b>LT Grafschaft</b>			<b>02:10:55</b>
(2228)	MÜLLER, Josef	1968	Senioren M45	00:41:24
(2032)	BRANG, Michael	1971	Senioren M40	00:44:16
(2025)	BIELEFELDT, Heinz	1980	Senioren M35	00:45:15
<b>6</b>	<b>PSV Bonn Triathlon</b>			<b>02:15:40</b>
(2312)	SOMMERSHOF, Joachim	1963	Senioren M50	00:38:48
(280)	GRÜNE, Ansgar	1974	Senioren M40	00:42:48
(2190)	KUSCH, Thomas	1965	Senioren M50	00:54:04
<b>7</b>	<b>MACH3 Köln e.V.</b>			<b>02:19:49</b>
(2444)	GILLEN, Philippe	1989	Männer	00:40:58



# 1. Lauf zur 31. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) MANNSCHAFTSWERTUNG NACH GESCHLECHT (DLV)

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	ALTERSKLASSE	ZEIT
(578)	SCHNEIDER, Markus	1978	Senioren M35	00:49:07
(2075)	FABIAN, Steffen	1965	Senioren M50	00:49:44
<b>8</b>	<b>ERGO sports Köln</b>			<b>02:25:38</b>
(2382)	MANTHEI, Christian	1962	Senioren M50	00:45:33
(2381)	BOELTER, Thomas	1963	Senioren M50	00:49:58
(2383)	VON NISWANDT, Timo	1973	Senioren M40	00:50:07
<b>9</b>	<b>LC Weilerswist</b>			<b>02:28:57</b>
(2069)	DREESBACH, Dirk	1968	Senioren M45	00:47:44
(556)	UNGER, Stefan	1962	Senioren M50	00:49:53
(241)	SCHWENDT, Horst	1968	Senioren M45	00:51:20
<b>10</b>	<b>LT Saaler Mühle</b>			<b>02:32:23</b>
(516)	STIEGLER, Daniel	1985	Senioren M30	00:44:51
(2208)	MANDT, Markus	1968	Senioren M45	00:50:57
(2192)	LAMMEL, Georg	1963	Senioren M50	00:56:35
<b>11</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei 2</b>			<b>02:34:54</b>
(2324)	THIEMERMANN, Norbert	1963	Senioren M50	00:50:27
(2071)	EIMANN VON DEN BERGEN, Simon	1966	Senioren M45	00:52:05
(2288)	SCHMIDT, Michael	1968	Senioren M45	00:52:22
<b>12</b>	<b>TS 79 Bergisch Gladbach</b>			<b>02:36:55</b>
(594)	DOIL, Carsten	1966	Senioren M45	00:44:50
(184)	CRAMER, Dietmar	1964	Senioren M50	00:55:56
(599)	SEMKE, Klaus	1964	Senioren M50	00:56:09
<b>13</b>	<b>Team Erdinger Alkoholfrei 3</b>			<b>02:44:31</b>
(2065)	DJAMALPOUR, Darius	1964	Senioren M50	00:53:36
(2040)	BROCKHOFF, Stefan	1969	Senioren M45	00:54:13
(200)	SCHROEDER, Christian	1981	Senioren M30	00:56:42
<b>14</b>	<b>ERGO sports Köln 2</b>			<b>03:03:29</b>
(2368)	WOITYNEK, Sascha	1970	Senioren M45	00:59:04
(2386)	BOTT, Alexander	1976	Senioren M35	01:00:13
(498)	HERGARTEN, Dieter	1943	Senioren M70	01:04:12
<b>15</b>	<b>Laufgruppe WG-Orca</b>			<b>03:14:49</b>
(2112)	HERGARTEN, Justin	2001	männl. Jugend U16	00:56:03
(2292)	SCHMITZ, Gero	1998	männl. Jugend U18	01:07:49
(2022)	BERNDS, Jakob	1999	männl. Jugend U18	01:10:57