

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

5km Lauf

Männer

Seite 1

gedruckt 31.07.2011 13:01:07

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M30							
1	422	von Kuenheim Jörg	TSV SG	0:18:17	M30	9	3:40 min/km
2	531	Freytag Thibault	STFR	0:23:16	M30	31	4:39 min/km
3	530	Becker Bastian	*Köln	0:36:04	M30	43	7:13 min/km
Altersklasse Männer M35							
1	524	Sajitz Olaf	Bunert Running Team	0:17:57	M35	7	3:36 min/km
2	153	Klemz Björn	TABO Running Team	0:18:59	M35	11	3:48 min/km
3	514	Arentz Oliver	*Köln	0:20:28	M35	18	4:06 min/km
4	182	Lotz Dirk-Henning	TV Refrath	0:20:52	M35	20	4:11 min/km
5	525	Magner Dan	*Köln	0:23:07	M35	30	4:37 min/km
Altersklasse Männer M40							
1	553	Krimmel Marco		0:18:13	M40	8	3:39 min/km
2	192	Meier Dirk	LG Wuppertal	0:19:31	M40	12	3:54 min/km
3	297	Vente Andreas	Ventastics	0:20:12	M40	14	4:03 min/km
4	99	Göpfert Ralf	LT Cloversoft	0:20:15	M40	15	4:03 min/km
5	521	Hoßbach Markus	Tri Power Rhein-Sieg	0:20:26	M40	16	4:05 min/km
6	504	Fuchshuber Achim	TV Refrath	0:22:16	M40	25	4:27 min/km
7	56	Carbach Frank	Laufmonster	0:22:23	M40	26	4:29 min/km
8	507	Alhäuser Jochen	LC Duisburg	0:22:49	M40	28	4:34 min/km
Altersklasse Männer M45							
1	532	Vielhaber Burkard	TUSEM Essen	0:17:51	M45	5	3:34 min/km
2	502	Müller Ralf	Running Shoes Spich	0:21:10	M45	21	4:14 min/km
3	132	Hüsch Thomas	*Leichlingen	0:21:41	M45	23	4:20 min/km
4	523	Seeger Burkhard	LGO Bochum	0:22:06	M45	24	4:25 min/km
5	345	Elsner Frank	*Köln	0:26:46	M45	36	5:21 min/km
Altersklasse Männer M50							
1	501	Döll Wolfgang	TSV Solingen	0:18:39	M50	10	3:44 min/km
2	86	Finkensiep Dirk	LGO Bochum	0:22:44	M50	27	4:33 min/km
3	513	Kahlke Wolfgang	Knick Fööss Köln	0:25:02	M50	34	5:00 min/km
4	506	Teutloff Volker	LC Duisburg	0:25:25	M50	35	5:05 min/km
5	127	Hoffmann Steffen	Geckos Running Club Seoul	0:33:30	M50	42	6:42 min/km
Altersklasse Männer M55							
1	280	Spölgel Joachim	Team Voreifel	0:20:36	M55	19	4:07 min/km
Altersklasse Männer M65							
1	420	Stiehl Hans-Detlev	LT Kerpen	0:27:47	M65	37	5:33 min/km
Altersklasse Männer M70							
1	196	Meyer Otto	Kall	0:32:03	M70	41	6:25 min/km
Altersklasse Männer M75							
1	423	Mohr Rudi	TFG Nippes	0:31:43	M75	40	6:21 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

5km Lauf

Männer

Seite 2

gedruckt 31.07.2011 13:01:07

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer MHK							
1	510	Lässig Robert	*Düsseldorf	0:16:40	MHK	1	3:20 min/km
2	511	Schulz Dennis	Stader SV	0:17:25	MHK	2	3:29 min/km
3	426	Straube Konrad	Strader SV	0:17:41	MHK	3	3:32 min/km
4	428	Benger Kevin	SG Wenden	0:17:47	MHK	4	3:33 min/km
5	238	Reuter Patrick	Brühler TV 1879	0:17:51	MHK	6	3:34 min/km
6	374	Kriworotow Dietrich	*Aachen	0:21:15	MHK	22	4:15 min/km
7	369	Höller Marcel	*Overath	0:22:58	MHK	29	4:36 min/km
8	290	Teschner Carsten	*Köln	0:29:48	MHK	38	5:58 min/km
9	338	Büchel Denis	*Köln	0:31:20	MHK	39	6:16 min/km
Altersklasse Männer MSA							
1	427	Zehnpfennig Damian	*Bergisch Gladbach	0:23:44	MSA	32	4:45 min/km
Altersklasse Männer MSB							
1	520	Hoßbach Tom	TRI-Power Rhein-Sieg	0:20:26	MSB	16	4:05 min/km
2	546	Vidal Luis	ASV Köln	0:24:55	MSB	33	4:59 min/km
Altersklasse Männer MSC							
1	372	Koppermann Jim	Triathlon Team Scheessel	0:19:41	MSC	13	3:56 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

5km Lauf

Frauen

Seite 3

gedruckt 31.07.2011 13:01:07

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W30							
1	145	Kanditt Katja	Mönchengladbacher LG	0:19:52	W30	1	3:58 min/km
2	551	Reichelt Nicole		0:26:15	W30	13	5:15 min/km
3	434	Lee Jennifer		0:28:50	W30	18	5:46 min/km
Altersklasse Frauen W35							
1	432	Weber Natalie		0:23:13	W35	9	4:39 min/km
2	430	Lang Birgitta	*Köln	0:32:43	W35	22	6:33 min/km
Altersklasse Frauen W40							
1	505	von Saucken Alexa	*Solingen	0:20:42	W40	2	4:09 min/km
2	522	Aeps-Hoßbach Heidi	TRI-Power Rhein Sieg	0:25:12	W40	11	5:02 min/km
3	133	Hüsch Ute	*Köln	0:25:51	W40	12	5:10 min/km
4	117	Heimbold Perta	*Brühl	0:27:38	W40	15	5:32 min/km
5	146	Karlson Nadja	*München	0:28:06	W40	16	5:37 min/km
6	281	Stanke Michaela	*Hürth	0:37:15	W40	27	7:27 min/km
Altersklasse Frauen W45							
1	335	Brassat Regina	*Bergisch Gladbach	0:21:24	W45	4	4:17 min/km
2	440	Reuter Alexandra	*Köln	0:27:14	W45	14	5:27 min/km
3	353	Giel Jacqueline	Geckos Running Club Seoul	0:33:31	W45	25	6:42 min/km
4	334	Beringhoff Frauke	FG Köln	0:37:19	W45	28	7:28 min/km
Altersklasse Frauen W50							
1	90	Gebehart Beate	TV Refrath	0:21:55	W50	6	4:23 min/km
2	529	Voosen Karin	GSV Porz	0:30:49	W50	20	6:10 min/km
Altersklasse Frauen W60							
1	421	Stiehl Brigitte	LT Kerpen	0:32:44	W60	23	6:33 min/km
Altersklasse Frauen WHK							
1	536	Rößler Finja	TV Refrath	0:21:42	WHK	5	4:20 min/km
2	435	Hegewald Katrin	TV Refrath	0:22:16	WHK	7	4:27 min/km
3	242	Roth Stefanie	LG Wuppertal	0:22:43	WHK	8	4:33 min/km
4	331	Bartsch Mafalda	*Zülpich	0:28:11	WHK	17	5:38 min/km
5	424	Tegethoff Irina	*Köln	0:32:26	WHK	21	6:29 min/km
6	394	Reinartz Nicole	Geckos Running Club Seoul	0:33:30	WHK	24	6:42 min/km
7	386	Maul Anja	RocknRun	0:35:30	WHK	26	7:06 min/km
Altersklasse Frauen WJA							
1	406	Schwermer Viola	*Köln	0:37:23	WJA	29	7:29 min/km
Altersklasse Frauen WSA							
1	336	Brassat Simone	*Bergisch Gladbach	0:24:20	WSA	10	4:52 min/km
Altersklasse Frauen WSB							
1	509	van Kallen Stefanie	VfL Engelskirchen	0:20:49	WSB	3	4:10 min/km
2	373	Koppermann Maxi	Triathlon Team Scheessel	0:29:37	WSB	19	5:55 min/km