



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
1.	(349)	1. M	RALENOVSKY, Arthur	1993	Rhein Berg Runners	0:33:26
2.	(108)	1. M50	LÖSCHENGRUBER, Sven	1968	LT Hanau/ Bruchköbel	0:38:53
3.	(347)	1. MJ U20	ROTHFUß, Cedric	2002	FC Mettmann 08	0:39:46
4.	(266)	1. M40	FISCHER, Florian	1977		0:40:26
5.	(278)	2. M40	ARKENAU, Thorsten	1976	Running Team Grafenberg	0:41:10
6.	(267)	2. M	WEIRAUCH, Axel	1993		0:41:36
7.	(224)	3. M	RÖTTGER, Andreas	1991	PSV Mettmann	0:41:44
8.	(350)	2. MJ U20	ROMMERSKIRCHEN, Marvin	2002		0:41:47
9.	(268)	1. M35	HANSEN, Hendrik	1981	Fortuna Düsseldorf	0:42:16
10.	(164)	2. M35	ROSSOW, Dennis	1982	Huskies	0:43:17
11.	(193)	3. M35	ROSSOW, Marvin	1985	Huskies	0:43:18
12.	(333)	1. M45	HOPPE, Christian	1971	Berufskolleg Niederberg Velbert	0:43:20
13.	(134)	1. M55	ISENMANN, Stefan	1964	me-sport	0:43:24
14.	(275)	4. M35	BUHL, Sebastian	1983	Huskies	0:43:32
15.	(109)	1. W30	AN, Hang	1988	Monsterbabies China	0:43:35
16.	(321)	2. M55	JUNG, Andreas	1965	Feuerwehr Mettmann	0:43:43
17.	(221)	3. M55	SIEG, Thomas	1965	mettmannLÄUFT	0:44:07
18.	(336)	1. M30	WACHSMANN, Marco	1988		0:44:40
19.	(130)	3. M40	GRIMM, Lars	1979		0:44:41
20.	(212)	4. M55	ROMMERSKIRCHEN, Ralf	1963		0:44:48
21.	(233)	4. M40	STEIER, Jörg	1976		0:45:00
22.	(291)	1. W40	POLANZ, Meike	1980	TRlandertaler me-sport	0:45:17
22.	(113)	1. W50	OSTHAUS, Anne	1967		0:45:17
24.	(116)	2. M45	SEEGERS, Marc-Alexander	1973	Die KinderHerz Läufer	0:45:23
25.	(144)	2. M50	MEURER, Marcus	1966	mettmannLÄUFT	0:45:25
26.	(343)	3. MJ U20	SCHIELE, Sebastian	2002	TCM	0:45:56
27.	(302)	1. M60	WILLNER, Detlef	1958		0:46:08
28.	(218)	5. M40	KRÜGER, Sven	1978		0:46:14
29.	(200)	3. M45	MACKE, Thorsten	1973		0:46:20
30.	(204)	4. M45	ALEXANDER, Brian	1971		0:46:22
31.	(127)	5. M55	OTTO, Stephan	1961	TSV	0:47:49
32.	(173)	6. M40	SCHAAL, Oliver	1979		0:48:06
33.	(243)	3. M50	CORDES, Arne	1969	5 vor 8!	0:48:21
34.	(242)	1. W45	CORDES, Kristin	1973	5 vor 8!	0:48:31
35.	(216)	5. M35	GOODALL, Steven	1981	Mighty Ducks	0:49:03
36.	(211)	6. M35	RENKA, Matthias	1983		0:49:08
37.	(142)	5. M45	KRAMER, Rene	1974	TRlandertaler me-sport	0:49:09
38.	(301)	7. M35	KNOCHE, Jan	1982		0:49:20
39.	(308)	7. M40	SKUBALLA, Martin	1977		0:49:22
40.	(123)	8. M40	HEUPEL, Marc	1976	Happy Running Family	0:49:52
41.	(345)	6. M55	PATSCHÄKE, Holger	1961	Wohlfühlelektriker	0:49:57
42.	(230)	2. W40	HARMS, Anke	1977	Harmsi	0:50:01
43.	(223)	2. W45	MIKULASCH, Nicole	1971	5 vor 8!	0:50:06
44.	(206)	9. M40	KLÄHN, Alexander	1980		0:50:25



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
45.	(254)	8. M35	FLOTT, Benny	1984	FreiLAUFENde Hürner	0:50:36
46.	(126)	4. M50	STUMPF, Marcus	1970		0:50:45
47.	(208)	4. M	MILINSKI, Tim	1993	FC Mettmann 08	0:50:56
48.	(136)	5. M50	PIEPER, Andreas	1970	Augenärzte Xanten	0:51:02
49.	(318)	1. MJ U14	SCHORN, Arno	2008	ME 08	0:51:03
50.	(197)	6. M50	DRESCHER, Martin	1967	ESV Troisdorf	0:51:10
51.	(276)	3. W40	WALDE, Anne	1980	TSG Kleinostheim	0:51:19
52.	(315)	10. M40	MERTENS, Michael	1980		0:51:22
53.	(226)	7. M55	PRESUHN, Klaus	1965	LG Weidensprinter	0:51:30
54.	(248)	2. MJ U14	KNOBLICH, Johannes	2008	FC Mettmann 08	0:51:32
55.	(241)	1. W U23	HEINZELMANN, Feline	1998		0:51:35
56.	(260)	1. MJ U18	FERNANDEZ SCHNEIDER, Frederik Alberto	2003	Unser Rathaus ohne Zebrastreifen	0:51:45
56.	(258)	7. M50	FERNANDEZ SAENZ, Ernesto	1970	Des Rathauses neue Zebrastreifen	0:51:45
58.	(295)	1. M65	STROH, Helmuth	1951	Mitternachtsläufer Bischweier	0:52:00
58.	(284)	2. W50	THÜRNAGEL-LIN, Nicola	1968	BABOrunners	0:52:00
60.	(287)	2. M65	JEBE, Johannes	1954	Laufftreff Kemperdick	0:52:07
61.	(137)	2. W30	BUX, Claudia	1986		0:52:13
62.	(245)	11. M40	FITSCHEN, Jan	1977	Am Mühlenteich Runners	0:52:29
63.	(359)	12. M40	WINNEFELD, Sören	1978		0:52:30
64.	(330)	9. M35	KÜRTEIN, Sven	1985	VfL Bochum 1848	0:52:40
65.	(161)	6. M45	GOLDNER, Dieter	1972		0:52:43
66.	(166)	1. W	WACHSMANN, Laura	1991		0:52:45
67.	(227)	8. M55	KEMMANN, Frank	1964	LG Weidensprinter	0:52:50
68.	(120)	13. M40	OCKLER, Benjamin	1980	Feuerwehr Mettmann	0:52:58
69.	(143)	8. M50	HOFFMANN, Peter	1966		0:53:06
70.	(249)	4. W40	STANCZYK, Marta	1980		0:53:14
71.	(272)	3. W45	REITER, Claudia	1972	KHG Mettmann	0:53:27
72.	(328)	2. M60	BECKER, Meinolf	1957	me-sport Tanzmädels	0:53:28
73.	(290)	4. W45	VOLMER, Sandra	1973		0:53:35
74.	(325)	10. M35	HEYER, Patrick	1983		0:53:42
75.	(355)	14. M40	BILSTEIN, Markus	1978		0:54:01
75.	(199)	11. M35	KREUZIGER, Sascha	1982	MAE. Running-Team	0:54:01
77.	(156)	9. M50	KNIEST, Ulrich	1966	SRC Fritzlär	0:54:04
78.	(327)	2. MJ U18	WOLKAHOF, Toni	2003		0:54:07
78.	(326)	4. MJ U20	WOLKAHOF, Carl	2001		0:54:07
80.	(148)	9. M55	SCHMIDT, Michael	1961	Orthomol Sport Team	0:54:09
81.	(207)	10. M50	MILINSKI, Armin	1966	me-sport	0:54:10
82.	(167)	2. M30	RÖSGEN, René	1990		0:54:11
83.	(202)	5. W40	MACKE, Ramona	1977	Vechta	0:54:28
84.	(358)	11. M50	DONNERS, Stephan	1970		0:54:51
84.	(356)	11. M50	TÖPFER, Holger	1968		0:54:51
86.	(110)	10. M55	SPIEGELBERG, Kai	1963	me-sport	0:54:59
87.	(244)	11. M55	BENKEL, Uwe	1965		0:55:04
88.	(299)	15. M40	LAUMANN, Eric	1980		0:55:05



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
89.	(201)	13.	M50	SIMON, Georg	1968		0:55:14
89.	(158)	13.	M50	RINDERMANN, Peter	1967		0:55:14
91.	(190)	12.	M35	HRUBY, Marcel	1985	Die Turboschnecke	0:55:28
92.	(279)	3.	MJ U14	BRUNS, Theo	2008	FC Mettmann 08	0:55:30
93.	(264)	16.	M40	GIERON, Gregor	1980		0:55:41
94.	(160)	7.	M45	STAPPEN, Holger	1973	Lauftreff MeMo	0:55:44
95.	(256)	3.	M60	SOWA, Reinhold	1960		0:55:50
96.	(305)	1.	WJ U20	FERNANDEZ SCHNEIDER, Marina Alena	2001	Mein Zebrastreifen zum Bürgerbüro	0:56:00
97.	(152)	13.	M35	KÖHLER, Markus	1985	Running Koalas	0:56:01
98.	(140)	3.	M65	WINKELMANN, Jürgen	1952		0:56:06
99.	(157)	5.	M	BOHLEN, Heiko	1991	Team Nauck	0:56:09
99.	(155)	2.	W	DRUMMOND NAUCK, Janaina	1993		0:56:09
101.	(270)	6.	W40	ZELDER, Carmen	1976		0:56:55
102.	(104)	7.	W40	BERNER, Maren	1976	me-sport	0:56:56
103.	(213)	4.	M60	MARQUARDT, Uwe	1956	MTHC	0:57:00
104.	(102)	1.	W35	CLAUS, Olja	1981	Running on Coffee	0:57:09
105.	(114)	8.	W40	DE KLOET, Martina	1980	mettmannLÄUFT	0:57:20
106.	(189)	15.	M50	RIPPEN, Jan	1970	5 vor 8!	0:57:41
107.	(111)	17.	M40	ROHDE, Christian	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:49
108.	(107)	6.	M	MISCHKE, Valentin	1995		0:57:50
109.	(313)	1.	MJ U16	SPIEGEL, Jannes	2006	FC Mettmann 08	0:57:54
110.	(115)	18.	M40	NOWAKOWSKI, Gregor	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:56
111.	(146)	16.	M50	FELLER, Andreas	1970	Brassert-Runner	0:57:59
112.	(274)	19.	M40	KIENOW, Michael	1980		0:58:12
113.	(250)	20.	M40	CERTA, Daniel	1978	me-sport	0:58:30
114.	(133)	21.	M40	SEHR, Sebastian	1976	me-sport	0:58:36
115.	(316)	12.	M55	PIETSCHMANN, Wolfgang	1961	me-sport	0:58:50
115.	(101)	8.	M45	HUELMANN, Christoph	1973	mettmannLÄUFT	0:58:50
117.	(261)	14.	M35	DEDEN, Dominik	1985	FreiLAUFENde Hürner	0:58:57
117.	(228)	3.	W50	GERHOLD, Diana	1966	SRC Fritzlar	0:58:57
119.	(293)	13.	M55	HILGER, Hans-Gerd	1961		0:59:01
120.	(334)	17.	M50	DELLMANN, Frank	1969	IMS Running	0:59:05
121.	(219)	14.	M55	WAGNER, Wolf	1961		0:59:20
122.	(337)	1.	M U23	HERGERT, Nils	2000	BK Neandertal	0:59:22
123.	(338)	2.	M U23	HERGERT, Lars	2000		0:59:23
124.	(322)	5.	M60	GORATH, Holger	1958		0:59:26
125.	(323)	15.	M55	BAUER, Ralf	1962		0:59:28
126.	(351)	15.	M35	HECK, Jan	1983	5 vor 8!	0:59:33
127.	(240)	7.	M	SCHILLER, Karl	1997		1:00:00
127.	(117)	4.	W50	PETRILOS, Katja	1966		1:00:00
129.	(314)	1.	W55	KNUPFER, Ramona	1963	TUS Homberg	1:00:51
130.	(184)	3.	W30	MÜLLER, Lisa	1989		1:01:00
131.	(234)	6.	M60	BIUNDO, Pino	1960	Herzlauf Hilden	1:01:01
131.	(174)	5.	W50	WOLFF, Petra	1970	Herzlauf Hilden	1:01:01



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
133.	(162)	16.	M55	HORMES, Detlev	1963		1:01:15
134.	(170)	8.	M	ROLAND, Celino Marco	1997	me-sport	1:01:30
135.	(229)	17.	M55	KOCH, Jürgen	1961	LC Wuppertal	1:01:32
136.	(118)	2.	W35	WAGNER, Jessica	1982		1:01:51
137.	(269)	6.	W50	WALKER, Corinna	1970	5 vor 8!	1:02:00
138.	(319)	9.	W40	FRANK, Melanie	1979		1:02:03
139.	(307)	18.	M55	FOTH, Hubert	1965		1:02:05
140.	(311)	7.	W50	MÜLLER-WOLTMANN, Haike	1969	5 vor 8!	1:02:12
140.	(273)	18.	M50	BRUNS, Jan	1968	Rotary Club Mettmann	1:02:12
142.	(187)	19.	M55	WALTER, Diethelm	1964	5 vor 8!	1:02:15
142.	(185)	8.	W50	WESTERTEIGER, Silke	1966	5 vor 8!	1:02:15
144.	(132)	7.	M60	NAUCK, Andreas	1957	me-sport	1:02:17
145.	(176)	9.	W50	VON RODA, Michaele	1969	5 vor 8!	1:02:28
146.	(182)	19.	M50	SÖRGEL, Michael	1970	5 vor 8!	1:02:42
147.	(341)	3.	W35	HOENMANN, Julia	1982		1:02:57
148.	(119)	2.	W U23	SCHILLING, Nora Charlotte	1998		1:03:00
149.	(131)	4.	M65	RÖHRKASTEN, Axel	1955		1:03:04
150.	(286)	4.	W30	BEHRENS, Patricia	1988	me-sport	1:03:20
150.	(282)	20.	M55	CLAUS, Torsten	1964	BZ Obschwarzbach	1:03:20
152.	(342)	20.	M50	SCHIELE, Ralf	1966		1:03:32
153.	(354)	9.	M45	KOCHERSCHIEDT, Alexander	1973		1:03:41
154.	(122)	10.	W40	KOESTER, Kerstin	1979	Happy Running Family	1:03:44
155.	(236)	10.	W50	BETZ, Astrid	1968	LT Freigericht	1:03:57
156.	(298)	22.	M40	FÜHRER, Markus	1977		1:04:02
157.	(165)	2.	W55	BECKER, Christa	1965	LC Wuppertal	1:04:12
158.	(153)	21.	M50	SANDROCK, Fritjof	1969		1:04:14
159.	(294)	4.	W35	KEHRBACH, Kerstin	1981		1:04:40
160.	(169)	3.	M30	LESCHCZYK, Tobias	1988		1:04:55
160.	(168)	5.	W30	LESCHCZYK, Laila	1990		1:04:55
162.	(332)	23.	M40	NITSCHMAN, Timo	1978		1:05:00
162.	(198)	16.	M35	ARNOLD, Felix	1985		1:05:00
164.	(289)	11.	W50	BURGEY, Angelika	1966		1:05:30
164.	(288)	21.	M55	BURGEY, Martin	1961	ASC Marathon Friedberg	1:05:30
166.	(235)	5.	W35	RICHARDT, Anna	1982	mettmannLÄUFT	1:05:35
167.	(135)	1.	WJ U18	PIEPER, Johanna	2003	Augenärzte Xanten	1:05:40
168.	(178)	12.	W50	SCHMIDT, Birgit	1968	me-sport	1:05:59
169.	(172)	5.	M65	ZEISING, Hans-Jürgen	1951		1:06:18
170.	(121)	5.	W45	SCHORN, Tine	1974	mettmannLÄUFT	1:06:24
171.	(346)	3.	W55	HENSELER, Beatrix	1965		1:06:32
171.	(129)	6.	W35	LANGL, Heike	1983	mettmannLÄUFT	1:06:32
173.	(348)	22.	M50	HAPPE, Stephan	1966	LC Wuppertal	1:06:45
174.	(179)	23.	M50	PRENGEL, Andreas	1966		1:06:51
175.	(312)	2.	WJ U18	SÖRGEL, Katharina	2003	HHG Mettmann	1:07:44
176.	(215)	7.	W35	BELLMANN, Barbara	1984		1:07:55



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
177.	(340)	8.	W35	Z., Christine	1981	Mutti hat frei	1:08:00
177.	(339)	8.	W35	K., Simone	1982	Mutti hat frei	1:08:00
179.	(237)	6.	W45	SEEGERS, Marcella	1973	mettmannLÄUFT	1:08:31
180.	(183)	24.	M50	WERNER, Jörn	1967	LC Wuppertal	1:08:48
181.	(246)	3.	M U23	NELLES, Domenic Nicolaus	2000		1:09:01
181.	(210)	6.	M65	MOHR, Peter	1954		1:09:01
183.	(214)	13.	W50	HIECKMANN, Ulla	1968	5 vor 8!	1:09:32
184.	(265)	8.	M60	STEFFENS, Wolfgang	1957	Otfried-Preußler-Schule	1:09:33
185.	(283)	17.	M35	TRAPP, Patrick	1983		1:11:02
185.	(281)	10.	W35	TRAPP, Franca	1983		1:11:02
187.	(320)	10.	M45	DA SILVA MARQUES, Daniel	1972	Herzlauf Hilden	1:12:32
188.	(257)	4.	W55	SOWA, Sabine	1961		1:12:55
188.	(255)	3.	W	SOWA, Lorena	1992		1:12:55
188.	(181)	4.	M30	DIERDORF, Benedikt Arnold	1989	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
188.	(180)	24.	M40	FRITZSCH, Falko	1978	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
192.	(171)	11.	W35	DA SILVA MARQUES, Sonja	1982	Herzlauf Hilden	1:13:21
193.	(149)	22.	M55	ZAULICK, Andreas	1963		1:13:37
194.	(239)	14.	W50	STUMPF, Pamela	1967	mettmannLÄUFT	1:14:16
195.	(309)	7.	W45	RECHENBERGER, Alessia	1972		1:16:14
196.	(175)	5.	W55	KÜHL, Petra	1964		1:16:20
197.	(124)	11.	W40	WIESEMANN, Uta	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:16:35
198.	(103)	12.	W40	SIEGMUND, Sylwia	1977	me-sport	1:16:54
199.	(125)	25.	M40	OSTERODE, Maik	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:17:35
200.	(177)	25.	M50	VON RODA, Ekkehart	1969	5 vor 8!	1:18:01
201.	(145)	5.	M30	DECKER, Tobias	1987		1:19:56
202.	(159)	6.	W55	LINDEN, Gaby	1963		1:25:16
203.	(138)	1.	W60	STEINBACH, Bettina	1957		1:35:00
204.	(150)	1.	M80	RÖSNER, Karl Ernst	1938	TSV Hochdahl 64	1:35:42
205.	(300)	9.	M60	KLUBA, Lothar	1960	Rotary Club Mettmann	1:38:00
205.	(280)	9.	M60	WENDEL, Joachim	1958	Rotary Club Mettmann	1:38:00
207.	(262)	26.	M50	ROSE, Frank	1967	Nordic Walking Düsseldorf	1:49:26
208.	(263)	13.	W40	SÜDFELD, Yvonne	1979	Nordic Walking Düsseldorf	1:50:25
209.	(225)	9.	M	POHL, Nikolas	1993	PSV Mettmann	2:10:00

Anzahl Teilnehmer: 209



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH						
1.	(109)	1. W30	AN, Hang	1988	Monsterbabies China	0:43:35
2.	(291)	1. W40	POLANZ, Meike	1980	TRlandertaler me-sport	0:45:17
2.	(113)	1. W50	OSTHAUS, Anne	1967		0:45:17
4.	(242)	1. W45	CORDES, Kristin	1973	5 vor 8!	0:48:31
5.	(230)	2. W40	HARMS, Anke	1977	Harmsi	0:50:01
6.	(223)	2. W45	MIKULASCH, Nicole	1971	5 vor 8!	0:50:06
7.	(276)	3. W40	WALDE, Anne	1980	TSG Kleinostheim	0:51:19
8.	(241)	1. W U23	HEINZELMANN, Feline	1998		0:51:35
9.	(284)	2. W50	THÜRNAGEL-LIN, Nicola	1968	BABOrunners	0:52:00
10.	(137)	2. W30	BUX, Claudia	1986		0:52:13
11.	(166)	1. W	WACHSMANN, Laura	1991		0:52:45
12.	(249)	4. W40	STANCZYK, Marta	1980		0:53:14
13.	(272)	3. W45	REITER, Claudia	1972	KHG Mettmann	0:53:27
14.	(290)	4. W45	VOLMER, Sandra	1973		0:53:35
15.	(202)	5. W40	MACKE, Ramona	1977	Vechta	0:54:28
16.	(305)	1. WJ U20	FERNANDEZ SCHNEIDER, Marina Alena	2001	Mein Zebrastreifen zum Bürgerbüro	0:56:00
17.	(155)	2. W	DRUMMOND NAUCK, Janaina	1993		0:56:09
18.	(270)	6. W40	ZELDER, Carmen	1976		0:56:55
19.	(104)	7. W40	BERNER, Maren	1976	me-sport	0:56:56
20.	(102)	1. W35	CLAUS, Olja	1981	Running on Coffee	0:57:09
21.	(114)	8. W40	DE KLOET, Martina	1980	mettmannLÄUFT	0:57:20
22.	(228)	3. W50	GERHOLD, Diana	1966	SRC Fritzlar	0:58:57
23.	(117)	4. W50	PETRILOS, Katja	1966		1:00:00
24.	(314)	1. W55	KNUPFER, Ramona	1963	TUS Homberg	1:00:51
25.	(184)	3. W30	MÜLLER, Lisa	1989		1:01:00
26.	(174)	5. W50	WOLFF, Petra	1970	Herzlauf Hilden	1:01:01
27.	(118)	2. W35	WAGNER, Jessica	1982		1:01:51
28.	(269)	6. W50	WALKER, Corinna	1970	5 vor 8!	1:02:00
29.	(319)	9. W40	FRANK, Melanie	1979		1:02:03
30.	(311)	7. W50	MÜLLER-WOLTMANN, Haike	1969	5 vor 8!	1:02:12
31.	(185)	8. W50	WESTERTEIGER, Silke	1966	5 vor 8!	1:02:15
32.	(176)	9. W50	VON RODA, Michaele	1969	5 vor 8!	1:02:28
33.	(341)	3. W35	HOENMANNNS, Julia	1982		1:02:57
34.	(119)	2. W U23	SCHILLING, Nora Charlotte	1998		1:03:00
35.	(286)	4. W30	BEHRENS, Patricia	1988	me-sport	1:03:20
36.	(122)	10. W40	KOESTER, Kerstin	1979	Happy Running Family	1:03:44
37.	(236)	10. W50	BETZ, Astrid	1968	LT Freigericht	1:03:57
38.	(165)	2. W55	BECKER, Christa	1965	LC Wuppertal	1:04:12
39.	(294)	4. W35	KEHRBACH, Kerstin	1981		1:04:40
40.	(168)	5. W30	LESCHCZYK, Laila	1990		1:04:55
41.	(289)	11. W50	BURGEY, Angelika	1966		1:05:30
42.	(235)	5. W35	RICHARDT, Anna	1982	mettmannLÄUFT	1:05:35



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
43.	(135)	1.	WJ U18	PIEPER, Johanna	2003	Augenärzte Xanten	1:05:40
44.	(178)	12.	W50	SCHMIDT, Birgit	1968	me-sport	1:05:59
45.	(121)	5.	W45	SCHORN, Tine	1974	mettmannLÄUFT	1:06:24
46.	(346)	3.	W55	HENSELER, Beatrix	1965		1:06:32
46.	(129)	6.	W35	LANGL, Heike	1983	mettmannLÄUFT	1:06:32
48.	(312)	2.	WJ U18	SÖRDEL, Katharina	2003	HHG Mettmann	1:07:44
49.	(215)	7.	W35	BELLMANN, Barbara	1984		1:07:55
50.	(340)	8.	W35	Z., Christine	1981	Mutti hat frei	1:08:00
50.	(339)	8.	W35	K., Simone	1982	Mutti hat frei	1:08:00
52.	(237)	6.	W45	SEEGERS, Marcella	1973	mettmannLÄUFT	1:08:31
53.	(214)	13.	W50	HIECKMANN, Ulla	1968	5 vor 8!	1:09:32
54.	(281)	10.	W35	TRAPP, Franca	1983		1:11:02
55.	(257)	4.	W55	SOWA, Sabine	1961		1:12:55
55.	(255)	3.	W	SOWA, Lorena	1992		1:12:55
57.	(171)	11.	W35	DA SILVA MARQUES, Sonja	1982	Herzlauf Hilden	1:13:21
58.	(239)	14.	W50	STUMPF, Pamela	1967	mettmannLÄUFT	1:14:16
59.	(309)	7.	W45	RECHENBERGER, Alessia	1972		1:16:14
60.	(175)	5.	W55	KÜHL, Petra	1964		1:16:20
61.	(124)	11.	W40	WIESEMANN, Uta	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:16:35
62.	(103)	12.	W40	SIEGMUND, Sylwia	1977	me-sport	1:16:54
63.	(159)	6.	W55	LINDEN, Gaby	1963		1:25:16
64.	(138)	1.	W60	STEINBACH, Bettina	1957		1:35:00
65.	(263)	13.	W40	SÜDFELD, Yvonne	1979	Nordic Walking Düsseldorf	1:50:25



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH						
1.	(349)	1. M	RALENOVSKY, Arthur	1993	Rhein Berg Runners	0:33:26
2.	(108)	1. M50	LÖSCHENGRUBER, Sven	1968	LT Hanau/ Bruchköbel	0:38:53
3.	(347)	1. MJ U20	ROTHFUß, Cedric	2002	FC Mettmann 08	0:39:46
4.	(266)	1. M40	FISCHER, Florian	1977		0:40:26
5.	(278)	2. M40	ARKENAU, Thorsten	1976	Running Team Grafenberg	0:41:10
6.	(267)	2. M	WEIRAUCH, Axel	1993		0:41:36
7.	(224)	3. M	RÖTTGER, Andreas	1991	PSV Mettmann	0:41:44
8.	(350)	2. MJ U20	ROMMERSKIRCHEN, Marvin	2002		0:41:47
9.	(268)	1. M35	HANSEN, Hendrik	1981	Fortuna Düsseldorf	0:42:16
10.	(164)	2. M35	ROSSOW, Dennis	1982	Huskies	0:43:17
11.	(193)	3. M35	ROSSOW, Marvin	1985	Huskies	0:43:18
12.	(333)	1. M45	HOPPE, Christian	1971	Berufskolleg Niederberg Velbert	0:43:20
13.	(134)	1. M55	ISENMANN, Stefan	1964	me-sport	0:43:24
14.	(275)	4. M35	BUHL, Sebastian	1983	Huskies	0:43:32
15.	(321)	2. M55	JUNG, Andreas	1965	Feuerwehr Mettmann	0:43:43
16.	(221)	3. M55	SIEG, Thomas	1965	mettmannLÄUFT	0:44:07
17.	(336)	1. M30	WACHSMANN, Marco	1988		0:44:40
18.	(130)	3. M40	GRIMM, Lars	1979		0:44:41
19.	(212)	4. M55	ROMMERSKIRCHEN, Ralf	1963		0:44:48
20.	(233)	4. M40	STEIER, Jörg	1976		0:45:00
21.	(116)	2. M45	SEEGERS, Marc-Alexander	1973	Die KinderHerz Läufer	0:45:23
22.	(144)	2. M50	MEURER, Marcus	1966	mettmannLÄUFT	0:45:25
23.	(343)	3. MJ U20	SCHIELE, Sebastian	2002	TCM	0:45:56
24.	(302)	1. M60	WILLNER, Detlef	1958		0:46:08
25.	(218)	5. M40	KRÜGER, Sven	1978		0:46:14
26.	(200)	3. M45	MACKE, Thorsten	1973		0:46:20
27.	(204)	4. M45	ALEXANDER, Brian	1971		0:46:22
28.	(127)	5. M55	OTTO, Stephan	1961	TSV	0:47:49
29.	(173)	6. M40	SCHAAL, Oliver	1979		0:48:06
30.	(243)	3. M50	CORDES, Arne	1969	5 vor 8!	0:48:21
31.	(216)	5. M35	GOODALL, Steven	1981	Mighty Ducks	0:49:03
32.	(211)	6. M35	RENKA, Matthias	1983		0:49:08
33.	(142)	5. M45	KRAMER, Rene	1974	TRlandertaler me-sport	0:49:09
34.	(301)	7. M35	KNOCHE, Jan	1982		0:49:20
35.	(308)	7. M40	SKUBALLA, Martin	1977		0:49:22
36.	(123)	8. M40	HEUPEL, Marc	1976	Happy Running Family	0:49:52
37.	(345)	6. M55	PATSCHÄKE, Holger	1961	Wohlfühlelektriker	0:49:57
38.	(206)	9. M40	KLÄHN, Alexander	1980		0:50:25
39.	(254)	8. M35	FLOTT, Benny	1984	FreiLAUFENde Hürner	0:50:36
40.	(126)	4. M50	STUMPF, Marcus	1970		0:50:45
41.	(208)	4. M	MILINSKI, Tim	1993	FC Mettmann 08	0:50:56
42.	(136)	5. M50	PIEPER, Andreas	1970	Augenärzte Xanten	0:51:02



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
43.	(318)	1. MJ U14	SCHORN, Arno	2008	ME 08	0:51:03
44.	(197)	6. M50	DRESCHER, Martin	1967	ESV Troisdorf	0:51:10
45.	(315)	10. M40	MERTENS, Michael	1980		0:51:22
46.	(226)	7. M55	PRESUHN, Klaus	1965	LG Weidensprinter	0:51:30
47.	(248)	2. MJ U14	KNOBLICH, Johannes	2008	FC Mettmann 08	0:51:32
48.	(260)	1. MJ U18	FERNANDEZ SCHNEIDER, Frederik Alberto	2003	Unser Rathaus ohne Zebrastreifen	0:51:45
48.	(258)	7. M50	FERNANDEZ SAENZ, Ernesto	1970	Des Rathauses neue Zebrastreifen	0:51:45
50.	(295)	1. M65	STROH, Helmuth	1951	Mitternachtsläufer Bischweier	0:52:00
51.	(287)	2. M65	JEBE, Johannes	1954	Laufftreff Kemperdick	0:52:07
52.	(245)	11. M40	FITSCHEN, Jan	1977	Am Mühlenteich Runners	0:52:29
53.	(359)	12. M40	WINNEFELD, Sören	1978		0:52:30
54.	(330)	9. M35	KÜRTEIN, Sven	1985	VfL Bochum 1848	0:52:40
55.	(161)	6. M45	GOLDNER, Dieter	1972		0:52:43
56.	(227)	8. M55	KEMMANN, Frank	1964	LG Weidensprinter	0:52:50
57.	(120)	13. M40	OCKLER, Benjamin	1980	Feuerwehr Mettmann	0:52:58
58.	(143)	8. M50	HOFFMANN, Peter	1966		0:53:06
59.	(328)	2. M60	BECKER, Meinolf	1957	me-sport Tanzmädels	0:53:28
60.	(325)	10. M35	HEYER, Patrick	1983		0:53:42
61.	(355)	14. M40	BILSTEIN, Markus	1978		0:54:01
61.	(199)	11. M35	KREUZIGER, Sascha	1982	MAE. Running-Team	0:54:01
63.	(156)	9. M50	KNIEST, Ulrich	1966	SRC Fritzlar	0:54:04
64.	(327)	2. MJ U18	WOLKAHOF, Toni	2003		0:54:07
64.	(326)	4. MJ U20	WOLKAHOF, Carl	2001		0:54:07
66.	(148)	9. M55	SCHMIDT, Michael	1961	Orthomol Sport Team	0:54:09
67.	(207)	10. M50	MILINSKI, Armin	1966	me-sport	0:54:10
68.	(167)	2. M30	RÖSGEN, René	1990		0:54:11
69.	(358)	11. M50	DONNERS, Stephan	1970		0:54:51
69.	(356)	11. M50	TÖPFER, Holger	1968		0:54:51
71.	(110)	10. M55	SPIEGELBERG, Kai	1963	me-sport	0:54:59
72.	(244)	11. M55	BENKEL, Uwe	1965		0:55:04
73.	(299)	15. M40	LAUMANN, Eric	1980		0:55:05
74.	(201)	13. M50	SIMON, Georg	1968		0:55:14
74.	(158)	13. M50	RINDERMANN, Peter	1967		0:55:14
76.	(190)	12. M35	HRUBY, Marcel	1985	Die Turboschnecke	0:55:28
77.	(279)	3. MJ U14	BRUNS, Theo	2008	FC Mettmann 08	0:55:30
78.	(264)	16. M40	GIERON, Gregor	1980		0:55:41
79.	(160)	7. M45	STAPPEN, Holger	1973	Laufftreff MeMo	0:55:44
80.	(256)	3. M60	SOWA, Reinhold	1960		0:55:50
81.	(152)	13. M35	KÖHLER, Markus	1985	Running Koalas	0:56:01
82.	(140)	3. M65	WINKELMANN, Jürgen	1952		0:56:06
83.	(157)	5. M	BOHLEN, Heiko	1991	Team Nauck	0:56:09
84.	(213)	4. M60	MARQUARDT, Uwe	1956	MTHC	0:57:00
85.	(189)	15. M50	RIPPEN, Jan	1970	5 vor 8!	0:57:41
86.	(111)	17. M40	ROHDE, Christian	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:49



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
87.	(107)	6. M	MISCHKE, Valentin	1995		0:57:50
88.	(313)	1. MJ U16	SPIEGEL, Jannes	2006	FC Mettmann 08	0:57:54
89.	(115)	18. M40	NOWAKOWSKI, Gregor	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:56
90.	(146)	16. M50	FELLER, Andreas	1970	Brassert-Runner	0:57:59
91.	(274)	19. M40	KIENOW, Michael	1980		0:58:12
92.	(250)	20. M40	CERTA, Daniel	1978	me-sport	0:58:30
93.	(133)	21. M40	SEHR, Sebastian	1976	me-sport	0:58:36
94.	(316)	12. M55	PIETSCHMANN, Wolfgang	1961	me-sport	0:58:50
94.	(101)	8. M45	HUELMANN, Christoph	1973	mettmannLÄUFT	0:58:50
96.	(261)	14. M35	DEDEN, Dominik	1985	FreiLAUFENde Hürner	0:58:57
97.	(293)	13. M55	HILGER, Hans-Gerd	1961		0:59:01
98.	(334)	17. M50	DELLMANN, Frank	1969	IMS Running	0:59:05
99.	(219)	14. M55	WAGNER, Wolf	1961		0:59:20
100.	(337)	1. M U23	HERGERT, Nils	2000	BK Neandertal	0:59:22
101.	(338)	2. M U23	HERGERT, Lars	2000		0:59:23
102.	(322)	5. M60	GORATH, Holger	1958		0:59:26
103.	(323)	15. M55	BAUER, Ralf	1962		0:59:28
104.	(351)	15. M35	HECK, Jan	1983	5 vor 8!	0:59:33
105.	(240)	7. M	SCHILLER, Karl	1997		1:00:00
106.	(234)	6. M60	BIUNDO, Pino	1960	Herzlauf Hilden	1:01:01
107.	(162)	16. M55	HORMES, Detlev	1963		1:01:15
108.	(170)	8. M	ROLAND, Celino Marco	1997	me-sport	1:01:30
109.	(229)	17. M55	KOCH, Jürgen	1961	LC Wuppertal	1:01:32
110.	(307)	18. M55	FOTH, Hubert	1965		1:02:05
111.	(273)	18. M50	BRUNS, Jan	1968	Rotary Club Mettmann	1:02:12
112.	(187)	19. M55	WALTER, Diethelm	1964	5 vor 8!	1:02:15
113.	(132)	7. M60	NAUCK, Andreas	1957	me-sport	1:02:17
114.	(182)	19. M50	SÖRGEL, Michael	1970	5 vor 8!	1:02:42
115.	(131)	4. M65	RÖHRKASTEN, Axel	1955		1:03:04
116.	(282)	20. M55	CLAUS, Torsten	1964	BZ Obschwarzbach	1:03:20
117.	(342)	20. M50	SCHIELE, Ralf	1966		1:03:32
118.	(354)	9. M45	KOCHERSCHIEDT, Alexander	1973		1:03:41
119.	(298)	22. M40	FÜHRER, Markus	1977		1:04:02
120.	(153)	21. M50	SANDROCK, Fritjof	1969		1:04:14
121.	(169)	3. M30	LESCHCZYK, Tobias	1988		1:04:55
122.	(332)	23. M40	NITSCHMAN, Timo	1978		1:05:00
122.	(198)	16. M35	ARNOLD, Felix	1985		1:05:00
124.	(288)	21. M55	BURGEY, Martin	1961	ASC Marathon Friedberg	1:05:30
125.	(172)	5. M65	ZEISING, Hans-Jürgen	1951		1:06:18
126.	(348)	22. M50	HAPPE, Stephan	1966	LC Wuppertal	1:06:45
127.	(179)	23. M50	PRENGEL, Andreas	1966		1:06:51
128.	(183)	24. M50	WERNER, Jörn	1967	LC Wuppertal	1:08:48
129.	(246)	3. M U23	NELLES, Domenic Nicolaus	2000		1:09:01
129.	(210)	6. M65	MOHR, Peter	1954		1:09:01



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
131.	(265)	8.	M60	STEFFENS, Wolfgang	1957	Otfried-Preußler-Schule	1:09:33
132.	(283)	17.	M35	TRAPP, Patrick	1983		1:11:02
133.	(320)	10.	M45	DA SILVA MARQUES, Daniel	1972	Herzlauf Hilden	1:12:32
134.	(181)	4.	M30	DIERDORF, Benedikt Arnold	1989	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
134.	(180)	24.	M40	FRITZSCH, Falko	1978	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
136.	(149)	22.	M55	ZAULICK, Andreas	1963		1:13:37
137.	(125)	25.	M40	OSTERODE, Maik	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:17:35
138.	(177)	25.	M50	VON RODA, Ekkehart	1969	5 vor 8!	1:18:01
139.	(145)	5.	M30	DECKER, Tobias	1987		1:19:56
140.	(150)	1.	M80	RÖSNER, Karl Ernst	1938	TSV Hochdahl 64	1:35:42
141.	(300)	9.	M60	KLUBA, Lothar	1960	Rotary Club Mettmann	1:38:00
141.	(280)	9.	M60	WENDEL, Joachim	1958	Rotary Club Mettmann	1:38:00
143.	(262)	26.	M50	ROSE, Frank	1967	Nordic Walking Düsseldorf	1:49:26
144.	(225)	9.	M	POHL, Nikolas	1993	PSV Mettmann	2:10:00

Anzahl Teilnehmer: 209



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNER							
1.	(349)	1.	M	RALENOVSKY, Arthur	1993	Rhein Berg Runners	0:33:26
2.	(267)	6.	M	WEIRAUCH, Axel	1993		0:41:36
3.	(224)	7.	M	RÖTTGER, Andreas	1991	PSV Mettmann	0:41:44
4.	(208)	41.	M	MILINSKI, Tim	1993	FC Mettmann 08	0:50:56
5.	(157)	83.	M	BOHLEN, Heiko	1991	Team Nauck	0:56:09
6.	(107)	87.	M	MISCHKE, Valentin	1995		0:57:50
7.	(240)	105.	M	SCHILLER, Karl	1997		1:00:00
8.	(170)	108.	M	ROLAND, Celino Marco	1997	me-sport	1:01:30
9.	(225)	144.	M	POHL, Nikolas	1993	PSV Mettmann	2:10:00
JUNIOREN U23							
1.	(337)	100.	M	HERGERT, Nils	2000	BK Neandertal	0:59:22
2.	(338)	101.	M	HERGERT, Lars	2000		0:59:23
3.	(246)	129.	M	NELLES, Domenic Nicolaus	2000		1:09:01
SENIOREN M30							
1.	(336)	17.	M	WACHSMANN, Marco	1988		0:44:40
2.	(167)	68.	M	RÖSGEN, René	1990		0:54:11
3.	(169)	121.	M	LESCHCZYK, Tobias	1988		1:04:55
4.	(181)	134.	M	DIERDORF, Benedikt Arnold	1989	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
5.	(145)	139.	M	DECKER, Tobias	1987		1:19:56
SENIOREN M35							
1.	(268)	9.	M	HANSEN, Hendrik	1981	Fortuna Düsseldorf	0:42:16
2.	(164)	10.	M	ROSSOW, Dennis	1982	Huskies	0:43:17
3.	(193)	11.	M	ROSSOW, Marvin	1985	Huskies	0:43:18
4.	(275)	14.	M	BUHL, Sebastian	1983	Huskies	0:43:32
5.	(216)	31.	M	GOODALL, Steven	1981	Mighty Ducks	0:49:03
6.	(211)	32.	M	RENKA, Matthias	1983		0:49:08
7.	(301)	34.	M	KNOCHE, Jan	1982		0:49:20
8.	(254)	39.	M	FLOTT, Benny	1984	FreiLAUFENde Hürner	0:50:36
9.	(330)	54.	M	KÜR TEN, Sven	1985	VfL Bochum 1848	0:52:40
10.	(325)	60.	M	HEYER, Patrick	1983		0:53:42
11.	(199)	61.	M	KREUZIGER, Sascha	1982	MAE. Running-Team	0:54:01
12.	(190)	76.	M	HRUBY, Marcel	1985	Die Turboschnecke	0:55:28
13.	(152)	81.	M	KÖHLER, Markus	1985	Running Koalas	0:56:01
14.	(261)	96.	M	DEDEN, Dominik	1985	FreiLAUFENde Hürner	0:58:57
15.	(351)	104.	M	HECK, Jan	1983	5 vor 8!	0:59:33
16.	(198)	122.	M	ARNOLD, Felix	1985		1:05:00
17.	(283)	132.	M	TRAPP, Patrick	1983		1:11:02



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M40							
1.	(266)	4.	M	FISCHER, Florian	1977		0:40:26
2.	(278)	5.	M	ARKENAU, Thorsten	1976	Running Team Grafenberg	0:41:10
3.	(130)	18.	M	GRIMM, Lars	1979		0:44:41
4.	(233)	20.	M	STEIER, Jörg	1976		0:45:00
5.	(218)	25.	M	KRÜGER, Sven	1978		0:46:14
6.	(173)	29.	M	SCHAAL, Oliver	1979		0:48:06
7.	(308)	35.	M	SKUBALLA, Martin	1977		0:49:22
8.	(123)	36.	M	HEUPEL, Marc	1976	Happy Running Family	0:49:52
9.	(206)	38.	M	KLÄHN, Alexander	1980		0:50:25
10.	(315)	45.	M	MERTENS, Michael	1980		0:51:22
11.	(245)	52.	M	FITSCHEN, Jan	1977	Am Mühlenteich Runners	0:52:29
12.	(359)	53.	M	WINNEFELD, Sören	1978		0:52:30
13.	(120)	57.	M	OCKLER, Benjamin	1980	Feuerwehr Mettmann	0:52:58
14.	(355)	61.	M	BILSTEIN, Markus	1978		0:54:01
15.	(299)	73.	M	LAUMANN, Eric	1980		0:55:05
16.	(264)	78.	M	GIERON, Gregor	1980		0:55:41
17.	(111)	86.	M	ROHDE, Christian	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:49
18.	(115)	89.	M	NOWAKOWSKI, Gregor	1976	LT Alt-Erkrath	0:57:56
19.	(274)	91.	M	KIENOW, Michael	1980		0:58:12
20.	(250)	92.	M	CERTA, Daniel	1978	me-sport	0:58:30
21.	(133)	93.	M	SEHR, Sebastian	1976	me-sport	0:58:36
22.	(298)	119.	M	FÜHRER, Markus	1977		1:04:02
23.	(332)	122.	M	NITSCHMAN, Timo	1978		1:05:00
24.	(180)	134.	M	FRITZSCH, Falko	1978	Feuerwehr Erkrath	1:12:55
25.	(125)	137.	M	OSTERODE, Maik	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:17:35

SENIOREN M45

1.	(333)	12.	M	HOPPE, Christian	1971	Berufskolleg Niederberg Velbert	0:43:20
2.	(116)	21.	M	SEEGERS, Marc-Alexander	1973	Die KinderHerz Läufer	0:45:23
3.	(200)	26.	M	MACKE, Thorsten	1973		0:46:20
4.	(204)	27.	M	ALEXANDER, Brian	1971		0:46:22
5.	(142)	33.	M	KRAMER, Rene	1974	TRlandertaler me-sport	0:49:09
6.	(161)	55.	M	GOLDNER, Dieter	1972		0:52:43
7.	(160)	79.	M	STAPPEN, Holger	1973	Lauftreff MeMo	0:55:44
8.	(101)	94.	M	HUELMANN, Christoph	1973	mettmannLÄUFT	0:58:50
9.	(354)	118.	M	KOCHERSCHIEDT, Alexander	1973		1:03:41
10.	(320)	133.	M	DA SILVA MARQUES, Daniel	1972	Herzlauf Hilden	1:12:32



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M50							
1.	(108)	2.	M	LÖSCHENGRUBER, Sven	1968	LT Hanau/ Bruchköbel	0:38:53
2.	(144)	22.	M	MEURER, Marcus	1966	mettmannLÄUFT	0:45:25
3.	(243)	30.	M	CORDES, Arne	1969	5 vor 8!	0:48:21
4.	(126)	40.	M	STUMPF, Marcus	1970		0:50:45
5.	(136)	42.	M	PIEPER, Andreas	1970	Augenärzte Xanten	0:51:02
6.	(197)	44.	M	DRESCHER, Martin	1967	ESV Troisdorf	0:51:10
7.	(258)	48.	M	FERNANDEZ SAENZ, Ernesto	1970	Des Rathauses neue Zebrastrreifen	0:51:45
8.	(143)	58.	M	HOFFMANN, Peter	1966		0:53:06
9.	(156)	63.	M	KNIEST, Ulrich	1966	SRC Fritzlar	0:54:04
10.	(207)	67.	M	MILINSKI, Armin	1966	me-sport	0:54:10
11.	(358)	69.	M	DONNERS, Stephan	1970		0:54:51
11.	(356)	69.	M	TÖPFER, Holger	1968		0:54:51
13.	(201)	74.	M	SIMON, Georg	1968		0:55:14
13.	(158)	74.	M	RINDERMAN, Peter	1967		0:55:14
15.	(189)	85.	M	RIPPEN, Jan	1970	5 vor 8!	0:57:41
16.	(146)	90.	M	FELLER, Andreas	1970	Brassert-Runner	0:57:59
17.	(334)	98.	M	DELLMANN, Frank	1969	IMS Running	0:59:05
18.	(273)	111.	M	BRUNS, Jan	1968	Rotary Club Mettmann	1:02:12
19.	(182)	114.	M	SÖRGEL, Michael	1970	5 vor 8!	1:02:42
20.	(342)	117.	M	SCHIELE, Ralf	1966		1:03:32
21.	(153)	120.	M	SANDROCK, Fritjof	1969		1:04:14
22.	(348)	126.	M	HAPPE, Stephan	1966	LC Wuppertal	1:06:45
23.	(179)	127.	M	PRENGEL, Andreas	1966		1:06:51
24.	(183)	128.	M	WERNER, Jörn	1967	LC Wuppertal	1:08:48
25.	(177)	138.	M	VON RODA, Ekkehart	1969	5 vor 8!	1:18:01
26.	(262)	143.	M	ROSE, Frank	1967	Nordic Walking Düsseldorf	1:49:26



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M55							
1.	(134)	13.	M	ISENMANN, Stefan	1964	me-sport	0:43:24
2.	(321)	15.	M	JUNG, Andreas	1965	Feuerwehr Mettmann	0:43:43
3.	(221)	16.	M	SIEG, Thomas	1965	mettmannLÄUFT	0:44:07
4.	(212)	19.	M	ROMMERSKIRCHEN, Ralf	1963		0:44:48
5.	(127)	28.	M	OTTO, Stephan	1961	TSV	0:47:49
6.	(345)	37.	M	PATSCHÄKE, Holger	1961	Wohlfühlelektriker	0:49:57
7.	(226)	46.	M	PRESUHN, Klaus	1965	LG Weidensprinter	0:51:30
8.	(227)	56.	M	KEMMANN, Frank	1964	LG Weidensprinter	0:52:50
9.	(148)	66.	M	SCHMIDT, Michael	1961	Orthomol Sport Team	0:54:09
10.	(110)	71.	M	SPIEGELBERG, Kai	1963	me-sport	0:54:59
11.	(244)	72.	M	BENKEL, Uwe	1965		0:55:04
12.	(316)	94.	M	PIETSCHMANN, Wolfgang	1961	me-sport	0:58:50
13.	(293)	97.	M	HILGER, Hans-Gerd	1961		0:59:01
14.	(219)	99.	M	WAGNER, Wolf	1961		0:59:20
15.	(323)	103.	M	BAUER, Ralf	1962		0:59:28
16.	(162)	107.	M	HORMES, Detlev	1963		1:01:15
17.	(229)	109.	M	KOCH, Jürgen	1961	LC Wuppertal	1:01:32
18.	(307)	110.	M	FOTH, Hubert	1965		1:02:05
19.	(187)	112.	M	WALTER, Diethelm	1964	5 vor 8!	1:02:15
20.	(282)	116.	M	CLAUS, Torsten	1964	BZ Obschwarzbach	1:03:20
21.	(288)	124.	M	BURGEY, Martin	1961	ASC Marathon Friedberg	1:05:30
22.	(149)	136.	M	ZAULICK, Andreas	1963		1:13:37
SENIOREN M60							
1.	(302)	24.	M	WILLNER, Detlef	1958		0:46:08
2.	(328)	59.	M	BECKER, Meinolf	1957	me-sport Tanzmädels	0:53:28
3.	(256)	80.	M	SOWA, Reinhold	1960		0:55:50
4.	(213)	84.	M	MARQUARDT, Uwe	1956	MTHC	0:57:00
5.	(322)	102.	M	GORATH, Holger	1958		0:59:26
6.	(234)	106.	M	BIUNDO, Pino	1960	Herzlauf Hilden	1:01:01
7.	(132)	113.	M	NAUCK, Andreas	1957	me-sport	1:02:17
8.	(265)	131.	M	STEFFENS, Wolfgang	1957	Otfried-Preußler-Schule	1:09:33
9.	(300)	141.	M	KLUBA, Lothar	1960	Rotary Club Mettmann	1:38:00
9.	(280)	141.	M	WENDEL, Joachim	1958	Rotary Club Mettmann	1:38:00
SENIOREN M65							
1.	(295)	50.	M	STROH, Helmuth	1951	Mitternachtsläufer Bischweier	0:52:00
2.	(287)	51.	M	JEBE, Johannes	1954	Lauftreff Kemperdick	0:52:07
3.	(140)	82.	M	WINKELMANN, Jürgen	1952		0:56:06
4.	(131)	115.	M	RÖHRKASTEN, Axel	1955		1:03:04
5.	(172)	125.	M	ZEISING, Hans-Jürgen	1951		1:06:18



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
6.	(210)	129.	M	MOHR, Peter	1954		1:09:01

SENIOREN M80

1.	(150)	140.	M	RÖSNER, Karl Ernst	1938	TSV Hochdahl 64	1:35:42
----	-------	------	---	--------------------	------	-----------------	---------

MÄNNL. JUGEND U14

1.	(318)	43.	M	SCHORN, Arno	2008	ME 08	0:51:03
2.	(248)	47.	M	KNOBLICH, Johannes	2008	FC Mettmann 08	0:51:32
3.	(279)	77.	M	BRUNS, Theo	2008	FC Mettmann 08	0:55:30

MÄNNL. JUGEND U16

1.	(313)	88.	M	SPIEGEL, Jannes	2006	FC Mettmann 08	0:57:54
----	-------	-----	---	-----------------	------	----------------	---------

MÄNNL. JUGEND U18

1.	(260)	48.	M	FERNANDEZ SCHNEIDER, Frederik Alberto	2003	Unser Rathaus ohne Zebrastreifen	0:51:45
2.	(327)	64.	M	WOLKAHOF, Toni	2003		0:54:07

MÄNNL. JUGEND U20

1.	(347)	3.	M	ROTHFUß, Cedric	2002	FC Mettmann 08	0:39:46
2.	(350)	8.	M	ROMMERSKIRCHEN, Marvin	2002		0:41:47
3.	(343)	23.	M	SCHIELE, Sebastian	2002	TCM	0:45:56
4.	(326)	64.	M	WOLKAHOF, Carl	2001		0:54:07

FRAUEN

1.	(166)	11.	W	WACHSMANN, Laura	1991		0:52:45
2.	(155)	17.	W	DRUMMOND NAUCK, Janaina	1993		0:56:09
3.	(255)	55.	W	SOWA, Lorena	1992		1:12:55

JUNIORINNEN U23

1.	(241)	8.	W	HEINZELMANN, Feline	1998		0:51:35
2.	(119)	34.	W	SCHILLING, Nora Charlotte	1998		1:03:00

SENIORINNEN W30

1.	(109)	1.	W	AN, Hang	1988	Monsterbabies China	0:43:35
2.	(137)	10.	W	BUX, Claudia	1986		0:52:13
3.	(184)	25.	W	MÜLLER, Lisa	1989		1:01:00
4.	(286)	35.	W	BEHRENS, Patricia	1988	me-sport	1:03:20
5.	(168)	40.	W	LESCHCZYK, Laila	1990		1:04:55



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W35							
1.	(102)	20.	W	CLAUS, Olja	1981	Running on Coffee	0:57:09
2.	(118)	27.	W	WAGNER, Jessica	1982		1:01:51
3.	(341)	33.	W	HOENMANN, Julia	1982		1:02:57
4.	(294)	39.	W	KEHRBACH, Kerstin	1981		1:04:40
5.	(235)	42.	W	RICHARDT, Anna	1982	mettmannLÄUFT	1:05:35
6.	(129)	46.	W	LANGL, Heike	1983	mettmannLÄUFT	1:06:32
7.	(215)	49.	W	BELLMANN, Barbara	1984		1:07:55
8.	(340)	50.	W	Z., Christine	1981	Mutti hat frei	1:08:00
8.	(339)	50.	W	K., Simone	1982	Mutti hat frei	1:08:00
10.	(281)	54.	W	TRAPP, Franca	1983		1:11:02
11.	(171)	57.	W	DA SILVA MARQUES, Sonja	1982	Herzlauf Hilden	1:13:21
SENIORINNEN W40							
1.	(291)	2.	W	POLANZ, Meike	1980	TRlandertaler me-sport	0:45:17
2.	(230)	5.	W	HARMS, Anke	1977	Harmsi	0:50:01
3.	(276)	7.	W	WALDE, Anne	1980	TSG Kleinostheim	0:51:19
4.	(249)	12.	W	STANCZYK, Marta	1980		0:53:14
5.	(202)	15.	W	MACKE, Ramona	1977	Vechta	0:54:28
6.	(270)	18.	W	ZELDER, Carmen	1976		0:56:55
7.	(104)	19.	W	BERNER, Maren	1976	me-sport	0:56:56
8.	(114)	21.	W	DE KLOET, Martina	1980	mettmannLÄUFT	0:57:20
9.	(319)	29.	W	FRANK, Melanie	1979		1:02:03
10.	(122)	36.	W	KOESTER, Kerstin	1979	Happy Running Family	1:03:44
11.	(124)	61.	W	WIESEMANN, Uta	1979	Mi Casa dein zu Hause	1:16:35
12.	(103)	62.	W	SIEGMUND, Sylwia	1977	me-sport	1:16:54
13.	(263)	65.	W	SÜDFELD, Yvonne	1979	Nordic Walking Düsseldorf	1:50:25
SENIORINNEN W45							
1.	(242)	4.	W	CORDES, Kristin	1973	5 vor 8!	0:48:31
2.	(223)	6.	W	MIKULASCH, Nicole	1971	5 vor 8!	0:50:06
3.	(272)	13.	W	REITER, Claudia	1972	KHG Mettmann	0:53:27
4.	(290)	14.	W	VOLMER, Sandra	1973		0:53:35
5.	(121)	45.	W	SCHORN, Tine	1974	mettmannLÄUFT	1:06:24
6.	(237)	52.	W	SEEGERS, Marcella	1973	mettmannLÄUFT	1:08:31
7.	(309)	59.	W	RECHENBERGER, Alessia	1972		1:16:14



AlternativRun – Gemeinsam alleine laufen

ALTERNATIVRUN (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W50							
1.	(113)	2.	W	OSTHAUS, Anne	1967		0:45:17
2.	(284)	9.	W	THÜRNAGEL-LIN, Nicola	1968	BABOrunners	0:52:00
3.	(228)	22.	W	GERHOLD, Diana	1966	SRC Fritzlar	0:58:57
4.	(117)	23.	W	PETRILOS, Katja	1966		1:00:00
5.	(174)	26.	W	WOLFF, Petra	1970	Herzlauf Hilden	1:01:01
6.	(269)	28.	W	WALKER, Corinna	1970	5 vor 8!	1:02:00
7.	(311)	30.	W	MÜLLER-WOLTMANN, Haike	1969	5 vor 8!	1:02:12
8.	(185)	31.	W	WESTERTEIGER, Silke	1966	5 vor 8!	1:02:15
9.	(176)	32.	W	VON RODA, Michaele	1969	5 vor 8!	1:02:28
10.	(236)	37.	W	BETZ, Astrid	1968	LT Freigericht	1:03:57
11.	(289)	41.	W	BURGEY, Angelika	1966		1:05:30
12.	(178)	44.	W	SCHMIDT, Birgit	1968	me-sport	1:05:59
13.	(214)	53.	W	HIECKMANN, Ulla	1968	5 vor 8!	1:09:32
14.	(239)	58.	W	STUMPF, Pamela	1967	mettmannLÄUFT	1:14:16

SENIORINNEN W55

1.	(314)	24.	W	KNUPFER, Ramona	1963	TUS Homberg	1:00:51
2.	(165)	38.	W	BECKER, Christa	1965	LC Wuppertal	1:04:12
3.	(346)	46.	W	HENSELER, Beatrix	1965		1:06:32
4.	(257)	55.	W	SOWA, Sabine	1961		1:12:55
5.	(175)	60.	W	KÜHL, Petra	1964		1:16:20
6.	(159)	63.	W	LINDEN, Gaby	1963		1:25:16

SENIORINNEN W60

1.	(138)	64.	W	STEINBACH, Bettina	1957		1:35:00
----	-------	-----	---	--------------------	------	--	----------------

WEIBL. JUGEND U18

1.	(135)	43.	W	PIEPER, Johanna	2003	Augenärzte Xanten	1:05:40
2.	(312)	48.	W	SÖRGEL, Katharina	2003	HHG Mettmann	1:07:44

WEIBL. JUGEND U20

1.	(305)	16.	W	FERNANDEZ SCHNEIDER, Marina Alena	2001	Mein Zebrastreifen zum Bürgerbüro	0:56:00
----	-------	-----	---	-----------------------------------	------	-----------------------------------	----------------

Anzahl Teilnehmer: 209