



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
1.	(1072)	1. M30	JENNE, Fabian	1990	SG Wenden	0:33:03	<b>0:33:03</b>
2.	(2927)	1. W35	SCHRETZMAIR, Sanaa	1985	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:34:20	<b>0:34:21</b>
3.	(1140)	1. M	SEIDENFADEN, Markus	1994		0:34:38	<b>0:34:39</b>
4.	(1062)	2. M30	ESSELBORN, Tobias	1990	LC Euskirchen	0:34:41	<b>0:34:41</b>
5.	(1084)	1. M35	METZGER, Michael	1986		0:34:44	<b>0:34:45</b>
6.	(1061)	1. M45	EL MAKRINI, Hakim	1975	Milers Colonia 2020	0:34:48	<b>0:34:48</b>
7.	(1069)	1. M40	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	0:34:58	<b>0:34:59</b>
8.	(1054)	2. M	BIPPUS, Henri	1996		0:34:59	<b>0:35:00</b>
9.	(1073)	2. M40	JONEN, Christian	1981	Milers Colonia	0:35:10	<b>0:35:11</b>
10.	(1086)	2. M35	PLAG, Sören	1985	LC Mengerskirchen	0:35:12	<b>0:35:13</b>
11.	(1057)	2. M45	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:35:32	<b>0:35:34</b>
12.	(1094)	1. M55	RITTER, Johannes	1965		0:35:59	<b>0:36:00</b>
13.	(1064)	3. M30	HACKENBROCH, Niclas	1988	ASV Köln	0:36:22	<b>0:36:24</b>
14.	(1066)	1. W40	HAHN, Susanne	1978	Meckenheimer Sportverein	0:37:07	<b>0:37:07</b>
15.	(1056)	3. M35	BREUER, Stefan	1986	DLC Aachen	0:37:37	<b>0:37:39</b>
16.	(1082)	3. M40	MARTIN, Frederik	1980	ASV Köln Triathlon	0:37:42	<b>0:37:43</b>
17.	(1079)	1. M50	LEY, Jürgen	1971	#GeneralibewegtDeutschland	0:37:57	<b>0:37:58</b>
18.	(1070)	2. M55	JAHNER, Detlef	1964	Wiehltaler LC	0:38:14	<b>0:38:15</b>
19.	(2114)	1. M U23	WENZEL, Leo	1999		0:38:20	<b>0:38:22</b>
20.	(1065)	1. W	HACKER, Judith	1994	SG Wenden	0:38:24	<b>0:38:25</b>
21.	(1168)	3. M	TESCH, Tobias	1995	SV Hellas Siegburg	0:38:32	<b>0:38:33</b>
22.	(1078)	1. MJ U18	KROTT, Ole	2004	LAV Habbelrath-Grefrath	0:38:45	<b>0:38:47</b>
23.	(1059)	4. M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:38:47	<b>0:38:50</b>
24.	(1055)	4. M	BREUER, Laurie	1993	Kleine Maus e. V.	0:39:28	<b>0:39:30</b>
25.	(1071)	5. M	JANSSEN, Simon	1995	7GNOMES	0:39:28	<b>0:39:30</b>
26.	(1096)	2. W35	RÜHL, Hanna	1986	Spiridon Frankfurt	0:39:32	<b>0:39:35</b>
27.	(1077)	2. M50	KÖRBS, Joe	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:39:38	<b>0:39:39</b>
28.	(1053)	1. W30	BELKE, Lara	1988	Schäfchentaxi	0:39:59	<b>0:40:03</b>
29.	(1050)	4. M40	ALARIO, Flavio	1977	mygourmet24.de	0:40:02	<b>0:40:04</b>
30.	(1087)	1. MJ U20	REMMING, Tom	2002	LAV Habbelrath-Grefrath	0:40:12	<b>0:40:14</b>
31.	(1060)	1. W45	DÖRSCHEL, Christel	1976	SG Wenden	0:40:18	<b>0:40:19</b>
32.	(1083)	5. M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:19	<b>0:40:21</b>
33.	(2632)	3. W35	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:40:31	<b>0:40:33</b>
34.	(2120)	3. M45	ZUR NIEDEN, Henning	1972	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:41:06	<b>0:41:08</b>
35.	(1075)	6. M	KOCH, Moritz	1992		0:41:33	<b>0:41:36</b>
36.	(4094)	5. M40	ZHAO, Yong	1977		0:41:37	<b>0:41:41</b>
37.	(1142)	4. M30	STEIGNER, Guido	1991		0:41:38	<b>0:41:42</b>
38.	(1063)	3. M55	FISCHER, Stefan	1963	ASV Köln-Triathlon	0:41:54	<b>0:41:57</b>
39.	(2837)	6. M35	KÖPPE, Stefan	1985	1.FC Köln	0:42:05	<b>0:42:06</b>
40.	(2633)	2. M U23	GULA, Julian	2001	VfSuF Düsseldorf	0:42:12	<b>0:42:15</b>
41.	(2820)	7. M35	ZENTNER, Markus	1982	ASV Köln	0:42:21	<b>0:42:22</b>
42.	(2818)	2. W30	WÖLFL, Dorothea	1990	IfL Hof	0:42:21	<b>0:42:26</b>
43.	(1081)	2. W	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:42:50	<b>0:42:53</b>
44.	(2130)	7. M	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:43:00	<b>0:43:03</b>



# 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
45.	(2649)	4. W35	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	0:43:05	<b>0:43:06</b>
46.	(2180)	8. M35	BRÜLL, Florian	1985	DJK BW Friesdorf	0:43:09	<b>0:43:11</b>
47.	(2819)	9. M35	ZAKRZEWSKI, Pawel	1986	TSV Bayer 04 Lauftreff	0:43:15	<b>0:43:17</b>
48.	(2813)	1. M60	TESCH, Norbert	1959	LLG St. Augustin	0:43:53	<b>0:43:54</b>
49.	(2125)	5. W35	ADAM, Miriam	1982	ASV Köln Triathlon	0:43:56	<b>0:44:00</b>
50.	(2810)	8. M	STAMM, Hendrik	1997	TriathlonSteckelCologne	0:44:07	<b>0:44:09</b>
51.	(2145)	3. M50	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:44:17	<b>0:44:23</b>
52.	(1085)	1. W50	MÜLLER-SCHERZANT, Gabi	1969	TuS Deuz	0:44:31	<b>0:44:34</b>
53.	(2804)	5. M30	SCHMIDT, Martin	1987	ASV Köln	0:44:31	<b>0:44:37</b>
54.	(2817)	6. M40	WILLMS, Florian	1977		0:44:32	<b>0:44:37</b>
55.	(2160)	4. M50	BRANG, Michael	1971	LT Graftschaft	0:44:44	<b>0:44:45</b>
56.	(2187)	5. M50	DECHERT, Oliver	1968		0:44:44	<b>0:44:55</b>
57.	(2154)	7. M40	BAUCH, Torsten	1978		0:45:10	<b>0:45:17</b>
58.	(2809)	3. M U23	SPERLING, Lennart	1999	VfSuF Düsseldorf	0:45:18	<b>0:45:21</b>
59.	(2666)	4. M45	MAREK, Adrian	1972	Für Hürth	0:45:25	<b>0:45:26</b>
60.	(2625)	6. M50	FUESSL, Frank	1967	DLC Aachen	0:45:36	<b>0:45:44</b>
61.	(2808)	5. M45	SEEBERG-ELVERFELDT, Jens	1975	Running Team Achim's Sportshop	0:45:41	<b>0:45:47</b>
62.	(2672)	1. M70	MÜLLER, Rainer	1950	TuS Deuz	0:45:49	<b>0:45:49</b>
63.	(2675)	7. M50	NEIS, Markus	1967		0:45:47	<b>0:45:57</b>
64.	(2173)	8. M50	BRORS, Stefan	1971		0:46:05	<b>0:46:05</b>
65.	(2152)	4. M55	BÄKER, Thomas	1964	Born2run	0:46:13	<b>0:46:17</b>
66.	(2806)	2. M60	SCHUCHMANN, Erwin	1960	IAC Düren	0:46:23	<b>0:46:25</b>
67.	(2680)	6. M30	PEÖZ, Arne	1987	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:19	<b>0:46:27</b>
68.	(2814)	10. M35	TESKE, Sebastian	1983		0:46:18	<b>0:46:28</b>
69.	(2930)	7. M30	BUTZ, Gerrit	1991	Löschgruppe Eil	0:46:37	<b>0:46:40</b>
70.	(2815)	11. M35	WEBER, Benjamin	1983	Florida Gators	0:46:47	<b>0:46:49</b>
71.	(2138)	4. M U23	BACH, Nils	2001		0:46:44	<b>0:46:50</b>
72.	(2181)	6. M45	DAHM, Martin	1973	Örmser im Kölschen Exil	0:46:46	<b>0:46:50</b>
73.	(2202)	9. M50	DUBIEL, Jaroslaw	1971	IAC Düren	0:47:05	<b>0:47:07</b>
74.	(2620)	8. M40	FRENZEL, Stefan	1978	ASV Köln	0:47:32	<b>0:47:37</b>
75.	(2681)	3. M60	SCHLICHTING, Hans-Dieter	1957	SG-Wenden	0:47:34	<b>0:47:37</b>
76.	(2855)	5. M U23	SCHIRMER, Luk	2001		0:48:09	<b>0:48:11</b>
77.	(2862)	10. M50	VON BAEYER, Richard	1967		0:48:03	<b>0:48:12</b>
78.	(2662)	8. M30	KÜHNEL, Robert	1988		0:48:13	<b>0:48:18</b>
79.	(4093)	6. W35	MÜLLEJANS, Anne	1982		0:48:20	<b>0:48:27</b>
80.	(2204)	11. M50	DÜLKEN, Ralf	1967	SV Germania Dürwiß	0:49:26	<b>0:49:30</b>
81.	(2655)	2. MJ U20	KANZOW, Fabian	2003	TuS Oberkassel	0:49:44	<b>0:49:50</b>
82.	(2678)	4. M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:42	<b>0:49:53</b>
83.	(2167)	7. M45	BRAUSCH, Marco	1976	LLG Hunsrück	0:49:56	<b>0:49:57</b>
84.	(2854)	3. MJ U20	SCHÄFER, Florian	2003	TuS Oberkassel	0:50:26	<b>0:50:27</b>
85.	(2833)	8. M45	HÖLTERS, Oliver	1974	#2croissants1gedanke	0:50:35	<b>0:50:36</b>
86.	(2670)	2. W40	MATSUOKA, Mei	1981		0:50:44	<b>0:50:46</b>
87.	(2841)	3. W	KUTZ, Leonie	1993		0:50:58	<b>0:51:01</b>
88.	(2811)	9. M45	STROHN, Carsten	1973	Suchthilfe gGmbH Leverkusen	0:51:37	<b>0:51:45</b>



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
89.	(2846)	9. M30	NIESSEN, Dennis	1991		0:52:04	<b>0:52:09</b>
90.	(2842)	9. M40	LANG, Alexander	1978	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:20	<b>0:52:24</b>
91.	(2856)	10. M45	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:22	<b>0:52:27</b>
92.	(2838)	12. M35	KRAFT, Artem	1985	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:24	<b>0:52:28</b>
93.	(2844)	7. W35	MOLDENHAUER, Marina	1986	FR-Training	0:51:41	<b>0:52:34</b>
94.	(2159)	2. M70	BORCHERS, Wolfgang	1950	Rhein Erft Runner	0:52:41	<b>0:52:50</b>
95.	(2826)	12. M50	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:52:55	<b>0:53:00</b>
96.	(2939)	1. M65	PFITZNER, Bernd	1955		0:53:22	<b>0:53:26</b>
97.	(2621)	5. M60	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:55:26	<b>0:55:27</b>
98.	(2864)	13. M50	WERHEID, Dieter	1969	DLRG	0:55:52	<b>0:56:00</b>
99.	(2860)	2. W45	UERLINGS-BAMBERGER, Heike	1974		0:56:31	<b>0:56:32</b>
100.	(2635)	4. W	HAUPTVOGEL, Katharina	1992	LT Ennert	0:56:40	<b>0:56:42</b>
101.	(2807)	9. M	SCHUMACHER, Felix	1996		0:56:32	<b>0:56:43</b>
102.	(2822)	3. M70	ARETZ, Manfred	1947		0:57:02	<b>0:57:04</b>
103.	(2840)	3. W45	KURSCHILDGEN, Alice	1972		0:58:07	<b>0:58:09</b>
104.	(2847)	3. W40	OBGENOTH, Marlene	1979		0:58:13	<b>0:58:14</b>
105.	(2848)	4. W40	PIECZYKOLAN, Aleks	1980	#2croissants1gedanke	0:58:39	<b>0:58:41</b>
106.	(2821)	5. W	ANDRE, Franziska	1995		0:58:43	<b>0:58:50</b>
107.	(2849)	5. M55	PÜTZ, Burkhard	1963	SV Germania Dürwiss	0:59:40	<b>0:59:43</b>
108.	(2861)	3. W30	URH, Christiane	1991		0:59:50	<b>0:59:55</b>
109.	(2843)	6. M60	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	1:00:49	<b>1:00:54</b>
110.	(2933)	7. M60	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	1:02:52	<b>1:02:58</b>
111.	(2831)	8. M60	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	1:03:14	<b>1:03:17</b>
112.	(2836)	14. M50	KÖPKE, Jan	1967	No Limits	1:03:19	<b>1:03:23</b>
113.	(2835)	1. W55	KOCH-SCHWAFFERTS, Heike	1964		1:07:23	<b>1:07:25</b>
114.	(2853)	6. W	ROSSOL, Giuliana	1994	Feuerwehr Eil	1:08:33	<b>1:08:39</b>
115.	(2839)	2. W55	KRAMS, Sabine	1964		1:09:00	<b>1:09:03</b>
116.	(2832)	6. M55	HOFFMANN, Michael	1966		1:09:00	<b>1:09:04</b>
117.	(2825)	10. M40	DEMIRCI, Yavuz	1979	Erdinger Alkoholfrei	1:21:04	<b>1:21:12</b>
118.	(4026)	3. W55	HAMM, Marina	1962		1:21:04	<b>1:21:13</b>
<b>DNF</b>	(1133)	M30	SCHUMACHER, Martin	1988	Bunert - Der Kölner Laufladen		
<b>DNF</b>	(2816)	M55	WICHERT, Hans-Jürgen	1963	Marathon-Club Eschweiler		
<b>DNF</b>	(2824)	M60	BRÜLL, Stefan	1959	ASV Rheidt		
<b>DNF</b>	(2859)	W45	SIEBEL, Meike	1974			
<b>DNF</b>	(2921)	M50	PLATE, David	1971	CoffeeBreakRecords.de	0:28:13	<b>0:28:22</b>
<b>DNF</b>	(2931)	M50	VOGEL, Jörg	1969			
<b>DNF</b>	(2934)	W30	BELKE, Luisa	1989	Milers Colonia		

Anzahl Teilnehmer: 125

· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
<b>0</b>							
1.	(1072)	1.	M30	JENNE, Fabian	1990	SG Wenden	<b>0:33:03</b>
1.	(2927)	1.	W35	SCHRETZMAIR, Sanaa	1985	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>0:34:21</b>
2.	(1066)	1.	W40	HAHN, Susanne	1978	Meckenheimer Sportverein	<b>0:37:07</b>
2.	(1140)	1.	M	SEIDENFADEN, Markus	1994		<b>0:34:39</b>
3.	(1062)	2.	M30	ESSELBORN, Tobias	1990	LC Euskirchen	<b>0:34:41</b>
3.	(1065)	1.	W	HACKER, Judith	1994	SG Wenden	<b>0:38:25</b>
4.	(1084)	1.	M35	METZGER, Michael	1986		<b>0:34:45</b>
4.	(1096)	2.	W35	RÜHL, Hanna	1986	Spiridon Frankfurt	<b>0:39:35</b>
5.	(1053)	1.	W30	BELKE, Lara	1988	Schäfchentaxi	<b>0:40:03</b>
5.	(1061)	1.	M45	EL MAKRINI, Hakim	1975	Milers Colonia 2020	<b>0:34:48</b>
6.	(1060)	1.	W45	DÖRSCHER, Christel	1976	SG Wenden	<b>0:40:19</b>
6.	(1069)	1.	M40	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	<b>0:34:59</b>
7.	(1054)	2.	M	BIPPUS, Henri	1996		<b>0:35:00</b>
7.	(2632)	3.	W35	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>0:40:33</b>
8.	(1073)	2.	M40	JONEN, Christian	1981	Milers Colonia	<b>0:35:11</b>
8.	(2818)	2.	W30	WÖLFL, Dorothea	1990	IfL Hof	<b>0:42:26</b>
9.	(1081)	2.	W	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>0:42:53</b>
9.	(1086)	2.	M35	PLAG, Sören	1985	LC Mengerskirchen	<b>0:35:13</b>
10.	(1057)	2.	M45	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>0:35:34</b>
10.	(2649)	4.	W35	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	<b>0:43:06</b>
11.	(1094)	1.	M55	RITTER, Johannes	1965		<b>0:36:00</b>
11.	(2125)	5.	W35	ADAM, Miriam	1982	ASV Köln Triathlon	<b>0:44:00</b>
12.	(1064)	3.	M30	HACKENBROCH, Niclas	1988	ASV Köln	<b>0:36:24</b>
12.	(1085)	1.	W50	MÜLLER-SCHERZANT, Gabi	1969	TuS Deuz	<b>0:44:34</b>
13.	(1056)	3.	M35	BREUER, Stefan	1986	DLC Aachen	<b>0:37:39</b>
13.	(4093)	6.	W35	MÜLLEJANS, Anne	1982		<b>0:48:27</b>
14.	(1082)	3.	M40	MARTIN, Frederik	1980	ASV Köln Triathlon	<b>0:37:43</b>
14.	(2670)	2.	W40	MATSUOKA, Mei	1981		<b>0:50:46</b>
15.	(1079)	1.	M50	LEY, Jürgen	1971	#GeneralibewegtDeutschland	<b>0:37:58</b>
15.	(2841)	3.	W	KUTZ, Leonie	1993		<b>0:51:01</b>
16.	(1070)	2.	M55	JAHNER, Detlef	1964	Wiehltaler LC	<b>0:38:15</b>
16.	(2844)	7.	W35	MOLDENHAUER, Marina	1986	FR-Training	<b>0:52:34</b>
17.	(2114)	1.	M U23	WENZEL, Leo	1999		<b>0:38:22</b>
17.	(2860)	2.	W45	UERLINGS-BAMBERGER, Heike	1974		<b>0:56:32</b>
18.	(1168)	3.	M	TESCH, Tobias	1995	SV Hellas Siegburg	<b>0:38:33</b>
18.	(2635)	4.	W	HAUPTVOGEL, Katharina	1992	LT Ennert	<b>0:56:42</b>
19.	(1078)	1.	MJ U18	KROTT, Ole	2004	LAV Habbelrath-Grefrath	<b>0:38:47</b>
19.	(2840)	3.	W45	KURSCHILDGEN, Alice	1972		<b>0:58:09</b>
20.	(1059)	4.	M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	<b>0:38:50</b>
20.	(2847)	3.	W40	OGENOTH, Marlene	1979		<b>0:58:14</b>
21.	(1055)	4.	M	BREUER, Laurie	1993	Kleine Maus e. V.	<b>0:39:30</b>
21.	(2848)	4.	W40	PIECZYKOLAN, Aleks	1980	#2croissants1gedanke	<b>0:58:41</b>

· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
22.	(1071)	5.	M	JANSSEN, Simon	1995	7GNOMES	0:39:30
22.	(2821)	5.	W	ANDRE, Franziska	1995		0:58:50
23.	(1077)	2.	M50	KÖRBS, Joe	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:39:39
23.	(2861)	3.	W30	URH, Christiane	1991		0:59:55
24.	(1050)	4.	M40	ALARIO, Flavio	1977	mygourmet24.de	0:40:04
24.	(2835)	1.	W55	KOCH-SCHWAFFERTS, Heike	1964		1:07:25
25.	(1087)	1.	MJ U20	REMMING, Tom	2002	LAV Habbelrath-Grefrath	0:40:14
25.	(2853)	6.	W	ROSSOL, Giuliana	1994	Feuerwehr Eil	1:08:39
26.	(1083)	5.	M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:21
26.	(2839)	2.	W55	KRAMS, Sabine	1964		1:09:03
27.	(2120)	3.	M45	ZUR NIEDEN, Henning	1972	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:41:08
27.	(4026)	3.	W55	HAMM, Marina	1962		1:21:13
28.	(1075)	6.	M	KOCH, Moritz	1992		0:41:36
29.	(4094)	5.	M40	ZHAO, Yong	1977		0:41:41
30.	(1142)	4.	M30	STEIGNER, Guido	1991		0:41:42
31.	(1063)	3.	M55	FISCHER, Stefan	1963	ASV Köln-Triathlon	0:41:57
32.	(2837)	6.	M35	KÖPPE, Stefan	1985	1.FC Köln	0:42:06
33.	(2633)	2.	M U23	GULA, Julian	2001	VfSuF Düsseldorf	0:42:15
34.	(2820)	7.	M35	ZENTNER, Markus	1982	ASV Köln	0:42:22
35.	(2130)	7.	M	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:43:03
36.	(2180)	8.	M35	BRÜLL, Florian	1985	DJK BW Friesdorf	0:43:11
37.	(2819)	9.	M35	ZAKRZEWSKI, Pawel	1986	TSV Bayer 04 Lauftreff	0:43:17
38.	(2813)	1.	M60	TESCH, Norbert	1959	LLG St. Augustin	0:43:54
39.	(2810)	8.	M	STAMM, Hendrik	1997	TriathlonSteckelCologne	0:44:09
40.	(2145)	3.	M50	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:44:23
41.	(2804)	5.	M30	SCHMIDT, Martin	1987	ASV Köln	0:44:37
42.	(2817)	6.	M40	WILLMS, Florian	1977		0:44:37
43.	(2160)	4.	M50	BRANG, Michael	1971	LT Grafenschaft	0:44:45
44.	(2187)	5.	M50	DECHERT, Oliver	1968		0:44:55
45.	(2154)	7.	M40	BAUCH, Torsten	1978		0:45:17
46.	(2809)	3.	M U23	SPERLING, Lennart	1999	VfSuF Düsseldorf	0:45:21
47.	(2666)	4.	M45	MAREK, Adrian	1972	Für Hürth	0:45:26
48.	(2625)	6.	M50	FUESSL, Frank	1967	DLC Aachen	0:45:44
49.	(2808)	5.	M45	SEEBERG-ELVERFELDT, Jens	1975	Running Team Achim's Sportshop	0:45:47
50.	(2672)	1.	M70	MÜLLER, Rainer	1950	TuS Deuz	0:45:49
51.	(2675)	7.	M50	NEIS, Markus	1967		0:45:57
52.	(2173)	8.	M50	BRORS, Stefan	1971		0:46:05
53.	(2152)	4.	M55	BÄKER, Thomas	1964	Born2run	0:46:17
54.	(2806)	2.	M60	SCHUCHMANN, Erwin	1960	IAC Düren	0:46:25
55.	(2680)	6.	M30	PEÖZ, Arne	1987	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:27
56.	(2814)	10.	M35	TESKE, Sebastian	1983		0:46:28
57.	(2930)	7.	M30	BUTZ, Gerrit	1991	Löschgruppe Eil	0:46:40
58.	(2815)	11.	M35	WEBER, Benjamin	1983	Florida Gators	0:46:49
59.	(2138)	4.	M U23	BACH, Nils	2001		0:46:50

## · LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
60.	(2181)	6.	M45	DAHM, Martin	1973	Örmser im Kölschen Exil	0:46:50
61.	(2202)	9.	M50	DUBIEL, Jaroslaw	1971	IAC Düren	0:47:07
62.	(2620)	8.	M40	FRENZEL, Stefan	1978	ASV Köln	0:47:37
63.	(2681)	3.	M60	SCHLICHTING, Hans-Dieter	1957	SG-Wenden	0:47:37
64.	(2855)	5.	M U23	SCHIRMER, Luk	2001		0:48:11
65.	(2862)	10.	M50	VON BAEYER, Richard	1967		0:48:12
66.	(2662)	8.	M30	KÜHNEL, Robert	1988		0:48:18
67.	(2204)	11.	M50	DÜLKEN, Ralf	1967	SV Germania Dürwiß	0:49:30
68.	(2655)	2.	MJ U20	KANZOW, Fabian	2003	TuS Oberkassel	0:49:50
69.	(2678)	4.	M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:53
70.	(2167)	7.	M45	BRAUSCH, Marco	1976	LLG Hunsrück	0:49:57
71.	(2854)	3.	MJ U20	SCHÄFER, Florian	2003	TuS Oberkassel	0:50:27
72.	(2833)	8.	M45	HÖLTERS, Oliver	1974	#2croissants1gedanke	0:50:36
73.	(2811)	9.	M45	STROHN, Carsten	1973	Suchthilfe gGmbH Leverkusen	0:51:45
74.	(2846)	9.	M30	NIESSEN, Dennis	1991		0:52:09
75.	(2842)	9.	M40	LANG, Alexander	1978	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:24
76.	(2856)	10.	M45	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:27
77.	(2838)	12.	M35	KRAFT, Artem	1985	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:28
78.	(2159)	2.	M70	BORCHERS, Wolfgang	1950	Rhein Erft Runner	0:52:50
79.	(2826)	12.	M50	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:53:00
80.	(2939)	1.	M65	PFITZNER, Bernd	1955		0:53:26
81.	(2621)	5.	M60	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:55:27
82.	(2864)	13.	M50	WERHEID, Dieter	1969	DLRG	0:56:00
83.	(2807)	9.	M	SCHUMACHER, Felix	1996		0:56:43
84.	(2822)	3.	M70	ARETZ, Manfred	1947		0:57:04
85.	(2849)	5.	M55	PÜTZ, Burkhard	1963	SV Germania Dürwiss	0:59:43
86.	(2843)	6.	M60	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	1:00:54
87.	(2933)	7.	M60	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	1:02:58
88.	(2831)	8.	M60	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	1:03:17
89.	(2836)	14.	M50	KÖPKE, Jan	1967	No Limits	1:03:23
90.	(2832)	6.	M55	HOFFMANN, Michael	1966		1:09:04
91.	(2825)	10.	M40	DEMIRCI, Yavuz	1979	Erdinger Alkoholfrei	1:21:12
DNF	(1133)		M30	SCHUMACHER, Martin	1988	Bunert - Der Kölner Laufladen	
DNF	(2816)		M55	WICHERT, Hans-Jürgen	1963	Marathon-Club Eschweiler	
DNF	(2824)		M60	BRÜLL, Stefan	1959	ASV Rheidt	
DNF	(2859)		W45	SIEBEL, Meike	1974		
DNF	(2921)		M50	PLATE, David	1971	CoffeeBreakRecords.de	0:28:22
DNF	(2931)		M50	VOGEL, Jörg	1969		
DNF	(2934)		W30	BELKE, Luisa	1989	Milers Colonia	

Anzahl Teilnehmer: 125

· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
<b>MÄNNER</b>							
1.	(1140)	2.	M	SEIDENFADEN, Markus	1994		<b>0:34:39</b>
2.	(1054)	7.	M	BIPPUS, Henri	1996		<b>0:35:00</b>
3.	(1168)	18.	M	TESCH, Tobias	1995	SV Hellas Siegburg	<b>0:38:33</b>
4.	(1055)	21.	M	BREUER, Laurie	1993	Kleine Maus e. V.	<b>0:39:30</b>
5.	(1071)	22.	M	JANSSEN, Simon	1995	7GNOMES	<b>0:39:30</b>
6.	(1075)	28.	M	KOCH, Moritz	1992		<b>0:41:36</b>
7.	(2130)	35.	M	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	<b>0:43:03</b>
8.	(2810)	39.	M	STAMM, Hendrik	1997	TriathlonSteckelCologne	<b>0:44:09</b>
9.	(2807)	83.	M	SCHUMACHER, Felix	1996		<b>0:56:43</b>
<b>JUNIOREN U23</b>							
1.	(2114)	17.	M	WENZEL, Leo	1999		<b>0:38:22</b>
2.	(2633)	33.	M	GULA, Julian	2001	VfSuF Düsseldorf	<b>0:42:15</b>
3.	(2809)	46.	M	SPERLING, Lennart	1999	VfSuF Düsseldorf	<b>0:45:21</b>
4.	(2138)	59.	M	BACH, Nils	2001		<b>0:46:50</b>
5.	(2855)	64.	M	SCHIRMER, Luk	2001		<b>0:48:11</b>
<b>SENIOREN M30</b>							
1.	(1072)	1.	M	JENNE, Fabian	1990	SG Wenden	<b>0:33:03</b>
2.	(1062)	3.	M	ESSELBORN, Tobias	1990	LC Euskirchen	<b>0:34:41</b>
3.	(1064)	12.	M	HACKENBROCH, Niclas	1988	ASV Köln	<b>0:36:24</b>
4.	(1142)	30.	M	STEIGNER, Guido	1991		<b>0:41:42</b>
5.	(2804)	41.	M	SCHMIDT, Martin	1987	ASV Köln	<b>0:44:37</b>
6.	(2680)	55.	M	PEÖZ, Arne	1987	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>0:46:27</b>
7.	(2930)	57.	M	BUTZ, Gerrit	1991	Löschgruppe Eil	<b>0:46:40</b>
8.	(2662)	66.	M	KÜHNEL, Robert	1988		<b>0:48:18</b>
9.	(2846)	74.	M	NIESEN, Dennis	1991		<b>0:52:09</b>
<b>DNF</b>	(1133)		M	SCHUMACHER, Martin	1988	Bunert - Der Kölner Laufladen	

· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
<b>SENIOREN M35</b>							
1.	(1084)	4.	M	METZGER, Michael	1986		<b>0:34:45</b>
2.	(1086)	9.	M	PLAG, Sören	1985	LC Mengerskirchen	<b>0:35:13</b>
3.	(1056)	13.	M	BREUER, Stefan	1986	DLC Aachen	<b>0:37:39</b>
4.	(1059)	20.	M	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	<b>0:38:50</b>
5.	(1083)	26.	M	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	<b>0:40:21</b>
6.	(2837)	32.	M	KÖPPE, Stefan	1985	1.FC Köln	<b>0:42:06</b>
7.	(2820)	34.	M	ZENTNER, Markus	1982	ASV Köln	<b>0:42:22</b>
8.	(2180)	36.	M	BRÜLL, Florian	1985	DJK BW Friesdorf	<b>0:43:11</b>
9.	(2819)	37.	M	ZAKRZEWSKI, Pawel	1986	TSV Bayer 04 Lauftreff	<b>0:43:17</b>
10.	(2814)	56.	M	TESKE, Sebastian	1983		<b>0:46:28</b>
11.	(2815)	58.	M	WEBER, Benjamin	1983	Florida Gators	<b>0:46:49</b>
12.	(2838)	77.	M	KRAFT, Artem	1985	TV 1960 Langenholdinghausen	<b>0:52:28</b>
<b>SENIOREN M40</b>							
1.	(1069)	6.	M	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	<b>0:34:59</b>
2.	(1073)	8.	M	JONEN, Christian	1981	Milers Colonia	<b>0:35:11</b>
3.	(1082)	14.	M	MARTIN, Frederik	1980	ASV Köln Triathlon	<b>0:37:43</b>
4.	(1050)	24.	M	ALARIO, Flavio	1977	mygourmet24.de	<b>0:40:04</b>
5.	(4094)	29.	M	ZHAO, Yong	1977		<b>0:41:41</b>
6.	(2817)	42.	M	WILLMS, Florian	1977		<b>0:44:37</b>
7.	(2154)	45.	M	BAUCH, Torsten	1978		<b>0:45:17</b>
8.	(2620)	62.	M	FRENZEL, Stefan	1978	ASV Köln	<b>0:47:37</b>
9.	(2842)	75.	M	LANG, Alexander	1978	TV 1960 Langenholdinghausen	<b>0:52:24</b>
10.	(2825)	91.	M	DEMIRCI, Yavuz	1979	Erdinger Alkoholfrei	<b>1:21:12</b>
<b>SENIOREN M45</b>							
1.	(1061)	5.	M	EL MAKRINI, Hakim	1975	Milers Colonia 2020	<b>0:34:48</b>
2.	(1057)	10.	M	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>0:35:34</b>
3.	(2120)	27.	M	ZUR NIEDEN, Henning	1972	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>0:41:08</b>
4.	(2666)	47.	M	MAREK, Adrian	1972	Für Hürth	<b>0:45:26</b>
5.	(2808)	49.	M	SEEBERG-ELVERFELDT, Jens	1975	Running Team Achim's Sportshop	<b>0:45:47</b>
6.	(2181)	60.	M	DAHM, Martin	1973	Örmser im Kölschen Exil	<b>0:46:50</b>
7.	(2167)	70.	M	BRAUSCH, Marco	1976	LLG Hunsrück	<b>0:49:57</b>
8.	(2833)	72.	M	HÖLTERS, Oliver	1974	#2croissants1gedanke	<b>0:50:36</b>
9.	(2811)	73.	M	STROHN, Carsten	1973	Suchthilfe gGmbH Leverkusen	<b>0:51:45</b>
10.	(2856)	76.	M	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	<b>0:52:27</b>



· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
<b>SENIOREN M50</b>							
1.	(1079)	15.	M	LEY, Jürgen	1971	#GeneralibewegtDeutschland	<b>0:37:58</b>
2.	(1077)	23.	M	KÖRBS, Joe	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>0:39:39</b>
3.	(2145)	40.	M	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	<b>0:44:23</b>
4.	(2160)	43.	M	BRANG, Michael	1971	LT Grafschaft	<b>0:44:45</b>
5.	(2187)	44.	M	DECHERT, Oliver	1968		<b>0:44:55</b>
6.	(2625)	48.	M	FUESSL, Frank	1967	DLC Aachen	<b>0:45:44</b>
7.	(2675)	51.	M	NEIS, Markus	1967		<b>0:45:57</b>
8.	(2173)	52.	M	BRORS, Stefan	1971		<b>0:46:05</b>
9.	(2202)	61.	M	DUBIEL, Jaroslaw	1971	IAC Düren	<b>0:47:07</b>
10.	(2862)	65.	M	VON BAEYER, Richard	1967		<b>0:48:12</b>
11.	(2204)	67.	M	DÜLKEN, Ralf	1967	SV Germania Dürwiß	<b>0:49:30</b>
12.	(2826)	79.	M	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	<b>0:53:00</b>
13.	(2864)	82.	M	WERHEID, Dieter	1969	DLRG	<b>0:56:00</b>
14.	(2836)	89.	M	KÖPKE, Jan	1967	No Limits	<b>1:03:23</b>
<b>DNF</b>	(2921)		M	PLATE, David	1971	CoffeeBreakRecords.de	<b>0:28:22</b>
<b>DNF</b>	(2931)		M	VOGEL, Jörg	1969		

**SENIOREN M55**

1.	(1094)	11.	M	RITTER, Johannes	1965		<b>0:36:00</b>
2.	(1070)	16.	M	JAHNER, Detlef	1964	Wiehltales LC	<b>0:38:15</b>
3.	(1063)	31.	M	FISCHER, Stefan	1963	ASV Köln-Triathlon	<b>0:41:57</b>
4.	(2152)	53.	M	BÄKER, Thomas	1964	Born2run	<b>0:46:17</b>
5.	(2849)	85.	M	PÜTZ, Burkhard	1963	SV Germania Dürwiss	<b>0:59:43</b>
6.	(2832)	90.	M	HOFFMANN, Michael	1966		<b>1:09:04</b>
<b>DNF</b>	(2816)		M	WICHERT, Hans-Jürgen	1963	Marathon-Club Eschweiler	

**SENIOREN M60**

1.	(2813)	38.	M	TESCH, Norbert	1959	LLG St. Augustin	<b>0:43:54</b>
2.	(2806)	54.	M	SCHUCHMANN, Erwin	1960	IAC Düren	<b>0:46:25</b>
3.	(2681)	63.	M	SCHLICHTING, Hans-Dieter	1957	SG-Wenden	<b>0:47:37</b>
4.	(2678)	69.	M	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	<b>0:49:53</b>
5.	(2621)	81.	M	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	<b>0:55:27</b>
6.	(2843)	86.	M	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	<b>1:00:54</b>
7.	(2933)	87.	M	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	<b>1:02:58</b>
8.	(2831)	88.	M	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	<b>1:03:17</b>
<b>DNF</b>	(2824)		M	BRÜLL, Stefan	1959	ASV Rheidt	

**SENIOREN M65**

1.	(2939)	80.	M	PFITZNER, Bernd	1955		<b>0:53:26</b>
----	--------	-----	---	-----------------	------	--	----------------

## · LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
----	----	----	----	---------------	----	--------	------

### SENIOREN M70

1.	(2672)	50.	M	MÜLLER, Rainer	1950	TuS Deuz	<b>0:45:49</b>
2.	(2159)	78.	M	BORCHERS, Wolfgang	1950	Rhein Erft Runner	<b>0:52:50</b>
3.	(2822)	84.	M	ARETZ, Manfred	1947		<b>0:57:04</b>

### MÄNNL. JUGEND U18

1.	(1078)	19.	M	KROTT, Ole	2004	LAV Habbelrath-Grefrath	<b>0:38:47</b>
----	--------	-----	---	------------	------	-------------------------	----------------

### MÄNNL. JUGEND U20

1.	(1087)	25.	M	REMMING, Tom	2002	LAV Habbelrath-Grefrath	<b>0:40:14</b>
2.	(2655)	68.	M	KANZOW, Fabian	2003	TuS Oberkassel	<b>0:49:50</b>
3.	(2854)	71.	M	SCHÄFER, Florian	2003	TuS Oberkassel	<b>0:50:27</b>

### FRAUEN

1.	(1065)	3.	W	HACKER, Judith	1994	SG Wenden	<b>0:38:25</b>
2.	(1081)	9.	W	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>0:42:53</b>
3.	(2841)	15.	W	KUTZ, Leonie	1993		<b>0:51:01</b>
4.	(2635)	18.	W	HAUPTVOGEL, Katharina	1992	LT Ennert	<b>0:56:42</b>
5.	(2821)	22.	W	ANDRE, Franziska	1995		<b>0:58:50</b>
6.	(2853)	25.	W	ROSSOL, Giuliana	1994	Feuerwehr Eil	<b>1:08:39</b>

### SENIORINNEN W30

1.	(1053)	5.	W	BELKE, Lara	1988	Schäfchentaxi	<b>0:40:03</b>
2.	(2818)	8.	W	WÖFL, Dorothea	1990	IfL Hof	<b>0:42:26</b>
3.	(2861)	23.	W	URH, Christiane	1991		<b>0:59:55</b>
<b>DNF</b>	(2934)		W	BELKE, Luisa	1989	Milers Colonia	

### SENIORINNEN W35

1.	(2927)	1.	W	SCHRETZMAIR, Sanaa	1985	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>0:34:21</b>
2.	(1096)	4.	W	RÜHL, Hanna	1986	Spiridon Frankfurt	<b>0:39:35</b>
3.	(2632)	7.	W	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>0:40:33</b>
4.	(2649)	10.	W	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	<b>0:43:06</b>
5.	(2125)	11.	W	ADAM, Miriam	1982	ASV Köln Triathlon	<b>0:44:00</b>
6.	(4093)	13.	W	MÜLLEJANS, Anne	1982		<b>0:48:27</b>
7.	(2844)	16.	W	MOLDENHAUER, Marina	1986	FR-Training	<b>0:52:34</b>

### SENIORINNEN W40

1.	(1066)	2.	W	HAHN, Susanne	1978	Meckenheimer Sportverein	<b>0:37:07</b>
2.	(2670)	14.	W	MATSUOKA, Mei	1981		<b>0:50:46</b>
3.	(2847)	20.	W	OGENOTH, Marlene	1979		<b>0:58:14</b>
4.	(2848)	21.	W	PIECZYKOLAN, Aleks	1980	#2croissants1gedanke	<b>0:58:41</b>

· LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
<b>SENIORINNEN W45</b>							
1.	(1060)	6.	W	DÖRSCHER, Christel	1976	SG Wenden	<b>0:40:19</b>
2.	(2860)	17.	W	UERLINGS-BAMBERGER, Heike	1974		<b>0:56:32</b>
3.	(2840)	19.	W	KURSCHILDGEN, Alice	1972		<b>0:58:09</b>
<b>DNF</b>	(2859)		W	SIEBEL, Meike	1974		
<b>SENIORINNEN W50</b>							
1.	(1085)	12.	W	MÜLLER-SCHERZANT, Gabi	1969	TuS Deuz	<b>0:44:34</b>
<b>SENIORINNEN W55</b>							
1.	(2835)	24.	W	KOCH-SCHWAFFERTS, Heike	1964		<b>1:07:25</b>
2.	(2839)	26.	W	KRAMS, Sabine	1964		<b>1:09:03</b>
3.	(4026)	27.	W	HAMM, Marina	1962		<b>1:21:13</b>

Anzahl Teilnehmer: 125



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
<b>STARTZEIT 10:15 UHR</b>							
1.	(1072)	1. M30	JENNE, Fabian	1990	SG Wenden	0:33:03	<b>0:33:03</b>
2.	(2927)	1. W35	SCHRETZMAIR, Sanaa	1985	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:34:20	<b>0:34:21</b>
3.	(1140)	1. M	SEIDENFADEN, Markus	1994		0:34:38	<b>0:34:39</b>
4.	(1062)	2. M30	ESSELBORN, Tobias	1990	LC Euskirchen	0:34:41	<b>0:34:41</b>
5.	(1084)	1. M35	METZGER, Michael	1986		0:34:44	<b>0:34:45</b>
6.	(1061)	1. M45	EL MAKRINI, Hakim	1975	Milers Colonia 2020	0:34:48	<b>0:34:48</b>
7.	(1069)	1. M40	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	0:34:58	<b>0:34:59</b>
8.	(1054)	2. M	BIPPUS, Henri	1996		0:34:59	<b>0:35:00</b>
9.	(1073)	2. M40	JONEN, Christian	1981	Milers Colonia	0:35:10	<b>0:35:11</b>
10.	(1086)	2. M35	PLAG, Sören	1985	LC Mengerskirchen	0:35:12	<b>0:35:13</b>
11.	(1057)	2. M45	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:35:32	<b>0:35:34</b>
12.	(1094)	1. M55	RITTER, Johannes	1965		0:35:59	<b>0:36:00</b>
13.	(1064)	3. M30	HACKENBROCH, Niclas	1988	ASV Köln	0:36:22	<b>0:36:24</b>
14.	(1066)	1. W40	HAHN, Susanne	1978	Meckenheimer Sportverein	0:37:07	<b>0:37:07</b>
15.	(1056)	3. M35	BREUER, Stefan	1986	DLC Aachen	0:37:37	<b>0:37:39</b>
16.	(1082)	3. M40	MARTIN, Frederik	1980	ASV Köln Triathlon	0:37:42	<b>0:37:43</b>
17.	(1079)	1. M50	LEY, Jürgen	1971	#GeneralibewegtDeutschland	0:37:57	<b>0:37:58</b>
18.	(1070)	2. M55	JAHNER, Detlef	1964	Wiehlaler LC	0:38:14	<b>0:38:15</b>
19.	(2114)	1. M U23	WENZEL, Leo	1999		0:38:20	<b>0:38:22</b>
20.	(1065)	1. W	HACKER, Judith	1994	SG Wenden	0:38:24	<b>0:38:25</b>
21.	(1168)	3. M	TESCH, Tobias	1995	SV Hellas Siegburg	0:38:32	<b>0:38:33</b>
22.	(1078)	1. MJ U18	KROTT, Ole	2004	LAV Habbelrath-Grefrath	0:38:45	<b>0:38:47</b>
23.	(1059)	4. M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:38:47	<b>0:38:50</b>
24.	(1055)	4. M	BREUER, Laurie	1993	Kleine Maus e. V.	0:39:28	<b>0:39:30</b>
25.	(1071)	5. M	JANSSEN, Simon	1995	7GNOMES	0:39:28	<b>0:39:30</b>
26.	(1096)	2. W35	RÜHL, Hanna	1986	Spiridon Frankfurt	0:39:32	<b>0:39:35</b>
27.	(1077)	2. M50	KÖRBS, Joe	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:39:38	<b>0:39:39</b>
28.	(1053)	1. W30	BELKE, Lara	1988	Schäffchentaxi	0:39:59	<b>0:40:03</b>
29.	(1050)	4. M40	ALARIO, Flavio	1977	mygourmet24.de	0:40:02	<b>0:40:04</b>
30.	(1087)	1. MJ U20	REMMING, Tom	2002	LAV Habbelrath-Grefrath	0:40:12	<b>0:40:14</b>
31.	(1060)	1. W45	DÖRSCHEL, Christel	1976	SG Wenden	0:40:18	<b>0:40:19</b>
32.	(1083)	5. M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:19	<b>0:40:21</b>
33.	(2632)	3. W35	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:40:31	<b>0:40:33</b>
34.	(2120)	3. M45	ZUR NIEDEN, Henning	1972	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:41:06	<b>0:41:08</b>
35.	(1075)	6. M	KOCH, Moritz	1992		0:41:33	<b>0:41:36</b>
36.	(4094)	5. M40	ZHAO, Yong	1977		0:41:37	<b>0:41:41</b>
37.	(1142)	4. M30	STEIGNER, Guido	1991		0:41:38	<b>0:41:42</b>
38.	(1063)	3. M55	FISCHER, Stefan	1963	ASV Köln-Triathlon	0:41:54	<b>0:41:57</b>
39.	(1081)	2. W	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	0:42:50	<b>0:42:53</b>
40.	(1085)	1. W50	MÜLLER-SCHERZANT, Gabi	1969	TuS Deuz	0:44:31	<b>0:44:34</b>
DNF	(1133)	M30	SCHUMACHER, Martin	1988	Bunert - Der Kölner Laufladen		



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
<b>STARTZEIT 10:20 UHR</b>							
	1. (2633)	1. M U23	GULA, Julian	2001	VfSuF Düsseldorf	0:42:12	<b>0:42:15</b>
	2. (2820)	1. M35	ZENTNER, Markus	1982	ASV Köln	0:42:21	<b>0:42:22</b>
	3. (2818)	1. W30	WÖLFL, Dorothea	1990	IfL Hof	0:42:21	<b>0:42:26</b>
	4. (2130)	1. M	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:43:00	<b>0:43:03</b>
	5. (2649)	1. W35	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	0:43:05	<b>0:43:06</b>
	6. (2180)	2. M35	BRÜLL, Florian	1985	DJK BW Friesdorf	0:43:09	<b>0:43:11</b>
	7. (2819)	3. M35	ZAKRZEWSKI, Pawel	1986	TSV Bayer 04 Lauftreff	0:43:15	<b>0:43:17</b>
	8. (2813)	1. M60	TESCH, Norbert	1959	LLG St. Augustin	0:43:53	<b>0:43:54</b>
	9. (2125)	2. W35	ADAM, Miriam	1982	ASV Köln Triathlon	0:43:56	<b>0:44:00</b>
	10. (2810)	2. M	STAMM, Hendrik	1997	TriathlonSteckelCologne	0:44:07	<b>0:44:09</b>
	11. (2145)	1. M50	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:44:17	<b>0:44:23</b>
	12. (2804)	1. M30	SCHMIDT, Martin	1987	ASV Köln	0:44:31	<b>0:44:37</b>
	13. (2817)	1. M40	WILLMS, Florian	1977		0:44:32	<b>0:44:37</b>
	14. (2160)	2. M50	BRANG, Michael	1971	LT Grafschaft	0:44:44	<b>0:44:45</b>
	15. (2187)	3. M50	DECHERT, Oliver	1968		0:44:44	<b>0:44:55</b>
	16. (2154)	2. M40	BAUCH, Torsten	1978		0:45:10	<b>0:45:17</b>
	17. (2809)	2. M U23	SPERLING, Lennart	1999	VfSuF Düsseldorf	0:45:18	<b>0:45:21</b>
	18. (2666)	1. M45	MAREK, Adrian	1972	Für Hürth	0:45:25	<b>0:45:26</b>
	19. (2625)	4. M50	FUESSL, Frank	1967	DLC Aachen	0:45:36	<b>0:45:44</b>
	20. (2808)	2. M45	SEEBERG-ELVERFELDT, Jens	1975	Running Team Achim's Sportshop	0:45:41	<b>0:45:47</b>
	21. (2672)	1. M70	MÜLLER, Rainer	1950	TuS Deuz	0:45:49	<b>0:45:49</b>
	22. (2675)	5. M50	NEIS, Markus	1967		0:45:47	<b>0:45:57</b>
	23. (2173)	6. M50	BRORS, Stefan	1971		0:46:05	<b>0:46:05</b>
	24. (2152)	1. M55	BÄKER, Thomas	1964	Born2run	0:46:13	<b>0:46:17</b>
	25. (2806)	2. M60	SCHUCHMANN, Erwin	1960	IAC Düren	0:46:23	<b>0:46:25</b>
	26. (2680)	2. M30	PEÖZ, Arne	1987	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:19	<b>0:46:27</b>
	27. (2814)	4. M35	TESKE, Sebastian	1983		0:46:18	<b>0:46:28</b>
	28. (2815)	5. M35	WEBER, Benjamin	1983	Florida Gators	0:46:47	<b>0:46:49</b>
	29. (2138)	3. M U23	BACH, Nils	2001		0:46:44	<b>0:46:50</b>
	30. (2181)	3. M45	DAHM, Martin	1973	Örmser im Kölschen Exil	0:46:46	<b>0:46:50</b>
	31. (2202)	7. M50	DUBIEL, Jaroslav	1971	IAC Düren	0:47:05	<b>0:47:07</b>
	32. (2620)	3. M40	FRENZEL, Stefan	1978	ASV Köln	0:47:32	<b>0:47:37</b>
	33. (2681)	3. M60	SCHLICHTING, Hans-Dieter	1957	SG-Wenden	0:47:34	<b>0:47:37</b>
	34. (2662)	3. M30	KÜHNEL, Robert	1988		0:48:13	<b>0:48:18</b>
	35. (2204)	8. M50	DÜLKEN, Ralf	1967	SV Germania Dürwiß	0:49:26	<b>0:49:30</b>
	36. (2655)	1. MJ U20	KANZOW, Fabian	2003	TuS Oberkassel	0:49:44	<b>0:49:50</b>
	37. (2678)	4. M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:42	<b>0:49:53</b>
	38. (2167)	4. M45	BRAUSCH, Marco	1976	LLG Hunsrück	0:49:56	<b>0:49:57</b>
	39. (2670)	1. W40	MATSUOKA, Mei	1981		0:50:44	<b>0:50:46</b>
	40. (2811)	5. M45	STROHN, Carsten	1973	Suchthilfe gGmbH Leverkusen	0:51:37	<b>0:51:45</b>
	41. (2159)	2. M70	BORCHERS, Wolfgang	1950	Rhein Erft Runner	0:52:41	<b>0:52:50</b>
	42. (2939)	1. M65	PFITZNER, Bernd	1955		0:53:22	<b>0:53:26</b>



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

**LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN**

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
43.	(2621)	5. M60	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:55:26	<b>0:55:27</b>
44.	(2635)	1. W	HAUPTVOGEL, Katharina	1992	LT Ennert	0:56:40	<b>0:56:42</b>
45.	(2807)	3. M	SCHUMACHER, Felix	1996		0:56:32	<b>0:56:43</b>
<b>DNF</b>	(2816)	M55	WICHERT, Hans-Jürgen	1963	Marathon-Club Eschweiler		
<b>DNF</b>	(2921)	M50	PLATE, David	1971	CoffeeBreakRecords.de	0:28:13	<b>0:28:22</b>
<b>DNF</b>	(2931)	M50	VOGEL, Jörg	1969			



## 31. Sommerlauf des LSV Porz

## LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
<b>STARTZEIT 10:25 UHR</b>							
1.	(2837)	1. M35	KÖPPE, Stefan	1985	1.FC Köln	0:42:05	<b>0:42:06</b>
2.	(2930)	1. M30	BUTZ, Gerrit	1991	Löschgruppe Eil	0:46:37	<b>0:46:40</b>
3.	(2855)	1. M U23	SCHIRMER, Luk	2001		0:48:09	<b>0:48:11</b>
4.	(2862)	1. M50	VON BAEYER, Richard	1967		0:48:03	<b>0:48:12</b>
5.	(4093)	1. W35	MÜLLEJANS, Anne	1982		0:48:20	<b>0:48:27</b>
6.	(2854)	1. MJ U20	SCHÄFER, Florian	2003	TuS Oberkassel	0:50:26	<b>0:50:27</b>
7.	(2833)	1. M45	HÖLTERS, Oliver	1974	#2croissants1gedanke	0:50:35	<b>0:50:36</b>
8.	(2841)	1. W	KUTZ, Leonie	1993		0:50:58	<b>0:51:01</b>
9.	(2846)	2. M30	NIESSEN, Dennis	1991		0:52:04	<b>0:52:09</b>
10.	(2842)	1. M40	LANG, Alexander	1978	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:20	<b>0:52:24</b>
11.	(2856)	2. M45	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:22	<b>0:52:27</b>
12.	(2838)	2. M35	KRAFT, Artem	1985	TV 1960 Langenholdinghausen	0:52:24	<b>0:52:28</b>
13.	(2844)	2. W35	MOLDENHAUER, Marina	1986	FR-Training	0:51:41	<b>0:52:34</b>
14.	(2826)	2. M50	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:52:55	<b>0:53:00</b>
15.	(2864)	3. M50	WERHEID, Dieter	1969	DLRG	0:55:52	<b>0:56:00</b>
16.	(2860)	1. W45	UERLINGS-BAMBERGER, Heike	1974		0:56:31	<b>0:56:32</b>
17.	(2822)	1. M70	ARETZ, Manfred	1947		0:57:02	<b>0:57:04</b>
18.	(2840)	2. W45	KURSCHILDGEN, Alice	1972		0:58:07	<b>0:58:09</b>
19.	(2847)	1. W40	OGENOTH, Marlene	1979		0:58:13	<b>0:58:14</b>
20.	(2848)	2. W40	PIECZYKOLAN, Aleks	1980	#2croissants1gedanke	0:58:39	<b>0:58:41</b>
21.	(2821)	2. W	ANDRE, Franziska	1995		0:58:43	<b>0:58:50</b>
22.	(2849)	1. M55	PÜTZ, Burkhard	1963	SV Germania Dürwiss	0:59:40	<b>0:59:43</b>
23.	(2861)	1. W30	URH, Christiane	1991		0:59:50	<b>0:59:55</b>
24.	(2843)	1. M60	LEYENDECKER, Matthias	1961	SC Fortuna Köln	1:00:49	<b>1:00:54</b>
25.	(2933)	2. M60	PETER, Ronald	1960	HLG 98 Wuppertal	1:02:52	<b>1:02:58</b>
26.	(2831)	3. M60	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	1:03:14	<b>1:03:17</b>
27.	(2836)	4. M50	KÖPKE, Jan	1967	No Limits	1:03:19	<b>1:03:23</b>
28.	(2835)	1. W55	KOCH-SCHWAFFERTS, Heike	1964		1:07:23	<b>1:07:25</b>
29.	(2853)	3. W	ROSSOL, Giuliana	1994	Feuerwehr Eil	1:08:33	<b>1:08:39</b>
30.	(2839)	2. W55	KRAMS, Sabine	1964		1:09:00	<b>1:09:03</b>
31.	(2832)	2. M55	HOFFMANN, Michael	1966		1:09:00	<b>1:09:04</b>
32.	(2825)	2. M40	DEMIRCI, Yavuz	1979	Erdinger Alkoholfrei	1:21:04	<b>1:21:12</b>
33.	(4026)	3. W55	HAMM, Marina	1962		1:21:04	<b>1:21:13</b>
<b>DNF</b>	(2824)	M60	BRÜLL, Stefan	1959	ASV Rheidt		
<b>DNF</b>	(2859)	W45	SIEBEL, Meike	1974			
<b>DNF</b>	(2934)	W30	BELKE, Luisa	1989	Milers Colonia		

Anzahl Teilnehmer: 125