



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
1 (346)	WILBERFORCE, Gary	1986	SSF Bonn Triathlon	00:33:09.47	<b>00:33:11</b>
2 (1305)	TROMPETTER, Marius	1991	ASV Köln	00:33:12.02	<b>00:33:13</b>
3 (1349)	HERR, Florian	1988	SG Wenden	00:34:21.76	<b>00:34:22</b>
4 (1206)	VIELLEHNER, Julia	1985	TSV Triathlon Altenmarkt	00:34:22.65	<b>00:34:23</b>
5 (1712)	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:35:00.64	<b>00:35:01</b>
6 (1676)	KRAEMER, Marian	1990	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:35:28.89	<b>00:35:29</b>
7 (175)	BREUER, Laurids	1993	FortRunners Köln	00:35:31.63	<b>00:35:32</b>
8 (564)	SCHNEIDER, Norbert	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:35:33.81	<b>00:35:34</b>
9 (1614)	SCHRÖDER, Frank	1968	Rhein-Berg Runners	00:35:37.51	<b>00:35:38</b>
10 (1393)	FLADER, Moritz	1991	LG Gummersbach	00:35:50.31	<b>00:35:51</b>
11 (1723)	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln	00:36:19.54	<b>00:36:21</b>
12 (1761)	KREUER, Manuel	1980	Laufmonster	00:36:29.18	<b>00:36:30</b>
13 (1764)	NETT, Markus	1984	PSV Bonn Triathlon	00:36:40.33	<b>00:36:42</b>
14 (1098)	BIELER, Maximilian	1996	ASV Köln	00:36:45.00	<b>00:36:46</b>
15 (46)	HEUSCHEN, Dirk	1964	Rhein-Berg Runners	00:36:52.52	<b>00:36:53</b>
16 (1656)	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	00:37:07.66	<b>00:37:09</b>
17 (1647)	NEUHAUS, Heribert	1966		00:37:13.33	<b>00:37:14</b>
18 (1741)	SIERERS, Holger	1968	Cycling Academy	00:37:23.58	<b>00:37:24</b>
19 (1738)	MOLL, Dino	1989		00:37:27.27	<b>00:37:28</b>
20 (444)	NEUMANN, Frank	1967		00:37:28.23	<b>00:37:30</b>
21 (426)	BRINKMANN, Thorsten	1972	Ski-Club Beckum	00:37:36.42	<b>00:37:38</b>
22 (1159)	CHAO MARTINEZ, Juan	1989	3&Run Coruña	00:37:36.85	<b>00:37:39</b>
23 (1670)	STEVENS, André	1985	Mönchengladbacher LG	00:37:39.28	<b>00:37:40</b>
24 (1183)	MÜLLER SCIACCA, Marco	1983	Team Abus Nutrixxion	00:37:33.67	<b>00:37:48</b>
25 (506)	HEIL, Dietmar	1968	1. FC Quadrath-Ichendorf	00:37:48.99	<b>00:37:49</b>
26 (1688)	GÜNDÜZ, Deniz	1974	25 MINUTES	00:37:52.36	<b>00:37:56</b>
27 (1681)	WEIER, Peter	1981	PSV Bonn Triathlon	00:38:01.02	<b>00:38:02</b>
28 (1686)	ARENZ, Jens	1969	Team C	00:38:02.11	<b>00:38:06</b>
29 (1389)	BLAESER, Veit	1980	KTT 01	00:38:05.96	<b>00:38:09</b>
30 (501)	CONDON, Liam	1968	TV Refrath	00:38:17.88	<b>00:38:20</b>
31 (1690)	ZENTAUR, Markus	1980	TV Refrath	00:38:20.90	<b>00:38:23</b>
32 (1655)	PIERZ, Andreas	1985	TuS Kreuzweingarten-Rheder	00:38:15.69	<b>00:38:25</b>
33 (1394)	MÜHLENSTÄDT, Gunnar	1973	Mach3 Köln	00:38:25.50	<b>00:38:26</b>
34 (449)	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	00:38:29.70	<b>00:38:30</b>
35 (87)	MERTESACKER, Andreas	1990	RHEX-Team	00:38:30.23	<b>00:38:32</b>
36 (1292)	LENGERSDORF, Holger	1982	LG Ameln/Linnich	00:38:33.42	<b>00:38:34</b>
37 (1668)	EHLE, Jessica	1999		00:38:26.70	<b>00:38:40</b>
38 (1759)	BARTHOLOMÉ, Jakob	1985		00:38:39.71	<b>00:38:41</b>
39 (511)	HOLTHAUSEN, Manfred	1968	SSF Bonn Triathlon	00:38:43.70	<b>00:38:45</b>
40 (209)	GEIMER, Christian	1992	Die MANNschaft e.V.	00:38:44.56	<b>00:38:46</b>
41 (1786)	KAISER, Markus	1965	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:38:45.45	<b>00:38:49</b>
42 (1716)	ALOTTO, Giuseppe	1966	3XERCISE	00:38:59.38	<b>00:39:00</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
43 (229)	HOUSCHT, Martin Peter	1965	Finisher Club	00:39:02.72	<b>00:39:07</b>
44 (5)	BETZLER, Jonas	1994		00:38:52.06	<b>00:39:25</b>
45 (522)	MARCHLEWSKI, Nico	1969	LT Siebengebirge	00:39:26.75	<b>00:39:35</b>
46 (278)	MÜLLER, Josef	1968	LT Grafschaft	00:39:39.67	<b>00:39:41</b>
47 (247)	KOTTHAUS, Marius	1984	Realschule Patternhof	00:39:41.16	<b>00:39:42</b>
48 (1188)	PRIEBE, Lukas	1992	LG Gummersbach	00:39:47.27	<b>00:39:51</b>
49 (1775)	FUTSCHIK, Daniel	1982	LC Weilerswist	00:39:34.58	<b>00:40:02</b>
50 (1631)	LINKE, Phillip	1985	ERGO sports Köln	00:39:57.36	<b>00:40:03</b>
51 (439)	MAUTER, Jörg	1965	Wiehltales LC	00:40:05.31	<b>00:40:06</b>
52 (527)	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	00:40:03.70	<b>00:40:12</b>
53 (451)	SCHWANKE, Marco	1980		00:40:12.68	<b>00:40:15</b>
54 (197)	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	00:40:14.71	<b>00:40:15</b>
55 (1785)	MERKEL, Eiken	1980	Mach3 Köln	00:40:14.28	<b>00:40:16</b>
56 (97)	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St. Augustin	00:40:18.60	<b>00:40:20</b>
57 (1780)	SCHÖN, Ralf	1968	TG Neuss	00:40:15.15	<b>00:40:26</b>
58 (1722)	SPIESS, Stefan	1969		00:40:17.57	<b>00:40:27</b>
59 (134)	STEBER, Roland	1972	LV Oelde	00:40:03.81	<b>00:40:28</b>
60 (386)	KUHSTOß, Christian	1971	Flesche Roadrunners	00:40:19.26	<b>00:40:28</b>
61 (1664)	FARNSCHLÄDER, Joshua	1997	LT Grafschaft	00:40:29.41	<b>00:40:31</b>
62 (179)	CHRISTEN, Peter	1964	Feuerwehr Köln	00:40:28.21	<b>00:40:33</b>
63 (239)	KEUSER, Thorsten	1982	S.O.A Runner	00:40:11.21	<b>00:40:36</b>
64 (1726)	NOACK, Marcus	1979	Seidenraupen Krefeld	00:40:28.88	<b>00:40:37</b>
65 (496)	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	00:40:37.08	<b>00:40:39</b>
66 (7)	BRANG, Michael	1971	LT Grafschaft	00:40:37.44	<b>00:40:40</b>
67 (1649)	MEISEN, Max	1990	LC Euskirchen	00:40:35.13	<b>00:40:43</b>
68 (255)	KULLE, Marcus	1972	SV AXA	00:40:37.72	<b>00:40:44</b>
69 (562)	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	00:40:40.47	<b>00:40:45</b>
70 (1616)	HEITKAMP, Michael	1964	SV AXA	00:40:40.31	<b>00:40:48</b>
71 (1261)	SCHNEIDER, Marco	1978	Sportshop-Triathlon Team	00:40:45.34	<b>00:40:49</b>
72 (413)	WENZEL, Oliver	1984	TV Frisch Auf Lennep	00:40:47.39	<b>00:40:54</b>
73 (1260)	SCHNEIDER, Silke	1976	Bunert - Der Siegburger Laufladen	00:40:54.17	<b>00:40:55</b>
74 (1783)	WIND, Sebastian	1977	LSG Wind Immobilien	00:41:01.66	<b>00:41:02</b>
75 (1704)	QUECK, Joachim	1981		00:40:46.11	<b>00:41:03</b>
76 (1234)	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	00:41:03.42	<b>00:41:05</b>
77 (1229)	HOPPE, Sebastian	1983	SV Blau-Weiss Bochum	00:40:55.48	<b>00:41:06</b>
78 (143)	VALDER, Sarah	1993	bunert - Der Siegburger Laufladen	00:41:08.48	<b>00:41:10</b>
79 (1695)	ROCHOLL, Lutz	1961		00:41:09.63	<b>00:41:12</b>
80 (479)	VON TROSTORFF, Alexander	1998		00:41:10.58	<b>00:41:15</b>
81 (1220)	FRANZ, Einiko	1975	Lauftreff 1. FC Spich	00:41:15.92	<b>00:41:17</b>
82 (441)	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	00:41:11.14	<b>00:41:20</b>
83 (213)	GNIFFKE, Michael	1972	SC Westfalia 04 Herne Triathlon	00:41:22.12	<b>00:41:23</b>
84 (456)	ZOLL, Daniela	1981	LG Gummersbach	00:41:23.65	<b>00:41:27</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
85 (1203)	TORBATI, Parvis	1966	LG Laacher See	00:41:25.48	<b>00:41:29</b>
86 (1774)	WILD, Dominik	1984		00:41:16.02	<b>00:41:32</b>
87 (1736)	LAST, Christoph	1977	TSG Velbert	00:41:31.02	<b>00:41:32</b>
88 (1671)	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	00:41:25.72	<b>00:41:33</b>
89 (21)	FASEL, Norbert	1965	LSF Münster	00:41:32.21	<b>00:41:37</b>
90 (1734)	MICHAELI, Pascal	1974	LC Weilerswist	00:41:34.03	<b>00:41:39</b>
91 (469)	MICHALKA, Ralph	1969	Running Team Grafenberg	00:41:38.88	<b>00:41:49</b>
92 (1175)	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	00:41:36.75	<b>00:41:50</b>
93 (1164)	GAYOL REGUERA, Jose	1989		00:41:52.79	<b>00:41:56</b>
94 (1272)	TIEPOLT, Jens	1965	SV AXA	00:41:50.97	<b>00:41:58</b>
95 (297)	RIEDEL, Roland	1963	LG Westerwald	00:41:55.76	<b>00:42:00</b>
96 (1643)	HINZE-THÜS, Katja	1972	Rhein-Berg Runners	00:41:58.64	<b>00:42:04</b>
97 (31)	GÖTZENICH, Alexander	1973		00:41:54.88	<b>00:42:06</b>
98 (1729)	SCHNEIDER, Ben	1974		00:42:07.09	<b>00:42:14</b>
99 (467)	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	00:41:55.15	<b>00:42:14</b>
100 (507)	HELLEBUSCH, Timo	1980	25MINUTES Köln	00:42:06.48	<b>00:42:16</b>
101 (1160)	CHRISTOFFELS, Elmar	1960	Dürener TV - RS Patternhof	00:42:22.41	<b>00:42:24</b>
102 (446)	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	00:42:19.55	<b>00:42:25</b>
103 (1370)	PESCH, Tanja	1977	TUS Kreuzweingarten	00:42:20.30	<b>00:42:26</b>
104 (470)	MICHALKA, Silvia	1969	Running Team Grafenberg	00:42:20.33	<b>00:42:30</b>
105 (155)	ALTMANN, Markus	1982	Run Squad CGN	00:42:23.76	<b>00:42:31</b>
106 (1633)	SCHLOEMER, Stefan	1966	KTT 01	00:42:12.23	<b>00:42:33</b>
107 (898)	HEYER, Sascha	1976	KTT 01	00:42:12.50	<b>00:42:34</b>
108 (458)	BLÖMEN, Jeanette	1983		00:42:31.53	<b>00:42:35</b>
109 (1687)	HARTMANN, Frederik	1968	TV Refrath	00:42:34.87	<b>00:42:38</b>
110 (1669)	SHELLER, Maryse	1987	Aachen hat Ausdauer	00:42:40.26	<b>00:42:49</b>
111 (374)	HINTZSCHE, Dr. Ekki	1963	Ostseebad Kühlungsborn	00:42:44.90	<b>00:42:51</b>
112 (1231)	JAKOB, Michael	1968	Team Radon	00:42:26.57	<b>00:42:51</b>
113 (8)	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM ESSEN	00:42:56.58	<b>00:43:00</b>
114 (1719)	DIEFENBACH, Thomas	1967	TPSK	00:42:38.89	<b>00:43:01</b>
115 (161)	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebillys T.O.	00:42:46.44	<b>00:43:01</b>
116 (1760)	RITTER, Ronald	1960	LT Schöllerhof	00:43:00.30	<b>00:43:03</b>
117 (553)	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		00:43:04.65	<b>00:43:10</b>
118 (28)	GERSTNER, Jean-Marc	1978		00:43:03.25	<b>00:43:11</b>
119 (455)	THEIS, Frank	1964	Blue-White Dynamite	00:43:14.46	<b>00:43:20</b>
120 (164)	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Grafenschaft	00:43:20.70	<b>00:43:23</b>
121 (437)	MANTHEI, Christian	1962	ERGO sports Köln	00:43:12.29	<b>00:43:26</b>
122 (102)	RAUTENBERG, Stefan	1967	Rauti	00:43:11.96	<b>00:43:29</b>
123 (1689)	PETERSAM, Armin	1956	TV Höhenhaus	00:43:19.20	<b>00:43:33</b>
124 (348)	WOTZLAW, Mathias	1963	ASV Köln Triathlon	00:43:00.01	<b>00:43:34</b>
125 (1762)	KRÜGER, Thomas	1963		00:43:13.78	<b>00:43:37</b>
126 (461)	DONATH, Aurelius	1958		00:43:34.18	<b>00:43:50</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
<b>127</b> (463)	FREUDENHAMMER, Andreas	1984		00:43:51.62	<b>00:43:55</b>
<b>128</b> (147)	WITT, ANDreas	1977	RTC Frechen 80	00:43:44.48	<b>00:43:57</b>
<b>129</b> (1735)	SCHRAMMER, Florian	1985		00:43:23.47	<b>00:44:05</b>
<b>130</b> (1674)	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn Triathlon	00:43:40.44	<b>00:44:06</b>
<b>131</b> (1207)	VIRNICH, Martin	1984		00:43:55.23	<b>00:44:07</b>
<b>132</b> (266)	LÜBBERT, Mark	1979		00:43:54.71	<b>00:44:08</b>
<b>133</b> (452)	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist Team Leckstein	00:43:44.12	<b>00:44:13</b>
<b>134</b> (468)	MEMMINGER, Andrea	1976	SV AXA Cologne Triathlon	00:44:08.43	<b>00:44:14</b>
<b>135</b> (424)	BERTELS, Christoph	1988	25MINUTES Köln	00:44:02.07	<b>00:44:16</b>
<b>136</b> (471)	PULLMANN, Kim	1980	Sportshop-Triathlon Team	00:44:00.05	<b>00:44:18</b>
<b>137</b> (1675)	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	00:44:10.53	<b>00:44:20</b>
<b>138</b> (1757)	SIEGMUND, Sven	1977	TUS 92 Opladen	00:44:02.40	<b>00:44:21</b>
<b>139</b> (1743)	GSCHWANDTNER, Isabella	1978	ISI-RUNNER	00:44:18.80	<b>00:44:25</b>
<b>140</b> (1369)	STEFFENS, Wolfgang	1972	SV Bergwacht Dohren	00:44:15.71	<b>00:44:26</b>
<b>141</b> (1218)	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	00:44:21.41	<b>00:44:26</b>
<b>142</b> (1354)	MILZ, Ralf	1961	Vorwärts Köln	00:44:21.33	<b>00:44:26</b>
<b>143</b> (29)	GEURTS, Koen	1981		00:43:58.81	<b>00:44:27</b>
<b>144</b> (1300)	REINTZSCH, Ingo	1977	Alfterer SC	00:44:21.30	<b>00:44:28</b>
<b>145</b> (318)	SCHUZ, Markus	1975	SG Selters	00:44:23.21	<b>00:44:28</b>
<b>146</b> (1623)	NETTERSHEIM, Wolfgang	1967	LC Euskirchen	00:44:20.78	<b>00:44:30</b>
<b>147</b> (1665)	GEIMER, Günter	1962	TuS Hachenburg	00:44:25.51	<b>00:44:31</b>
<b>148</b> (1648)	SCHÖLLER, Helga	1969	LC Euskirchen	00:44:25.64	<b>00:44:32</b>
<b>149</b> (11)	BUSCHKAMP, Marc	1986	MACH3 Köln e.V.	00:43:47.74	<b>00:44:33</b>
<b>150</b> (1646)	EIKLE, Mathias	1959	mach3 EV	00:44:27.50	<b>00:44:35</b>
<b>151</b> (538)	DUBIEL, Jaroslaw	1971	Int. Athletic Club Düren/Eifel/Rur	00:44:24.74	<b>00:44:35</b>
<b>152</b> (1727)	GESTHUIZEN, Alexander	1973	Polizei Köln	00:43:50.42	<b>00:44:36</b>
<b>153</b> (1093)	LENNARTZ, Birgit	1965	LLG St. Augustin	00:44:37.97	<b>00:44:41</b>
<b>154</b> (510)	HILLERINGMANN, Mark	1988	PV-Triathlon Witten	00:44:25.53	<b>00:44:44</b>
<b>155</b> (101)	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße	00:44:41.56	<b>00:44:45</b>
<b>156</b> (1787)	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:44:41.18	<b>00:44:46</b>
<b>157</b> (1709)	WIMMER, Bastian	1984	Neptunbad Köln	00:44:29.39	<b>00:44:50</b>
<b>158</b> (532)	STING, Michael	1968	VfL Wehbach	00:44:17.98	<b>00:44:52</b>
<b>159</b> (465)	HÄUSLER, Sascha	1980		00:44:35.51	<b>00:44:53</b>
<b>160</b> (19)	ENGELS, Andreas	1976		00:43:59.21	<b>00:44:58</b>
<b>161</b> (39)	GUTH, Karl	1969	LifeParkMax e.V. Ingolstadt	00:44:51.00	<b>00:44:59</b>
<b>162</b> (289)	PESCHEL, Sascha	1979		00:44:56.68	<b>00:44:59</b>
<b>163</b> (1619)	MACZKIEWICZ, Arnold	1955	LC Euskirchen	00:45:02.12	<b>00:45:03</b>
<b>164</b> (378)	JOCHHEIM, Sebastian	1981		00:44:40.83	<b>00:45:03</b>
<b>165</b> (316)	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	BSG Delphi Draka	00:45:08.17	<b>00:45:14</b>
<b>166</b> (480)	WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	00:45:12.25	<b>00:45:15</b>
<b>167</b> (24)	FLOCK, Andreas	1987	Team Mokka	00:44:58.38	<b>00:45:15</b>
<b>168</b> (117)	SCHNEIDER, Heide	1969	LAZ-Puma Rhein-Sieg	00:45:09.38	<b>00:45:17</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
169 (250)	KREUTNER, Anke	1977	Brühler TV 1879	00:44:56.40	<b>00:45:20</b>
170 (156)	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners	00:45:12.63	<b>00:45:21</b>
171 (224)	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen	00:44:57.75	<b>00:45:22</b>
172 (1210)	WILMSCHEN, Sarah	1986	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:45:16.28	<b>00:45:24</b>
173 (45)	HEßLING, Lars	1977		00:45:07.55	<b>00:45:25</b>
174 (1747)	ESCHBACH, Ralf	1963		00:45:14.98	<b>00:45:26</b>
175 (528)	SACHS, Sandra	1970	SV Hellas Siegburg	00:45:18.22	<b>00:45:28</b>
176 (190)	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	00:45:25.99	<b>00:45:41</b>
177 (15)	DÜCKERS, Thomas	1977	RC Mistral Köln	00:45:36.19	<b>00:45:41</b>
178 (1707)	MORILLAS, Antonio	1966		00:45:22.56	<b>00:45:42</b>
179 (1700)	BOTTI, Jörg	1970		00:45:26.52	<b>00:45:45</b>
180 (163)	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team	00:45:16.01	<b>00:45:46</b>
181 (58)	KLINGENBERG, Florian	1983	Lauftreff Lindlar	00:45:42.88	<b>00:45:47</b>
182 (1309)	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach	00:45:13.04	<b>00:45:49</b>
183 (409)	THEUERZEIT, Fabian	1987	DSHS Köln	00:45:16.67	<b>00:45:49</b>
184 (1617)	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	00:45:43.21	<b>00:45:55</b>
185 (1170)	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:45:50.66	<b>00:45:56</b>
186 (1779)	KUTHE, Thorsten	1972		00:45:06.98	<b>00:45:57</b>
187 (1626)	KÖSTER, Heinz-Werner	1946	SC Olpe	00:45:42.37	<b>00:45:59</b>
188 (1622)	CELEBIJA, Drazen	1968	Barbariga	00:45:42.89	<b>00:46:00</b>
189 (65)	KONRADI, Thomas	1959	Selbstläufer SV Altenahr	00:45:51.10	<b>00:46:01</b>
190 (1216)	CREMER, Jürgen	1962		00:46:05.26	<b>00:46:07</b>
191 (517)	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel	00:45:48.67	<b>00:46:09</b>
192 (48)	HOFFMANN, Sigrid	1965	LG Westerwald	00:45:52.78	<b>00:46:10</b>
193 (1400)	HORSTMANN, Kristin	1982		00:45:52.02	<b>00:46:11</b>
194 (1666)	RESCH, Kilian	1961	Troisdorfer LG	00:46:07.97	<b>00:46:14</b>
195 (472)	RIEDEL, Oliver	1979	TSV Dieringhausen	00:45:56.37	<b>00:46:14</b>
196 (192)	DUNGER, Eberhard	1951	LC Wuppertal	00:46:00.27	<b>00:46:16</b>
197 (37)	GRÖNER, Ole	1968		00:45:59.55	<b>00:46:16</b>
198 (460)	DINTER, Martin	1967		00:45:52.69	<b>00:46:17</b>
199 (1201)	STECKEL, Manfred	1955	TriathlonSteckelCologne	00:46:10.31	<b>00:46:19</b>
200 (237)	KERKHOFF, Philipp	1980	Southside Cologne	00:46:11.20	<b>00:46:20</b>
201 (1296)	MINOR, Astrid	1973	ASV Köln Triathlon	00:46:08.33	<b>00:46:21</b>
202 (393)	REINFELDT, Sina-Katharina	1995		00:46:13.92	<b>00:46:25</b>
203 (1190)	REHFELD, Kai	1995		00:46:15.59	<b>00:46:26</b>
204 (1769)	BRANDT, Marcel	1988	Moerser TV	00:46:16.73	<b>00:46:27</b>
205 (364)	GEURTS, Marjolein	1988		00:45:58.56	<b>00:46:27</b>
206 (380)	KAPPUS, Reiner	1962	VfL Nochern e.V.	00:46:09.50	<b>00:46:28</b>
207 (1610)	LÜCKERATH, Volker	1964	Hobbysport Robben	00:46:09.87	<b>00:46:33</b>
208 (200)	FINDEISEN, Michael	1980		00:46:24.21	<b>00:46:33</b>
209 (1714)	RIEHMER, Johannes	1983		00:46:13.17	<b>00:46:34</b>
210 (419)	MÖBUS, Renate	1973	LSV Porz / Köln	00:46:25.75	<b>00:46:37</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
211 (1778)	NIES, Ulrich	1967		00:46:05.07	<b>00:46:37</b>
212 (1706)	BITTENS, Linda	1984	ASV Köln	00:46:32.94	<b>00:46:39</b>
213 (423)	ANDERS, Lars	1976		00:46:09.46	<b>00:46:39</b>
214 (1672)	SCHWANE, Adnen	1987	Aachen hat Ausdauer	00:46:25.39	<b>00:46:45</b>
215 (425)	BORCHERT, Annett	1971	RTC FRECHEN	00:46:32.49	<b>00:46:46</b>
216 (1739)	SCHMIDT, Akexander	1970	DJK Gummersbach	00:46:30.75	<b>00:46:46</b>
217 (280)	NIEHAUS, Marco	1980	FWVK	00:46:22.62	<b>00:46:54</b>
218 (306)	SCHEURER, Thorsten	1980		00:46:36.10	<b>00:46:54</b>
219 (1733)	VON DER RECKE, Christian	1960	LC Weilerswist	00:46:37.95	<b>00:47:05</b>
220 (12)	CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	00:47:03.41	<b>00:47:06</b>
221 (104)	RIEGEL, Thomas	1973		00:46:47.02	<b>00:47:07</b>
222 (283)	NOWICKI, Patryk	1985	Kreissparkasse Köln	00:46:52.14	<b>00:47:08</b>
223 (464)	GLOMB, Bodo	1963		00:47:05.99	<b>00:47:10</b>
224 (375)	HUSS, Klaus	1967	TuS Köln rrh.	00:47:05.59	<b>00:47:11</b>
225 (454)	SINGER, Sabine	1967	TV Refrath	00:46:55.01	<b>00:47:11</b>
226 (560)	RAAB, Daniela	1974	LC Weilerswist	00:46:49.19	<b>00:47:13</b>
227 (503)	DREESBACH, Dirk	1968	LC Weilerswist	00:46:48.51	<b>00:47:13</b>
228 (1627)	BRUTZER, Birgit	1959	SC Olpe	00:46:59.64	<b>00:47:15</b>
229 (534)	WALTER, uwe	1969		00:47:03.31	<b>00:47:17</b>
230 (303)	SAMARDZIC, Dino	1991		00:47:18.39	<b>00:47:21</b>
231 (137)	THIEMERMANN, Norbert	1963	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:11.54	<b>00:47:23</b>
232 (1161)	CORDES, Christine	1983	LG Südsauerland	00:47:20.72	<b>00:47:26</b>
233 (1693)	FALKENROTH, Christoph	1960		00:47:12.05	<b>00:47:27</b>
234 (428)	FRIEDRICH, Harry	1957		00:47:23.22	<b>00:47:27</b>
235 (1388)	LENERZ, Artur	1958	Klavierschule Lenerz	00:47:20.86	<b>00:47:28</b>
236 (412)	VOGEL, Jörg	1969		00:47:26.91	<b>00:47:29</b>
237 (38)	GRUNDMANN, Horst	1957	Kölner Ausdauer- und Laufschule	00:47:18.83	<b>00:47:29</b>
238 (539)	EIDMANN, Volker	1960	Wuppertal	00:47:26.08	<b>00:47:30</b>
239 (551)	MENDEN, Bettina	1969	LC Weilerswist	00:47:01.06	<b>00:47:30</b>
240 (1701)	LAUBSCH, Michel	1967	Tricologen	00:46:29.65	<b>00:47:30</b>
241 (329)	STEINBERG, Daniel	1979		00:46:47.85	<b>00:47:31</b>
242 (1193)	REUL, Godehard	1992		00:47:04.73	<b>00:47:32</b>
243 (390)	MÖLLER, Tanja	1971	TV Frisch Auf Lennep	00:47:12.75	<b>00:47:35</b>
244 (1732)	CARL, Thomas	1973		00:47:15.91	<b>00:47:36</b>
245 (1667)	BOHR, Oliver	1968	SSF Bonn	00:47:20.68	<b>00:47:38</b>
246 (1731)	GRÜMMER, Simon	1979	MACH3 Köln e.V.	00:47:06.51	<b>00:47:39</b>
247 (508)	HELLMANN, Andreas	1978		00:46:58.67	<b>00:47:39</b>
248 (298)	RODDELT, Ralf	1967	7g runergy	00:46:53.60	<b>00:47:40</b>
249 (448)	RITTER, Daniela	1974	SV Hellas Siegburg	00:47:28.80	<b>00:47:41</b>
250 (1763)	BECHERT, Frank	1970		00:46:47.25	<b>00:47:42</b>
251 (1697)	WOLTER, Heinz-Dieter	1967		00:47:14.71	<b>00:47:45</b>
252 (565)	SCHNEIDER, Stefan	1979	LG Gummersbach	00:46:59.70	<b>00:47:46</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
253 (1223)	HAHN, Rolf	1961	BSG BML Bonn	00:47:33.97	<b>00:47:46</b>
254 (251)	KROEHNERT, Katharina	1987	MACH3 Köln e.V.	00:47:36.85	<b>00:47:47</b>
255 (272)	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	00:47:37.69	<b>00:47:47</b>
256 (1224)	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	00:47:35.25	<b>00:47:48</b>
257 (32)	GOTZHEIN, Marco	1988	bike-components	00:46:59.17	<b>00:47:49</b>
258 (524)	MÜLLER, Ralf	1965	LSV Porz / Köln	00:47:28.00	<b>00:47:50</b>
259 (103)	REIMER, Antonia	1995	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:30.60	<b>00:47:51</b>
260 (1691)	SCHREINER, Jan	1975	1. FC Plautze 04	00:47:44.54	<b>00:47:53</b>
261 (219)	HEISTER, Björn	1980		00:47:27.12	<b>00:47:53</b>
262 (1662)	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:47:41.59	<b>00:48:00</b>
263 (1659)	JÄGER, Ronja	1989	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:47:42.57	<b>00:48:00</b>
264 (394)	RIHA, Robert	1981		00:46:49.34	<b>00:48:01</b>
265 (281)	NOLDA, Isabel	1990		00:47:42.91	<b>00:48:01</b>
266 (1720)	LENZ, Astrid	1972	ASV Köln	00:47:49.31	<b>00:48:03</b>
267 (552)	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Skinny Bergheim 02	00:48:04.77	<b>00:48:11</b>
268 (78)	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	00:48:10.32	<b>00:48:12</b>
269 (516)	KOZYRSKA, Agnes	1972	LT Alsdorf-Ost	00:47:51.63	<b>00:48:13</b>
270 (207)	FLOßBACH, Heinz	1967		00:47:31.38	<b>00:48:13</b>
271 (44)	HEß, Richard	1962	LC Weilerswist	00:47:47.16	<b>00:48:14</b>
272 (1718)	KENNECKE, Katerina	1977		00:47:57.04	<b>00:48:19</b>
273 (1176)	KOMMER-RITZKA, Birgit	1968	LT Alsdorf-Ost	00:48:01.18	<b>00:48:22</b>
274 (1)	ADICK, Carolin	1983		00:47:24.19	<b>00:48:25</b>
275 (142)	URBAN, Alexandra	1981		00:48:03.94	<b>00:48:27</b>
276 (1694)	LANSBERG, Isabel	1970	TPSK Triathlon	00:48:10.59	<b>00:48:29</b>
277 (234)	JEROMIN-SCHULZ, Marcel	1970	BSG Rheinenergie	00:48:08.69	<b>00:48:29</b>
278 (151)	WÖLM, Lars	1979	TV Rodenkirchen	00:48:03.73	<b>00:48:30</b>
279 (119)	SCHNITZLER, Birgit	1984		00:48:01.10	<b>00:48:31</b>
280 (442)	MUTTERLOSE, Rolf	1960	SSF Bonn	00:48:29.61	<b>00:48:32</b>
281 (112)	SCHMIDT, Michael	1964		00:47:30.82	<b>00:48:32</b>
282 (1680)	KÄHLER, Frank	1963		00:48:04.26	<b>00:48:39</b>
283 (1721)	STASCHIK, Lothar	1960		00:48:13.56	<b>00:48:47</b>
284 (1154)	ALLIAUME, Liz	1992		00:48:13.28	<b>00:48:52</b>
285 (443)	MUTTERLOSE, Claudia	1965	SSF Bonn	00:48:48.39	<b>00:48:52</b>
286 (519)	LUDWIG, Frank	1959		00:48:23.74	<b>00:48:54</b>
287 (549)	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	00:48:34.53	<b>00:48:54</b>
288 (1698)	FRANKEN, Michael	1963		00:48:24.16	<b>00:48:58</b>
289 (550)	MAY, Achim	1964	TV Witzhelden	00:48:43.96	<b>00:48:59</b>
290 (515)	KÖPPE, Stefan	1985	1. FC Köln	00:48:27.20	<b>00:49:00</b>
291 (457)	ZUBER, Alexander	1986	Clüb Emmessen	00:48:10.69	<b>00:49:01</b>
292 (85)	MEIER, Christin	1983		00:48:43.88	<b>00:49:01</b>
293 (381)	KEMPER, Jürgen	1970	Lauffreunde Vlatten-Köln	00:48:50.50	<b>00:49:02</b>
294 (1639)	ARAKI, Jiro	1961		00:48:57.24	<b>00:49:14</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
295 (1221)	GAUNITZ, Franziska	1990	Triathlon Verein Dresden	00:49:08.16	<b>00:49:15</b>
296 (195)	ESSER, Stephanie	1989		00:49:03.32	<b>00:49:16</b>
297 (84)	MAURER, Franz	1955	LT Graftschaft	00:49:08.47	<b>00:49:23</b>
298 (259)	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	00:49:11.65	<b>00:49:25</b>
299 (1629)	SCHNABEL, Christoph	1981		00:48:42.65	<b>00:49:26</b>
300 (421)	ZANGE, Gabi	1960	LSV Porz / Köln	00:49:17.61	<b>00:49:29</b>
301 (332)	SUNKEL, Manuel	1987		00:49:01.77	<b>00:49:30</b>
302 (453)	SECKLER, Michael	1988		00:49:01.82	<b>00:49:30</b>
303 (530)	SCHWIENHEER, Stephan	1967	Laufteam Sonderbusch	00:49:33.13	<b>00:49:34</b>
304 (438)	MATIEBE, Sven	1978		00:49:15.34	<b>00:49:36</b>
305 (541)	GEBERS, Marko	1977		00:49:07.83	<b>00:49:37</b>
306 (355)	BODEWIG, Jörg	1983		00:49:25.09	<b>00:49:40</b>
307 (252)	KÜHNE, Kai	1966	Galeria Kaufhof Sportverein	00:49:15.47	<b>00:49:41</b>
308 (1711)	BARTMANN, Kosta	1977		00:49:18.90	<b>00:49:41</b>
309 (1652)	SEELA, Sebastian	1979	DJK Marienstatt	00:49:22.78	<b>00:49:44</b>
310 (1618)	BIELARZ, Bianca	1968	Euskirchen	00:49:35.92	<b>00:49:48</b>
311 (1677)	HOLBEIN, Petra	1964	Pulheimer SC	00:49:42.95	<b>00:49:52</b>
312 (1748)	BRODOWSKI, Günter	1960		00:49:28.38	<b>00:49:57</b>
313 (1191)	RENDENBACH, Christina	1986		00:49:50.34	<b>00:49:58</b>
314 (573)	WINKELMANN, Christian	1978	SG Deutsche Bank Köln e.V.	00:49:37.12	<b>00:49:59</b>
315 (292)	PLAZINSKI, Gerhard	1975		00:49:14.66	<b>00:50:02</b>
316 (379)	KALUZINSKI, Melchior	1992		00:49:07.26	<b>00:50:03</b>
317 (116)	SCHNABEL, Thomas	1962		00:49:40.55	<b>00:50:04</b>
318 (1745)	BÜSCHER, Anja	1985	TV Refrath	00:49:51.50	<b>00:50:06</b>
319 (1746)	HUPPERTZ, Christian	1968		00:49:52.63	<b>00:50:07</b>
320 (1163)	FELDGEN, Thomas	1985	VIVAWEST-Marathon	00:49:54.62	<b>00:50:08</b>
321 (9)	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	00:49:41.32	<b>00:50:09</b>
322 (1767)	ACKERMANN, Sebastian	1966		00:49:45.29	<b>00:50:12</b>
323 (1208)	VOGT, Josef	1952	TV Frisch Auf Lennep	00:49:54.41	<b>00:50:18</b>
324 (265)	LORENZO LÓPEZ, José Manuel	1971	LT Decksteiner Weiher	00:49:43.09	<b>00:50:20</b>
325 (1705)	STEINHAUSER, Frank	1966	DVAG-Marathon-Team	00:49:55.93	<b>00:50:21</b>
326 (4)	BECKMANN, Edith	1976		00:50:10.39	<b>00:50:24</b>
327 (1692)	WESTERKAMP, Beate	1964		00:50:09.68	<b>00:50:25</b>
328 (22)	FEIGE, Claudia	1972	TV Refrath	00:50:09.25	<b>00:50:26</b>
329 (1624)	WAGNER, Sabine	1967	LC Euskirchen	00:49:47.81	<b>00:50:26</b>
330 (1765)	FÖLL, Nils	1981	BMZ	00:49:43.66	<b>00:50:31</b>
331 (176)	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	00:50:16.91	<b>00:50:33</b>
332 (1713)	KAISER, Daniel	1972	LT Decksteiner Weiher	00:49:22.36	<b>00:50:34</b>
333 (191)	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Vermögensberatung Dufraine	00:50:16.11	<b>00:50:39</b>
334 (1768)	TAUTZ, Stefanie	1987		00:50:03.09	<b>00:50:41</b>
335 (1766)	EICHHOLZ, Tobias	1988		00:50:03.40	<b>00:50:41</b>
336 (450)	SCHMIDT, Jürgen	1959	SV Germania Dürwiß	00:50:34.19	<b>00:50:42</b>





# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
338 (149)	WOHLFAHRT, Marion	1964	SV Windhagen	00:49:58.88	<b>00:50:46</b>
339 (1367)	WÜST, Hans Werner	1950		00:50:24.09	<b>00:50:51</b>
340 (559)	PFITZNER, Bernd	1955		00:50:21.50	<b>00:50:53</b>
341 (497)	BÖRSTE, Andreas	1972		00:50:38.20	<b>00:50:57</b>
342 (277)	MUELLER, Stefan	1965	Troisdorfer LG / Basketball	00:50:37.34	<b>00:50:58</b>
343 (198)	FERNÁNDEZ GONZÁLEZ, Manuel	1979	Team Erdinger Alkoholfrei	00:50:35.97	<b>00:51:02</b>
344 (395)	ROßMÜLLER, Daniela	1980		00:50:34.48	<b>00:51:02</b>
345 (462)	ELS, Jürgen	1969	Bsg Rheinenergie	00:50:32.77	<b>00:51:05</b>
346 (434)	KNAUT,, Andreas	1986	Clüb Emmessen	00:50:15.19	<b>00:51:05</b>
347 (354)	ZIMMER, Andrea	1974	SV Windhagen	00:50:20.01	<b>00:51:06</b>
348 (34)	GRAF, Wolfgang	1966		00:50:05.13	<b>00:51:06</b>
349 (526)	PODZUS, Horst	1961		00:50:51.48	<b>00:51:08</b>
350 (574)	WIRSIK, Marko	1980	flitzi flitzi Kreuzkapelle	00:50:35.55	<b>00:51:09</b>
351 (1758)	KERSTING, Friedel	1950		00:51:03.09	<b>00:51:10</b>
352 (36)	GRIMM, Torsten	1980		00:50:10.21	<b>00:51:11</b>
353 (118)	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	00:50:52.54	<b>00:51:13</b>
354 (1628)	WOLFSCHLAGER, Albert	1956	SC Olpe	00:50:46.04	<b>00:51:14</b>
355 (299)	ROMES, Christoph	1969		00:50:37.15	<b>00:51:15</b>
356 (432)	HOFFMANN, Norbert	1939	LG Westerwald	00:50:41.92	<b>00:51:23</b>
357 (50)	HOFFMANN, Dirk	1969		00:50:32.01	<b>00:51:25</b>
358 (512)	JAQUET, Veronique	1977	MACH3 Köln e.V.	00:51:09.42	<b>00:51:25</b>
359 (570)	VOGT, Petra	1972	MACH3 Köln e.V.	00:51:10.29	<b>00:51:27</b>
360 (542)	GROBER, Christian	1984		00:51:02.41	<b>00:51:27</b>
361 (91)	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	00:50:20.66	<b>00:51:33</b>
362 (1202)	THEUERZEIT , Michael	1982		00:51:02.17	<b>00:51:35</b>
363 (363)	GEHRKE , Marie-Jan	1974	KTT 01	00:51:08.93	<b>00:51:39</b>
364 (1266)	SOMM, CARSTEN	1975		00:50:40.56	<b>00:51:40</b>
365 (370)	HECK, Mike	1973	KTT 01	00:51:12.45	<b>00:51:42</b>
366 (499)	BUSCHMANN, Sabine	1973	LT-Alsdorf Ost	00:51:26.11	<b>00:51:48</b>
367 (477)	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof	00:51:09.27	<b>00:51:50</b>
368 (474)	SCHULZ, Torsten	1968	1. FC Spich	00:51:09.51	<b>00:51:50</b>
369 (17)	EBERTH, Siegfried	1967		00:51:13.72	<b>00:51:54</b>
370 (1683)	KALTENBACH, Lars	1975		00:51:20.45	<b>00:51:57</b>
371 (1717)	WOLBER, Kalle	1963	Lucas Runners	00:51:22.90	<b>00:51:58</b>
372 (141)	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	00:51:33.91	<b>00:51:59</b>
373 (1750)	HASERICH, Dirk	1964		00:51:19.96	<b>00:52:00</b>
374 (1751)	MÜLLER, Karin	1967		00:51:20.12	<b>00:52:00</b>
375 (271)	MEISTER, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	00:51:35.00	<b>00:52:02</b>
376 (357)	BURDA, Thorben	1994		00:51:34.12	<b>00:52:05</b>
377 (440)	MORITZ, Ursula	1970		00:51:29.69	<b>00:52:06</b>
378 (1179)	MEICHSNER, Johanna	1984	25MINUTES Köln	00:51:44.52	<b>00:52:07</b>
379 (1710)	WOLFF, Mirja	1977	MACH3 Köln e.V.	00:51:29.82	<b>00:52:08</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
380 (1673)	GERMEROTT, Maximilian	1992	FC Lindau	00:51:41.59	<b>00:52:17</b>
381 (66)	KORNHOFF, Christian	1973		00:51:38.23	<b>00:52:18</b>
382 (1703)	LÖHNDORF, Thomas	1963	PSV Bonn Triathlon	00:52:02.92	<b>00:52:19</b>
383 (1678)	KLANCIC, Stefan	1964	Linkenbach	00:51:47.40	<b>00:52:24</b>
384 (1737)	LECHELT, Stefan	1975	RUN	00:51:34.11	<b>00:52:24</b>
385 (193)	ERDMANN, Frank	1962		00:52:23.16	<b>00:52:26</b>
386 (1715)	NIEWERTH, Petra	1963	TuS Köln rrh.	00:52:06.45	<b>00:52:28</b>
387 (547)	KITZING, Nils	1969	TEAM M LINE	00:52:25.53	<b>00:52:29</b>
388 (556)	OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	00:52:16.94	<b>00:52:34</b>
389 (525)	OGUZ, Svenja	1981	Sportshop-Triathlon Team	00:52:17.79	<b>00:52:35</b>
390 (128)	SIEBERTZ, Miriam	1970	TV Forsbach	00:51:43.41	<b>00:52:36</b>
391 (54)	KARLA, Ulrich	1982		00:52:25.45	<b>00:52:38</b>
392 (263)	LENSING, Britta	1969		00:51:58.69	<b>00:52:39</b>
393 (189)	DR. AUDEHM, Uwe	1960	Alfterer SC	00:52:00.31	<b>00:52:40</b>
394 (523)	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	00:52:28.37	<b>00:52:43</b>
395 (336)	THIELE, Jonas	1984		00:52:01.90	<b>00:52:44</b>
396 (290)	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	00:52:16.30	<b>00:52:45</b>
397 (291)	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	00:52:17.35	<b>00:52:45</b>
398 (373)	HILLEN, Tobias	1981	Tri Team FS Düsseldorf	00:51:41.23	<b>00:52:46</b>
399 (1755)	NEBIOGLU, Sükrü	1964	Colonia Team	00:52:39.61	<b>00:52:49</b>
400 (314)	SCHULZ, Joachim	1977	Team Erdinger Alkoholfrei	00:52:41.84	<b>00:52:49</b>
401 (1654)	KAHMEIER, Vera	1960		00:52:26.47	<b>00:52:51</b>
402 (249)	KOZIK, Eren	1976	SEOPT Road Runners	00:51:57.49	<b>00:52:53</b>
403 (269)	MARTENS, Chloe	1986		00:51:50.01	<b>00:52:54</b>
404 (165)	BINDER, Konstanze	1990	TV 1892 Mannheim-Friedrichsfeld	00:51:50.50	<b>00:52:54</b>
405 (1209)	WANNING, Annalena	1987		00:51:55.54	<b>00:52:58</b>
406 (1620)	MACZKIEWICZ, Monika	1954	LC Euskirchen	00:52:48.89	<b>00:53:02</b>
407 (35)	GRIESEMANN, Georg	1974		00:52:38.82	<b>00:53:08</b>
408 (478)	VERING, Wilfried	1958	LT Leidenhausen	00:52:23.60	<b>00:53:12</b>
409 (158)	BEHNECKE, Marcus	1969	TV Frisch Auf Lennep	00:52:50.65	<b>00:53:14</b>
410 (1756)	VON RIEWEL, Hendrik	1978		00:52:16.01	<b>00:53:15</b>
411 (563)	SCHIEFFER, Christa	1951	LT Alsdorf-Ost	00:52:32.88	<b>00:53:16</b>
412 (181)	DAHM, Martin	1973		00:52:18.78	<b>00:53:18</b>
413 (186)	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	00:53:14.83	<b>00:53:22</b>
414 (227)	HOFFMANN, Nicole	1973	LT Saaler Mühle	00:52:37.90	<b>00:53:24</b>
415 (1387)	ALTENDOIRF, Oskar	1951	TV Refrath	00:53:24.61	<b>00:53:36</b>
416 (33)	GRAF, Dr. Andreas	1958		00:53:12.33	<b>00:53:38</b>
417 (1740)	MORICK, Andreas	1967	know Jesus, know Life!	00:53:05.68	<b>00:53:40</b>
418 (157)	BECKER, Cornell	1979		00:53:20.03	<b>00:53:40</b>
419 (1169)	JOBST, ANDREAS	1963	NAO PT	00:53:14.31	<b>00:53:43</b>
420 (1158)	BLEIBAUM, Ernesto	1952	LT Schneewittchen	00:53:31.75	<b>00:53:46</b>
421 (270)	MEIER, Roman	1990		00:53:03.06	<b>00:53:46</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
422 (1244)	LIGOCKI, Sabine	1986	run4pänz	00:52:44.78	<b>00:53:52</b>
423 (79)	LIGOCKI, Joachim	1958	run4pänz	00:52:44.98	<b>00:53:52</b>
424 (76)	LASARZ, David	1981		00:52:54.04	<b>00:53:56</b>
425 (148)	WITZKE, Melanie	1983	MACH3 Köln e.V.	00:53:25.87	<b>00:53:56</b>
426 (1375)	HARTMANN, Hagen	1954	running blues	00:53:53.41	<b>00:54:04</b>
427 (566)	SONNTAG, Frank	1991	ERGO sports Köln	00:53:51.74	<b>00:54:05</b>
428 (212)	GLOMBITZA, Rainer	1958	flitzi flitzi Kreuzkapelle	00:53:39.43	<b>00:54:10</b>
429 (1684)	NIEßEN, Julia	1989	TuS Schmidt	00:53:37.59	<b>00:54:12</b>
430 (1685)	NIESSEN, Christian	1989	TuS Schmidt	00:53:38.39	<b>00:54:12</b>
431 (106)	ROSSO, Mario	1960		00:53:32.25	<b>00:54:14</b>
432 (144)	WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	00:53:37.53	<b>00:54:15</b>
433 (302)	SAFAROWSKY, Nicole	1978	ASV Köln	00:53:18.52	<b>00:54:17</b>
434 (1632)	SCHLOEMER, Randolf	1971		00:53:43.24	<b>00:54:18</b>
435 (173)	BREDOW, Tanja	1972		00:54:06.93	<b>00:54:19</b>
436 (1773)	KÜPPEN, Tim	1985		00:53:10.01	<b>00:54:22</b>
437 (1742)	ACHENBACH, Sandra	1975	ISI-RUNNER	00:54:14.03	<b>00:54:24</b>
438 (569)	VIRNICH, Dennis	1983	DJK Blumenthal	00:54:06.06	<b>00:54:32</b>
439 (430)	GROCHAU, Christian Alexander	1990		00:53:44.72	<b>00:54:34</b>
440 (417)	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	00:54:26.95	<b>00:54:39</b>
441 (2)	BACKS, Olivier	1967	SG Stern	00:53:51.66	<b>00:54:39</b>
442 (1770)	SCHWAB, Stefan	1970		00:53:56.07	<b>00:54:43</b>
443 (1753)	RIEGER, Herbert	1966		00:53:52.79	<b>00:54:47</b>
444 (1249)	METZMACHER, Marc	1974		00:53:54.25	<b>00:54:48</b>
445 (1642)	MUTAJ, Ditmir	2000	HOPE	00:54:12.15	<b>00:54:53</b>
446 (1644)	MEßNER, Benjamin	1988	HOPE	00:54:12.85	<b>00:54:54</b>
447 (1607)	WÜST, Manfred	1955	LG Alsdorf-Ost	00:54:11.37	<b>00:54:56</b>
448 (10)	BRUNS, Daniel	1981		00:53:58.34	<b>00:54:57</b>
449 (100)	PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	00:54:12.17	<b>00:55:04</b>
450 (1752)	EICHHORN, Nadine	1981	SV Bergisch Gladbach	00:54:13.01	<b>00:55:05</b>
451 (404)	SCHÜSSLER, Jonas	1989		00:54:13.39	<b>00:55:06</b>
452 (68)	KOSLOWSKI, Matthias	1971		00:54:08.68	<b>00:55:06</b>
453 (245)	KÖPPL, Ralf	1968		00:54:24.18	<b>00:55:11</b>
454 (1696)	HERKENRATH, Klaus	1956	PSV Bonn Triathlon	00:54:55.79	<b>00:55:11</b>
455 (248)	KOTTMANN, Thorsten	1974		00:54:39.22	<b>00:55:13</b>
456 (113)	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	00:54:22.59	<b>00:55:22</b>
457 (1749)	HILGERT, Udo	1965		00:55:07.13	<b>00:55:26</b>
458 (554)	NOLTE, Anke	1979	LG Neuperath	00:55:10.09	<b>00:55:29</b>
459 (109)	SALLER, Nina	1980	CfWP	00:54:40.97	<b>00:55:38</b>
460 (53)	JACOBS, Jan Tim	1979	FWVK	00:55:07.97	<b>00:55:39</b>
461 (502)	CONRADY, Nadine	1976		00:54:54.16	<b>00:55:46</b>
462 (473)	SCHAACK, Martin	1962		00:54:58.15	<b>00:55:47</b>
463 (1155)	AZNAREZ, Francisco	1983		00:54:43.60	<b>00:55:47</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
464 (1276)	BILSING, Alexander	1986		00:55:08.51	<b>00:55:48</b>
465 (1274)	WAUBEN, Annett	1969	Schleichende Hühner	00:55:02.86	<b>00:55:51</b>
466 (120)	SCHÖCKEL, Claudia	1970		00:55:01.00	<b>00:55:53</b>
467 (108)	SABEL, Frank	1967		00:55:01.00	<b>00:55:53</b>
468 (323)	SELLMANN, Nina	1987		00:54:57.12	<b>00:55:54</b>
469 (1185)	NEUHAUS, Tanja	1971		00:55:28.95	<b>00:55:54</b>
470 (67)	KOSBOW, Michael	1973		00:55:05.38	<b>00:56:03</b>
471 (410)	WERTH, Tho	1961		00:56:01.34	<b>00:56:03</b>
472 (178)	BUSCH, Veronika	1974		00:55:57.87	<b>00:56:04</b>
473 (557)	PAULWITZ, Saskia	1999		00:55:26.02	<b>00:56:09</b>
474 (86)	MEINARDUS-LOGEMANN, Bärbel	1959	Röntgensportclub Remscheid	00:55:31.15	<b>00:56:14</b>
475 (349)	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	00:55:15.04	<b>00:56:23</b>
476 (400)	SCHMIDT, Dirk	1985	Dalslands Sporting	00:55:31.77	<b>00:56:24</b>
477 (571)	WERNER, Benjamin	1989	Dünsch	00:55:23.27	<b>00:56:29</b>
478 (1725)	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	00:55:33.47	<b>00:56:30</b>
479 (1217)	EICHERT, Christian	1959	GoManGo	00:56:01.31	<b>00:56:35</b>
480 (1772)	PERLER, Doris	1983		00:55:52.61	<b>00:56:42</b>
481 (1174)	KAPPE, Dietmar	1959	RSF Uganda Waragi	00:56:10.75	<b>00:56:45</b>
482 (133)	STÄNDER, Roland	1952	Lauftreff Fühlinger See	00:56:15.91	<b>00:56:47</b>
483 (23)	FERNANDEZ, Claudia	1985		00:56:27.73	<b>00:56:53</b>
484 (241)	KIESE, Dirk	1972	DJK Marienstatt	00:56:30.40	<b>00:56:53</b>
485 (1192)	REUL, Almuth	1994		00:56:33.16	<b>00:57:00</b>
486 (1634)	STEINKE, Gerhard	1942		00:56:24.93	<b>00:57:03</b>
487 (347)	WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	00:56:20.83	<b>00:57:04</b>
488 (64)	KOCH, Simone	1966		00:56:05.90	<b>00:57:04</b>
489 (533)	TEUBER, Jan	1992		00:56:15.52	<b>00:57:05</b>
490 (63)	KOCH, Frank	1966	Isi Fitness	00:56:07.85	<b>00:57:05</b>
491 (1682)	KALTENBACH, Daniela	1977		00:56:29.59	<b>00:57:06</b>
492 (20)	ETGETON, Dirk	1968		00:56:15.95	<b>00:57:07</b>
493 (170)	BORGHOFF, Anna	1983		00:56:24.10	<b>00:57:08</b>
494 (548)	KÜHN, Mario	1995		00:56:49.20	<b>00:57:15</b>
495 (27)	GEPPERT, Dietmar	1967		00:56:54.05	<b>00:57:18</b>
496 (253)	KUJAS, Kurt	1952		00:56:37.39	<b>00:57:18</b>
497 (342)	WAGNER, Helmut	1956		00:56:58.87	<b>00:57:19</b>
498 (81)	LÜDDECKE, Andreas	1965		00:56:21.50	<b>00:57:22</b>
499 (1222)	GROHMANN, Ralf	1954	VTC Köln	00:56:44.28	<b>00:57:24</b>
500 (1708)	DORSCHER, Valerie	1983	MACH3 Köln e.V.	00:56:48.86	<b>00:57:25</b>
501 (369)	HALLENBERG, Silke	1972	TV Frisch Auf Lennep	00:56:43.85	<b>00:57:29</b>
502 (41)	HAHS, Eveline	1958	LT Hennef / Sieg	00:57:15.72	<b>00:57:30</b>
503 (6)	BOXBERG, Peter	1959		00:56:50.66	<b>00:57:35</b>
504 (1724)	KIND, Friedhelm	1952		00:56:43.01	<b>00:57:39</b>
505 (1298)	NIXDORF, Julia	1985		00:57:05.15	<b>00:57:45</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
506 (1663)	ESSER, Heike	1966		00:57:26.44	<b>00:57:47</b>
507 (98)	OMAR, Sabry	1976		00:57:03.72	<b>00:57:50</b>
508 (531)	STING, Daniela	1972	VfL Wehbach	00:57:10.83	<b>00:57:54</b>
509 (1702)	FRANKEN, Christina	1969		00:57:13.26	<b>00:58:00</b>
510 (320)	SEEGEBRECHT-KEITEL, Susanne	1985		00:57:05.29	<b>00:58:02</b>
511 (1781)	FALGE, Andreas	1968	LT Paffrath	00:57:24.12	<b>00:58:04</b>
512 (1782)	KUHN, Frank	1968	Hoh-Kultur e.V.	00:57:25.33	<b>00:58:04</b>
513 (90)	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:57:23.70	<b>00:58:15</b>
514 (529)	SCHALL, Manfred	1955		00:57:21.43	<b>00:58:23</b>
515 (368)	GÜLCAN, Miyanyedi	1974		00:58:05.37	<b>00:58:25</b>
516 (131)	N.N., 131	1901	bitte bei Zeitnahme melden	00:58:26.66	<b>00:58:27</b>
517 (445)	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	00:57:28.29	<b>00:58:28</b>
518 (315)	SCHULZ, Kerstin	1981		00:57:55.28	<b>00:58:28</b>
519 (1776)	FLOTHER, Nadine	1979		00:57:37.79	<b>00:58:33</b>
520 (1262)	SCHÖNFELD, Marc	1972		00:57:38.27	<b>00:58:34</b>
521 (1777)	STRUBE, Benjamin	1982	BW-Feuerwehr	00:58:03.18	<b>00:58:36</b>
522 (572)	WINKELMANN, Nina	1978	Föhr Marathon e.V.	00:58:12.95	<b>00:58:36</b>
523 (75)	FRANZEN, Manuela	1963	LT Grafschaft	00:58:18.13	<b>00:58:41</b>
524 (436)	LAUFENBERG, Selma	1985	MACH3 Köln e.V.	00:58:08.34	<b>00:58:45</b>
525 (1679)	KALNCIC, Tanja	1973		00:58:13.23	<b>00:58:50</b>
526 (383)	KRÖCKER, Benjamin	1982	ConStands Running Team	00:57:57.74	<b>00:58:51</b>
527 (188)	DÖTSCH, Meike	1984	Vermögensberatung Dufraine	00:58:04.68	<b>00:58:54</b>
528 (1230)	ISHITA, Mayumi	1974		00:58:05.91	<b>00:58:57</b>
529 (518)	LEYENS, Andre	1962		00:58:15.30	<b>00:58:58</b>
530 (568)	VERING, Michael	1980		00:58:14.76	<b>00:59:03</b>
531 (431)	HEINZE, Tobias	1981		00:58:05.77	<b>00:59:04</b>
532 (310)	SCHMITT, Jürgen	1963		00:58:36.10	<b>00:59:10</b>
533 (514)	KNEPPER, Michael	1963	Marathon Mülheim	00:58:07.00	<b>00:59:13</b>
534 (47)	HLUSIAK, Ramona	1986		00:58:15.16	<b>00:59:15</b>
535 (476)	THONNETT, Silvia	1968	NAO PT	00:58:46.67	<b>00:59:16</b>
536 (1621)	KNIPP, Robert	1977		00:58:34.91	<b>00:59:16</b>
537 (1658)	KAUERT, Barbara	1986		00:59:05.04	<b>00:59:25</b>
538 (1660)	LOHMAIER, Patrick	1975		00:59:05.65	<b>00:59:25</b>
539 (1200)	SPOTTKE, Frank	1965		00:58:55.98	<b>00:59:27</b>
540 (1754)	ALEXION, Vicky	1980		00:59:23.22	<b>00:59:28</b>
541 (1180)	MEYER, Holger	1966		00:58:46.14	<b>00:59:31</b>
542 (1661)	THRON, Hans-Peter	1957	ESV Gremberghoven	00:58:42.73	<b>00:59:34</b>
543 (1630)	WICHMANN, Jana	1984	NAO PT	00:59:05.28	<b>00:59:35</b>
544 (1153)	ALIKHAH, Sahar	1992	Dünsch	00:58:29.96	<b>00:59:36</b>
545 (1166)	GROß, Helgard	1968	TV Frisch Auf Lennep	00:58:52.03	<b>00:59:36</b>
546 (160)	BENEDIC, Francois	1983		00:59:26.35	<b>00:59:38</b>
547 (350)	WÜST, Gerhard	1958	Laufen u. Helfen	00:59:05.60	<b>00:59:39</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
548 (1397)	FROBÖSE, Ingo	1947	BSV Delphi	00:59:29.28	<b>00:59:53</b>
549 (459)	DIETZE, Lutz	1963	LG Deutz	00:59:27.38	<b>00:59:54</b>
550 (1611)	PILLE, Heike	1970	Hobbysportrobber	00:59:19.39	<b>00:59:56</b>
551 (1699)	SCHMITZ, Susanne	1970	TV Schreinerei Schmitz	00:59:12.37	<b>00:59:57</b>
552 (1771)	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		00:59:14.55	<b>01:00:04</b>
553 (268)	MARKUS, Ferdinand	1959	BSG Airflow	00:59:45.96	<b>01:00:11</b>
554 (1653)	GERGY, Ursula	1958		00:59:52.37	<b>01:00:18</b>
555 (429)	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	01:00:01.81	<b>01:00:19</b>
556 (159)	BENATIA, Brigitte	1966	flitzi flitzi Kreuzkapelle	00:59:51.52	<b>01:00:24</b>
557 (153)	ZIMMERMANN, Carmen	1976		00:59:46.89	<b>01:00:25</b>
558 (275)	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	00:59:45.35	<b>01:00:28</b>
559 (194)	ESPENDILLER, Frank	1973	Team Merheim	01:00:33.48	<b>01:00:41</b>
560 (125)	SCHUMACHER, Elke	1965		01:00:19.98	<b>01:00:52</b>
561 (110)	SCHALLENBERG, Jörg	1968	KTT 01	01:00:20.57	<b>01:00:53</b>
562 (362)	GARZA, Aleyda	1987		00:59:54.21	<b>01:00:57</b>
563 (358)	CHEPIGA, Kathryn	1988		00:59:54.29	<b>01:00:57</b>
564 (546)	HOFFSIMMER, Hubert	1964	Lauffreunde Vlatten-Köln	01:00:06.69	<b>01:00:58</b>
565 (475)	STEBER, Johanna	1992		01:00:09.68	<b>01:01:03</b>
566 (537)	DEICHMANN, Larissa	1984		01:00:28.64	<b>01:01:05</b>
567 (558)	PELZER, Wolfgang	1968		01:01:10.75	<b>01:01:14</b>
568 (276)	MOREL, Daniela	1972	Lauffieber	01:00:14.77	<b>01:01:15</b>
569 (1313)	WÖLM, Carsten	1975	ERGO sports Köln	01:00:34.29	<b>01:01:20</b>
570 (203)	FISCHER, Roman	1982		01:00:17.17	<b>01:01:22</b>
571 (326)	SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	01:01:21.28	<b>01:01:32</b>
572 (555)	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln - Worringen	01:00:55.91	<b>01:01:35</b>
573 (59)	KOCH, Heinz	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	01:01:00.06	<b>01:01:44</b>
574 (60)	KOCH, Bärbel	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	01:00:59.86	<b>01:01:44</b>
575 (1199)	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	01:01:08.27	<b>01:01:46</b>
576 (150)	WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	01:01:12.62	<b>01:01:48</b>
577 (1352)	SCHULZ, Detlef	1959	SV Bergisch Gladbach	01:01:19.44	<b>01:01:57</b>
578 (505)	GROCHAU, Karl-Heinz	1958		01:01:12.80	<b>01:02:07</b>
579 (504)	GROCHAU, Ursula	1962		01:01:13.42	<b>01:02:08</b>
580 (509)	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	01:01:31.40	<b>01:02:09</b>
581 (124)	SCHULZ, Steffi	1979		01:01:11.32	<b>01:02:10</b>
582 (235)	JÜNGST, Barbara	1954	Siegen	01:01:31.00	<b>01:02:14</b>
583 (567)	THORIDT, Kirsten	1969	Lauffreunde Vlatten-Köln	01:01:27.07	<b>01:02:18</b>
584 (135)	STRERATH, Paul Rainer	1969	NNZ	01:01:23.73	<b>01:02:31</b>
585 (1184)	NAWRATH, Nadine	1977	TV Frisch Auf Lennep	01:01:50.58	<b>01:02:35</b>
586 (1395)	BRUMMER, Ulrich	1937		01:02:37.71	<b>01:02:57</b>
587 (167)	BLASS, Frank	1967		01:02:27.37	<b>01:03:02</b>
588 (1784)	GRIMMIG, Andrea	1967		01:02:05.61	<b>01:03:11</b>
589 (543)	HAMM, Marina	1962	ESV Gremberghoven	01:03:01.94	<b>01:03:12</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
590 (1650)	RYPHOLZ, Monika	1960	ASV Köln	01:03:05.82	<b>01:03:17</b>
591 (146)	WESTERICH, Hermann	1958		01:02:11.16	<b>01:03:18</b>
592 (388)	LANG, Sonja	1958	DJK Marienstatt	01:03:04.83	<b>01:03:25</b>
593 (1195)	SCHNEIDER, Marion	1966	ERGO sports Köln	01:03:28.80	<b>01:03:41</b>
594 (285)	OSTERODE, Maik	1979	Läufers?!	01:02:57.20	<b>01:03:42</b>
595 (345)	WIESEMANN, Uta	1979	Läufers?!	01:02:57.77	<b>01:03:42</b>
596 (1227)	HEIDER, Ebru	1978		01:02:52.65	<b>01:03:50</b>
597 (416)	WIENS, Mike	1990	1. FC Marlon	01:03:21.76	<b>01:04:15</b>
598 (174)	BREER, Sandra	1976		01:03:44.37	<b>01:04:23</b>
599 (1278)	AYCHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	01:04:03.58	<b>01:04:29</b>
600 (1744)	FIALA, Andreas	1958	PSV Bonn Triathlon	01:04:14.33	<b>01:04:32</b>
601 (1182)	MÜLLER, Corinna	1968	OTV Solingen	01:04:02.73	<b>01:04:55</b>
602 (481)	WILCZEK, Eva	1946	BSG Hilden	01:04:42.74	<b>01:04:57</b>
603 (1728)	BEDNORZ, Phillip	1989		01:04:00.67	<b>01:04:58</b>
604 (498)	BROCKHOFF, Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	01:04:57.71	<b>01:05:17</b>
605 (427)	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	01:04:58.06	<b>01:05:18</b>
606 (215)	GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	01:04:41.43	<b>01:05:27</b>
607 (132)	STÄNDER, Gerhard	1950	Lauftreff Fühlinger See	01:04:58.35	<b>01:05:30</b>
608 (16)	EBBERS, Gerrit	1960		01:05:36.00	<b>01:05:43</b>
609 (43)	HERBERGS, Josef	1948		01:05:10.74	<b>01:06:00</b>
610 (71)	KRÖBER, Simone	1975		01:05:32.76	<b>01:06:07</b>
611 (313)	SCHROEDER-KOPP, Johann-Peter	1961	DJK-SV Mitteleschenbach	01:05:36.18	<b>01:06:11</b>
612 (42)	HEINZEN, Sonja	1982		01:05:31.51	<b>01:06:20</b>
613 (13)	DIEDENHOFEN, Nadine	1976		01:05:31.82	<b>01:06:20</b>
614 (1641)	KRASNIDI, Alban	1997	HOPE	01:05:44.75	<b>01:06:26</b>
615 (61)	KOCH, Nina	1983		01:05:56.96	<b>01:06:33</b>
616 (279)	MÜNCH, Daniel	1972	Team Magenta	01:06:04.94	<b>01:06:47</b>
617 (211)	GLEITSMANN, Thomas	1948	TS 79 Bergisch Gladbach	01:05:48.56	<b>01:06:48</b>
618 (18)	EHRICH, Vanessa	1985		01:05:53.99	<b>01:06:56</b>
619 (30)	GIERING, Ina	1987		01:05:54.35	<b>01:06:57</b>
620 (1240)	KRAMS, Sabine	1964	FUNRUNNERS	01:06:51.67	<b>01:07:27</b>
621 (49)	HOFFMANN, Michael	1966		01:06:52.07	<b>01:07:28</b>
622 (1284)	FIEDLER, Lena	1977	Happy Running Family	01:07:05.17	<b>01:07:33</b>
623 (40)	HAHNER, Stefan	1964		01:07:09.03	<b>01:07:48</b>
624 (220)	HELLWIG, Lars	1977		01:07:13.07	<b>01:07:52</b>
625 (1625)	HEINZ, Arthur	1988		01:07:43.78	<b>01:08:06</b>
626 (183)	DENÜ, Uwe	1952	Run For Fun	01:08:15.85	<b>01:08:26</b>
627 (267)	MALZAHN, Norbert	1964		01:07:24.90	<b>01:08:30</b>
628 (1636)	HAZEL, Claudia	1965	TUS Köln	01:08:35.88	<b>01:08:46</b>
629 (308)	SCHMEINCK, Kristina	1993		01:08:27.01	<b>01:09:22</b>
630 (139)	TWELLMEYER, Thomas	1984		01:08:28.03	<b>01:09:23</b>
631 (233)	JANSEN, Maik	1984		01:08:51.50	<b>01:09:47</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) OVERALL-RANKING

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	NETTO	ZEIT
<b>632</b> (466)	KÖPPE, Christa	1960		01:09:51.07	<b>01:10:44</b>
<b>633</b> (210)	GLAGOW, Nina	1979	Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	01:12:05.87	<b>01:12:21</b>
<b>634</b> (536)	BLEIL, Monika	1981		01:11:27.94	<b>01:12:32</b>
<b>635</b> (287)	PADBERG, Dirk	1969		01:11:53.78	<b>01:12:55</b>
<b>636</b> (261)	LANGEN, Josef	1956	Brühler TV 1879	01:13:03.28	<b>01:13:58</b>
<b>637</b> (232)	JACK, Daniel	1971		01:14:09.99	<b>01:15:08</b>
<b>638</b> (221)	HERBER, Meike	1981		01:15:43.52	<b>01:16:48</b>
<b>639</b> (1645)	FEIGE, Manfred	1947	Cologne Allblacks	01:15:49.27	<b>01:16:55</b>
<b>640</b> (205)	FLACHOWSKY, Andreas	1983		00:50:07.90	<b>00:50:53</b>





## 1. Lauf zur 32. 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> (1206)	1. W30	VIELLEHNER, Julia	1985	TSV Triathlon Altenmarkt	<b>00:34:23</b>
<b>2</b> (1668)	1. WJ U18	EHLE, Jessica	1999		<b>00:38:40</b>
<b>3</b> (562)	1. W40	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	<b>00:40:45</b>
<b>4</b> (1260)	2. W40	SCHNEIDER, Silke	1976	Bunert - Der Siegburger Laufladen	<b>00:40:55</b>
<b>5</b> (143)	1. W	VALDER, Sarah	1993	bunert - Der Siegburger Laufladen	<b>00:41:10</b>
<b>6</b> (456)	1. W35	ZOLL, Daniela	1981	LG Gummersbach	<b>00:41:27</b>
<b>7</b> (1643)	3. W40	HINZE-THÜS, Katja	1972	Rhein-Berg Runners	<b>00:42:04</b>
<b>8</b> (1370)	2. W35	PESCH, Tanja	1977	TUS Kreuzweingarten	<b>00:42:26</b>
<b>9</b> (470)	1. W45	MICHALKA, Silvia	1969	Running Team Grafenberg	<b>00:42:30</b>
<b>10</b> (458)	2. W30	BLÖMEN, Jeanette	1983		<b>00:42:35</b>
<b>11</b> (1669)	2. W	SHELLER, Maryse	1987	Aachen hat Ausdauer	<b>00:42:49</b>
<b>12</b> (468)	4. W40	MEMMINGER, Andrea	1976	SV AXA Cologne Triathlon	<b>00:44:14</b>
<b>13</b> (1743)	3. W35	GSCHWANDTNER, Isabella	1978	ISI-RUNNER	<b>00:44:25</b>
<b>14</b> (1648)	2. W45	SCHÖLLER, Helga	1969	LC Euskirchen	<b>00:44:32</b>
<b>15</b> (1093)	1. W50	LENNARTZ, Birgit	1965	LLG St. Augustin	<b>00:44:41</b>
<b>16</b> (1787)	3. W45	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:44:46</b>
<b>17</b> (480)	1. W60	WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	<b>00:45:15</b>
<b>18</b> (117)	4. W45	SCHNEIDER, Heide	1969	LAZ-Puma Rhein-Sieg	<b>00:45:17</b>
<b>19</b> (250)	4. W35	KREUTNER, Anke	1977	Brühler TV 1879	<b>00:45:20</b>
<b>20</b> (1210)	3. W30	WILMSCHEN, Sarah	1986	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>00:45:24</b>
<b>21</b> (528)	5. W45	SACHS, Sandra	1970	SV Hellas Siegburg	<b>00:45:28</b>
<b>22</b> (1617)	6. W45	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	<b>00:45:55</b>
<b>23</b> (48)	2. W50	HOFFMANN, Sigrid	1965	LG Westerwald	<b>00:46:10</b>
<b>24</b> (1400)	4. W30	HORSTMANN, Kristin	1982		<b>00:46:11</b>
<b>25</b> (1296)	5. W40	MINOR, Astrid	1973	ASV Köln Triathlon	<b>00:46:21</b>
<b>26</b> (393)	1. W U23	REINFELDT, Sina-Katharina	1995		<b>00:46:25</b>
<b>27</b> (364)	3. W	GEURTS, Marjolein	1988		<b>00:46:27</b>
<b>28</b> (419)	6. W40	MÖBUS, Renate	1973	LSV Porz / Köln	<b>00:46:37</b>
<b>29</b> (1706)	5. W30	BITTENS, Linda	1984	ASV Köln	<b>00:46:39</b>
<b>30</b> (425)	7. W45	BORCHERT, Annett	1971	RTC FRECHEN	<b>00:46:46</b>
<b>31</b> (12)	1. W55	CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	<b>00:47:06</b>
<b>32</b> (454)	8. W45	SINGER, Sabine	1967	TV Refrath	<b>00:47:11</b>
<b>33</b> (560)	7. W40	RAAB, Daniela	1974	LC Weilerswist	<b>00:47:13</b>
<b>34</b> (1627)	2. W55	BRUTZER, Birgit	1959	SC Olpe	<b>00:47:15</b>
<b>35</b> (1161)	6. W30	CORDES, Christine	1983	LG Südsauerland	<b>00:47:26</b>
<b>36</b> (551)	9. W45	MENDEN, Bettina	1969	LC Weilerswist	<b>00:47:30</b>
<b>37</b> (390)	10. W45	MÖLLER, Tanja	1971	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:47:35</b>
<b>38</b> (448)	8. W40	RITTER, Daniela	1974	SV Hellas Siegburg	<b>00:47:41</b>
<b>39</b> (251)	4. W	KROEHNERT, Katharina	1987	MACH3 Köln e.V.	<b>00:47:47</b>
<b>40</b> (272)	11. W45	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	<b>00:47:47</b>
<b>41</b> (1224)	12. W45	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	<b>00:47:48</b>
<b>42</b> (103)	2. W U23	REIMER, Antonia	1995	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:47:51</b>
<b>43</b> (1662)	5. W	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>00:48:00</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (1659)	6. W	JÄGER, Ronja	1989	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>00:48:00</b>
<b>45</b> (281)	7. W	NOLDA, Isabel	1990		<b>00:48:01</b>
<b>46</b> (1720)	9. W40	LENZ, Astrid	1972	ASV Köln	<b>00:48:03</b>
<b>47</b> (516)	10. W40	KOZYRSKA, Agnes	1972	LT Alsdorf-Ost	<b>00:48:13</b>
<b>48</b> (1718)	5. W35	KENNECKE, Katerina	1977		<b>00:48:19</b>
<b>49</b> (1176)	13. W45	KOMMER-RITZKA, Birgit	1968	LT Alsdorf-Ost	<b>00:48:22</b>
<b>50</b> (1)	7. W30	ADICK, Carolin	1983		<b>00:48:25</b>
<b>51</b> (142)	6. W35	URBAN, Alexandra	1981		<b>00:48:27</b>
<b>52</b> (1694)	14. W45	LANSBERG, Isabel	1970	TPSK Triathlon	<b>00:48:29</b>
<b>53</b> (119)	8. W30	SCHNITZLER, Birgit	1984		<b>00:48:31</b>
<b>54</b> (1154)	8. W	ALLIAUME, Liz	1992		<b>00:48:52</b>
<b>55</b> (443)	3. W50	MUTTERLOSE, Claudia	1965	SSF Bonn	<b>00:48:52</b>
<b>56</b> (85)	9. W30	MEIER, Christin	1983		<b>00:49:01</b>
<b>57</b> (1221)	9. W	GAUNITZ, Franziska	1990	Triathlon Verein Dresden	<b>00:49:15</b>
<b>58</b> (195)	10. W	ESSER, Stephanie	1989		<b>00:49:16</b>
<b>59</b> (259)	15. W45	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	<b>00:49:25</b>
<b>60</b> (421)	3. W55	ZANGE, Gabi	1960	LSV Porz / Köln	<b>00:49:29</b>
<b>61</b> (1618)	16. W45	BIELARZ, Bianca	1968	Euskirchen	<b>00:49:48</b>
<b>62</b> (1677)	4. W50	HOLBEIN, Petra	1964	Pulheimer SC	<b>00:49:52</b>
<b>63</b> (1191)	10. W30	RENDENBACH, Christina	1986		<b>00:49:58</b>
<b>64</b> (1745)	11. W30	BÜSCHER, Anja	1985	TV Refrath	<b>00:50:06</b>
<b>65</b> (4)	11. W40	BECKMANN, Edith	1976		<b>00:50:24</b>
<b>66</b> (1692)	5. W50	WESTERKAMP, Beate	1964		<b>00:50:25</b>
<b>67</b> (22)	12. W40	FEIGE, Claudia	1972	TV Refrath	<b>00:50:26</b>
<b>68</b> (1624)	17. W45	WAGNER, Sabine	1967	LC Euskirchen	<b>00:50:26</b>
<b>69</b> (1768)	11. W	TAUTZ, Stefanie	1987		<b>00:50:41</b>
<b>71</b> (395)	7. W35	ROßMÜLLER, Daniela	1980		<b>00:51:02</b>
<b>72</b> (354)	13. W40	ZIMMER, Andrea	1974	SV Windhagen	<b>00:51:06</b>
<b>73</b> (512)	8. W35	JAQUET, Veronique	1977	MACH3 Köln e.V.	<b>00:51:25</b>
<b>74</b> (570)	14. W40	VOGT, Petra	1972	MACH3 Köln e.V.	<b>00:51:27</b>
<b>75</b> (363)	15. W40	GEHRKE, Marie-Jan	1974	KTT 01	<b>00:51:39</b>
<b>76</b> (499)	16. W40	BUSCHMANN, Sabine	1973	LT-Alsdorf Ost	<b>00:51:48</b>
<b>77</b> (1751)	18. W45	MÜLLER, Karin	1967		<b>00:52:00</b>
<b>78</b> (440)	19. W45	MORITZ, Ursula	1970		<b>00:52:06</b>
<b>79</b> (1179)	12. W30	MEICHSNER, Johanna	1984	25MINUTES Köln	<b>00:52:07</b>
<b>80</b> (1710)	9. W35	WOLFF, Mirja	1977	MACH3 Köln e.V.	<b>00:52:08</b>
<b>81</b> (1715)	7. W50	NIEWERTH, Petra	1963	TuS Köln rrh.	<b>00:52:28</b>
<b>82</b> (525)	10. W35	OGUZ, Svenja	1981	Sportshop-Triathlon Team	<b>00:52:35</b>
<b>83</b> (128)	20. W45	SIEBERTZ, Miriam	1970	TV Forsbach	<b>00:52:36</b>
<b>84</b> (263)	21. W45	LENSING, Britta	1969		<b>00:52:39</b>
<b>85</b> (523)	22. W45	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	<b>00:52:43</b>
<b>86</b> (1654)	4. W55	KAHMEIER, Vera	1960		<b>00:52:51</b>
<b>87</b> (269)	13. W30	MARTENS, Chloe	1986		<b>00:52:54</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>88</b> (165)	12. W	BINDER, Konstanze	1990	TV 1892 Mannheim-Friedrichsfeld	<b>00:52:54</b>
<b>89</b> (1209)	13. W	WANNING, Annalena	1987		<b>00:52:58</b>
<b>90</b> (1620)	2. W60	MACZKIEWICZ, Monika	1954	LC Euskirchen	<b>00:53:02</b>
<b>91</b> (563)	1. W65	SCHIEFFER, Christa	1951	LT Alsdorf-Ost	<b>00:53:16</b>
<b>92</b> (227)	17. W40	HOFFMANN, Nicole	1973	LT Saaler Mühle	<b>00:53:24</b>
<b>93</b> (157)	11. W35	BECKER, Cornell	1979		<b>00:53:40</b>
<b>94</b> (1244)	14. W30	LIGOCKI, Sabine	1986	run4pänz	<b>00:53:52</b>
<b>95</b> (148)	15. W30	WITZKE, Melanie	1983	MACH3 Köln e.V.	<b>00:53:56</b>
<b>96</b> (1684)	14. W	NIEßEN, Julia	1989	TuS Schmidt	<b>00:54:12</b>
<b>97</b> (144)	8. W50	WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	<b>00:54:15</b>
<b>98</b> (302)	12. W35	SAFAROWSKY, Nicole	1978	ASV Köln	<b>00:54:17</b>
<b>99</b> (173)	18. W40	BREDOW, Tanja	1972		<b>00:54:19</b>
<b>100</b> (1742)	19. W40	ACHENBACH, Sandra	1975	ISI-RUNNER	<b>00:54:24</b>
<b>101</b> (100)	5. W55	PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	<b>00:55:04</b>
<b>102</b> (1752)	13. W35	EICHHORN, Nadine	1981	SV Bergisch Gladbach	<b>00:55:05</b>
<b>103</b> (554)	14. W35	NOLTE, Anke	1979	LG Neuperath	<b>00:55:29</b>
<b>104</b> (109)	15. W35	SALLER, Nina	1980	CfWP	<b>00:55:38</b>
<b>105</b> (502)	20. W40	CONRADY, Nadine	1976		<b>00:55:46</b>
<b>106</b> (1274)	23. W45	WAUBEN, Annett	1969	Schleichende Hühner	<b>00:55:51</b>
<b>107</b> (120)	24. W45	SCHÖCKEL, Claudia	1970		<b>00:55:53</b>
<b>108</b> (323)	15. W	SELLMANN, Nina	1987		<b>00:55:54</b>
<b>109</b> (1185)	25. W45	NEUHAUS, Tanja	1971		<b>00:55:54</b>
<b>110</b> (178)	21. W40	BUSCH, Veronika	1974		<b>00:56:04</b>
<b>111</b> (557)	2. WJ U18	PAULWITZ, Saskia	1999		<b>00:56:09</b>
<b>112</b> (86)	6. W55	MEINARDUS-LOGEMANN, Bärbel	1959	Röntgensportclub Remscheid	<b>00:56:14</b>
<b>113</b> (1725)	16. W30	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	<b>00:56:30</b>
<b>114</b> (1772)	17. W30	PERLER, Doris	1983		<b>00:56:42</b>
<b>115</b> (23)	18. W30	FERNANDEZ, Claudia	1985		<b>00:56:53</b>
<b>116</b> (1192)	3. W U23	REUL, Almuth	1994		<b>00:57:00</b>
<b>117</b> (347)	7. W55	WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	<b>00:57:04</b>
<b>118</b> (64)	9. W50	KOCH, Simone	1966		<b>00:57:04</b>
<b>119</b> (1682)	16. W35	KALTENBACH, Daniela	1977		<b>00:57:06</b>
<b>120</b> (170)	19. W30	BORGHOFF, Anna	1983		<b>00:57:08</b>
<b>121</b> (1708)	20. W30	DORSCHER, Valerie	1983	MACH3 Köln e.V.	<b>00:57:25</b>
<b>122</b> (369)	22. W40	HALLENBERG, Silke	1972	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:57:29</b>
<b>123</b> (41)	8. W55	HAHS, Eveline	1958	LT Hennef / Sieg	<b>00:57:30</b>
<b>124</b> (1298)	21. W30	NIXDORF, Julia	1985		<b>00:57:45</b>
<b>125</b> (1663)	10. W50	ESSER, Heike	1966		<b>00:57:47</b>
<b>126</b> (531)	23. W40	STING, Daniela	1972	VfL Wehbach	<b>00:57:54</b>
<b>127</b> (1702)	26. W45	FRANKEN, Christina	1969		<b>00:58:00</b>
<b>128</b> (320)	22. W30	SEEGBRECHT-KEITEL, Susanne	1985		<b>00:58:02</b>
<b>129</b> (90)	17. W35	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	<b>00:58:15</b>
<b>130</b> (368)	24. W40	GÜLCAN, Miyanyedi	1974		<b>00:58:25</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>131</b> (315)	18. W35	SCHULZ, Kerstin	1981		<b>00:58:28</b>
<b>132</b> (1776)	19. W35	FLOTHEN, Nadine	1979		<b>00:58:33</b>
<b>133</b> (572)	20. W35	WINKELMANN, Nina	1978	Föhr Marathon e.V.	<b>00:58:36</b>
<b>134</b> (75)	11. W50	FRANZEN, Manuela	1963	LT Grafschaft	<b>00:58:41</b>
<b>135</b> (436)	23. W30	LAUFENBERG, Selma	1985	MACH3 Köln e.V.	<b>00:58:45</b>
<b>136</b> (1679)	25. W40	KALNCIC, Tanja	1973		<b>00:58:50</b>
<b>137</b> (188)	24. W30	DÖTSCH, Meike	1984	Vermögensberatung Dufraine	<b>00:58:54</b>
<b>138</b> (1230)	26. W40	ISHITA, Mayumi	1974		<b>00:58:57</b>
<b>139</b> (47)	25. W30	HLUSIAK, Ramona	1986		<b>00:59:15</b>
<b>140</b> (476)	27. W45	THONNETT, Silvia	1968	NAO PT	<b>00:59:16</b>
<b>141</b> (1658)	26. W30	KAUERT, Barbara	1986		<b>00:59:25</b>
<b>142</b> (1754)	21. W35	ALEXION, Vicky	1980		<b>00:59:28</b>
<b>143</b> (1630)	27. W30	WICHMANN, Jana	1984	NAO PT	<b>00:59:35</b>
<b>144</b> (1153)	16. W	ALIKHAH, Sahar	1992	Dünsch	<b>00:59:36</b>
<b>145</b> (1166)	28. W45	GROß, Helgard	1968	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:59:36</b>
<b>146</b> (1611)	29. W45	PILLE, Heike	1970	Hobbysportrobber	<b>00:59:56</b>
<b>147</b> (1699)	30. W45	SCHMITZ, Susanne	1970	TV Schreinerei Schmitz	<b>00:59:57</b>
<b>148</b> (1653)	9. W55	GERGY, Ursula	1958		<b>01:00:18</b>
<b>149</b> (159)	12. W50	BENATIA, Brigitte	1966	flitzi flitzi Kreuzkapelle	<b>01:00:24</b>
<b>150</b> (153)	27. W40	ZIMMERMANN, Carmen	1976		<b>01:00:25</b>
<b>151</b> (125)	13. W50	SCHUMACHER, Elke	1965		<b>01:00:52</b>
<b>152</b> (362)	17. W	GARZA, Aleyda	1987		<b>01:00:57</b>
<b>153</b> (358)	18. W	CHEPIGA, Kathryn	1988		<b>01:00:57</b>
<b>154</b> (475)	19. W	STEBER, Johanna	1992		<b>01:01:03</b>
<b>155</b> (537)	28. W30	DEICHMANN, Larissa	1984		<b>01:01:05</b>
<b>156</b> (276)	28. W40	MOREL, Daniela	1972	Lauffieber	<b>01:01:15</b>
<b>157</b> (326)	14. W50	SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	<b>01:01:32</b>
<b>158</b> (555)	29. W30	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln - Worringen	<b>01:01:35</b>
<b>159</b> (60)	31. W45	KOCH, Bärbel	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	<b>01:01:44</b>
<b>160</b> (150)	15. W50	WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	<b>01:01:48</b>
<b>161</b> (504)	16. W50	GROCHAU, Ursula	1962		<b>01:02:08</b>
<b>162</b> (124)	22. W35	SCHULZ, Steffi	1979		<b>01:02:10</b>
<b>163</b> (235)	3. W60	JÜNGST, Barbara	1954	Siegen	<b>01:02:14</b>
<b>164</b> (567)	32. W45	THORIDT, Kirsten	1969	Lauffreunde Vlaten-Köln	<b>01:02:18</b>
<b>165</b> (1184)	23. W35	NAWRATH, Nadine	1977	TV Frisch Auf Lennep	<b>01:02:35</b>
<b>166</b> (1784)	33. W45	GRIMMIG, Andrea	1967		<b>01:03:11</b>
<b>167</b> (543)	17. W50	HAMM, Marina	1962	ESV Gremberghoven	<b>01:03:12</b>
<b>168</b> (1650)	10. W55	RYPHOLZ, Monika	1960	ASV Köln	<b>01:03:17</b>
<b>169</b> (388)	11. W55	LANG, Sonja	1958	DJK Marienstatt	<b>01:03:25</b>
<b>170</b> (1195)	18. W50	SCHNEIDER, Marion	1966	ERGO sports Köln	<b>01:03:41</b>
<b>171</b> (345)	24. W35	WIESEMANN, Uta	1979	Läufers?!	<b>01:03:42</b>
<b>172</b> (1227)	25. W35	HEIDER, Ebru	1978		<b>01:03:50</b>
<b>173</b> (174)	29. W40	BREER, Sandra	1976		<b>01:04:23</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>					
<b>174</b> (1278)	4. W60	AYCHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	<b>01:04:29</b>
<b>175</b> (1182)	34. W45	MÜLLER, Corinna	1968	OTV Solingen	<b>01:04:55</b>
<b>176</b> (481)	1. W70	WILCZEK, Eva	1946	BSG Hilden	<b>01:04:57</b>
<b>177</b> (498)	1. WJ U20	BROCKHOFF, Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	<b>01:05:17</b>
<b>178</b> (71)	30. W40	KRÖBER, Simone	1975		<b>01:06:07</b>
<b>179</b> (42)	30. W30	HEINZEN, Sonja	1982		<b>01:06:20</b>
<b>180</b> (13)	31. W40	DIEDENHOFEN, Nadine	1976		<b>01:06:20</b>
<b>181</b> (61)	31. W30	KOCH, Nina	1983		<b>01:06:33</b>
<b>182</b> (18)	32. W30	EHRICH, Vanessa	1985		<b>01:06:56</b>
<b>183</b> (30)	20. W	GIERING, Ina	1987		<b>01:06:57</b>
<b>184</b> (1240)	19. W50	KRAMS, Sabine	1964	FUNRUNNERS	<b>01:07:27</b>
<b>185</b> (1284)	26. W35	FIEDLER, Lena	1977	Happy Running Family	<b>01:07:33</b>
<b>186</b> (1636)	20. W50	HAZEL, Claudia	1965	TUS Köln	<b>01:08:46</b>
<b>187</b> (308)	21. W	SCHMEINCK, Kristina	1993		<b>01:09:22</b>
<b>188</b> (466)	12. W55	KÖPPE, Christa	1960		<b>01:10:44</b>
<b>189</b> (210)	27. W35	GLAGOW, Nina	1979	Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	<b>01:12:21</b>
<b>190</b> (536)	28. W35	BLEIL, Monika	1981		<b>01:12:32</b>
<b>191</b> (221)	29. W35	HERBER, Meike	1981		<b>01:16:48</b>
<b>192</b> (149)	6. W50	WOHLFAHRT, Marion	1964	SV Windhagen	<b>00:50:46</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (346)	1. M30	WILBERFORCE, Gary	1986	SSF Bonn Triathlon	<b>00:33:11</b>
<b>2</b> (1305)	1. M	TROMPETTER, Marius	1991	ASV Köln	<b>00:33:13</b>
<b>3</b> (1349)	2. M	HERR, Florian	1988	SG Wenden	<b>00:34:22</b>
<b>4</b> (1712)	1. M40	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:35:01</b>
<b>5</b> (1676)	3. M	KRAEMER, Marian	1990	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:35:29</b>
<b>6</b> (175)	4. M	BREUER, Laurids	1993	FortRunners Köln	<b>00:35:32</b>
<b>7</b> (564)	1. M45	SCHNEIDER, Norbert	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	<b>00:35:34</b>
<b>8</b> (1614)	2. M45	SCHRÖDER, Frank	1968	Rhein-Berg Runners	<b>00:35:38</b>
<b>9</b> (1393)	5. M	FLADER, Moritz	1991	LG Gummersbach	<b>00:35:51</b>
<b>10</b> (1723)	2. M30	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln	<b>00:36:21</b>
<b>11</b> (1761)	1. M35	KREUER, Manuel	1980	Laufmonster	<b>00:36:30</b>
<b>12</b> (1764)	3. M30	NETT, Markus	1984	PSV Bonn Triathlon	<b>00:36:42</b>
<b>13</b> (1098)	1. M U23	BIELER, Maximilian	1996	ASV Köln	<b>00:36:46</b>
<b>14</b> (46)	1. M50	HEUSCHEN, Dirk	1964	Rhein-Berg Runners	<b>00:36:53</b>
<b>15</b> (1656)	3. M45	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	<b>00:37:09</b>
<b>16</b> (1647)	2. M50	NEUHAUS, Heribert	1966		<b>00:37:14</b>
<b>17</b> (1741)	4. M45	SIERERS, Holger	1968	Cycling Academy	<b>00:37:24</b>
<b>18</b> (1738)	6. M	MOLL, Dino	1989		<b>00:37:28</b>
<b>19</b> (444)	5. M45	NEUMANN, Frank	1967		<b>00:37:30</b>
<b>20</b> (426)	2. M40	BRINKMANN, Thorsten	1972	Ski-Club Beckum	<b>00:37:38</b>
<b>21</b> (1159)	7. M	CHAO MARTINEZ, Juan	1989	3&Run Coruña	<b>00:37:39</b>
<b>22</b> (1670)	4. M30	STEVENS, André	1985	Mönchengladbacher LG	<b>00:37:40</b>
<b>23</b> (1183)	5. M30	MÜLLER SCIACCA, Marco	1983	Team Abus Nutrixion	<b>00:37:48</b>
<b>24</b> (506)	6. M45	HEIL, Dietmar	1968	1. FC Quadrath-Ichendorf	<b>00:37:49</b>
<b>25</b> (1688)	3. M40	GÜNDÜZ, Deniz	1974	25 MINUTES	<b>00:37:56</b>
<b>26</b> (1681)	2. M35	WEIER, Peter	1981	PSV Bonn Triathlon	<b>00:38:02</b>
<b>27</b> (1686)	7. M45	ARENZ, Jens	1969	Team C	<b>00:38:06</b>
<b>28</b> (1389)	3. M35	BLAESER, Veit	1980	KTT 01	<b>00:38:09</b>
<b>29</b> (501)	8. M45	CONDON, Liam	1968	TV Refrath	<b>00:38:20</b>
<b>30</b> (1690)	4. M35	ZENTAUR, Markus	1980	TV Refrath	<b>00:38:23</b>
<b>31</b> (1655)	6. M30	PIERZ, Andreas	1985	TuS Kreuzweingarten-Rheder	<b>00:38:25</b>
<b>32</b> (1394)	4. M40	MÜHLENSTÄDT, Gunnar	1973	Mach3 Köln	<b>00:38:26</b>
<b>33</b> (449)	1. M55	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	<b>00:38:30</b>
<b>34</b> (87)	8. M	MERTESACKER, Andreas	1990	RHEX-Team	<b>00:38:32</b>
<b>35</b> (1292)	7. M30	LENGERSDORF, Holger	1982	LG Ameln/Linnich	<b>00:38:34</b>
<b>36</b> (1759)	8. M30	BARTHOLOMÉ, Jakob	1985		<b>00:38:41</b>
<b>37</b> (511)	9. M45	HOLTHAUSEN, Manfred	1968	SSF Bonn Triathlon	<b>00:38:45</b>
<b>38</b> (209)	9. M	GEIMER, Christian	1992	Die MANNschaft e.V.	<b>00:38:46</b>
<b>39</b> (1786)	3. M50	KAISER, Markus	1965	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:38:49</b>
<b>40</b> (1716)	4. M50	ALOTTO, Giuseppe	1966	3XERCISE	<b>00:39:00</b>
<b>41</b> (229)	5. M50	HOUSCHT, Martin Peter	1965	Finisher Club	<b>00:39:07</b>
<b>42</b> (5)	2. M U23	BETZLER, Jonas	1994		<b>00:39:25</b>
<b>43</b> (522)	10. M45	MARCHLEWSKI, Nico	1969	LT Siebengebirge	<b>00:39:35</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>44</b> (278)	11. M45	MÜLLER, Josef	1968	LT Grafenschaft	<b>00:39:41</b>
<b>45</b> (247)	9. M30	KOTTHAUS, Marius	1984	Realschule Patternhof	<b>00:39:42</b>
<b>46</b> (1188)	10. M	PRIEBE, Lukas	1992	LG Gummersbach	<b>00:39:51</b>
<b>47</b> (1775)	10. M30	FUTSCHIK, Daniel	1982	LC Weilerswist	<b>00:40:02</b>
<b>48</b> (1631)	11. M30	LINKE , Phillip	1985	ERGO sports Köln	<b>00:40:03</b>
<b>49</b> (439)	6. M50	MAUTER, Jörg	1965	Wiehltaler LC	<b>00:40:06</b>
<b>50</b> (527)	12. M45	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	<b>00:40:12</b>
<b>51</b> (451)	5. M35	SCHWANKE, Marco	1980		<b>00:40:15</b>
<b>52</b> (197)	7. M50	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	<b>00:40:15</b>
<b>53</b> (1785)	6. M35	MERKEL, Eiken	1980	Mach3 Köln	<b>00:40:16</b>
<b>54</b> (97)	5. M40	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St. Augustin	<b>00:40:20</b>
<b>55</b> (1780)	13. M45	SCHÖN, Ralf	1968	TG Neuss	<b>00:40:26</b>
<b>56</b> (1722)	14. M45	SPIESS, Stefan	1969		<b>00:40:27</b>
<b>57</b> (134)	6. M40	STEBER, Roland	1972	LV Oelde	<b>00:40:28</b>
<b>58</b> (386)	15. M45	KUHSTOß, Christian	1971	Flesche Roadrunners	<b>00:40:28</b>
<b>59</b> (1664)	1. MJ U20	FARNSCHLÄDER, Joshua	1997	LT Grafenschaft	<b>00:40:31</b>
<b>60</b> (179)	8. M50	CHRISTEN, Peter	1964	Feuerwehr Köln	<b>00:40:33</b>
<b>61</b> (239)	12. M30	KEUSER , Thorsten	1982	S.O.A Runner	<b>00:40:36</b>
<b>62</b> (1726)	7. M35	NOACK, Marcus	1979	Seidenraupen Krefeld	<b>00:40:37</b>
<b>63</b> (496)	9. M50	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	<b>00:40:39</b>
<b>64</b> (7)	16. M45	BRANG, Michael	1971	LT Grafenschaft	<b>00:40:40</b>
<b>65</b> (1649)	11. M	MEISEN, Max	1990	LC Euskirchen	<b>00:40:43</b>
<b>66</b> (255)	7. M40	KULLE, Marcus	1972	SV AXA	<b>00:40:44</b>
<b>67</b> (1616)	10. M50	HEITKAMP, Michael	1964	SV AXA	<b>00:40:48</b>
<b>68</b> (1261)	8. M35	SCHNEIDER, Marco	1978	Sportshop-Triathlon Team	<b>00:40:49</b>
<b>69</b> (413)	13. M30	WENZEL, Oliver	1984	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:40:54</b>
<b>70</b> (1783)	9. M35	WIND, Sebastian	1977	LSG Wind Immobilien	<b>00:41:02</b>
<b>71</b> (1704)	10. M35	QUECK, Joachim	1981		<b>00:41:03</b>
<b>72</b> (1234)	17. M45	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	<b>00:41:05</b>
<b>73</b> (1229)	14. M30	HOPPE, Sebastian	1983	SV Blau-Weiss Bochum	<b>00:41:06</b>
<b>74</b> (1695)	2. M55	ROCHOLL, Lutz	1961		<b>00:41:12</b>
<b>75</b> (479)	2. MJ U20	VON TROSTORFF, Alexander	1998		<b>00:41:15</b>
<b>76</b> (1220)	8. M40	FRANZ, Einiko	1975	Laufftreff 1. FC Spich	<b>00:41:17</b>
<b>77</b> (441)	18. M45	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	<b>00:41:20</b>
<b>78</b> (213)	9. M40	GNIFFKE, Michael	1972	SC Westfalia 04 Herne Triathlon	<b>00:41:23</b>
<b>79</b> (1203)	11. M50	TORBATI, Parvis	1966	LG Laacher See	<b>00:41:29</b>
<b>80</b> (1774)	15. M30	WILD, Dominik	1984		<b>00:41:32</b>
<b>81</b> (1736)	11. M35	LAST, Christoph	1977	TSG Velbert	<b>00:41:32</b>
<b>82</b> (1671)	12. M35	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	<b>00:41:33</b>
<b>83</b> (21)	12. M50	FASEL, Norbert	1965	LSF Münster	<b>00:41:37</b>
<b>84</b> (1734)	10. M40	MICHAELI, Pascal	1974	LC Weilerswist	<b>00:41:39</b>
<b>85</b> (469)	19. M45	MICHALKA, Ralph	1969	Running Team Grafenberg	<b>00:41:49</b>
<b>86</b> (1175)	16. M30	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	<b>00:41:50</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (1164)	12. M	GAYOL REGUERA, Jose	1989		<b>00:41:56</b>
<b>88</b> (1272)	13. M50	TIEPOLT, Jens	1965	SV AXA	<b>00:41:58</b>
<b>89</b> (297)	14. M50	RIEDEL, Roland	1963	LG Westerwald	<b>00:42:00</b>
<b>90</b> (31)	11. M40	GÖTZENICH, Alexander	1973		<b>00:42:06</b>
<b>91</b> (1729)	12. M40	SCHNEIDER, Ben	1974		<b>00:42:14</b>
<b>92</b> (467)	20. M45	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	<b>00:42:14</b>
<b>93</b> (507)	13. M35	HELLEBUSCH, Timo	1980	25MINUTES Köln	<b>00:42:16</b>
<b>94</b> (1160)	3. M55	CHRISTOFFELS, Elmar	1960	Dürener TV - RS Patternhof	<b>00:42:24</b>
<b>95</b> (446)	21. M45	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	<b>00:42:25</b>
<b>96</b> (155)	17. M30	ALTMANN, Markus	1982	Run Squad CGN	<b>00:42:31</b>
<b>97</b> (1633)	15. M50	SCHLOEMER, Stefan	1966	KTT 01	<b>00:42:33</b>
<b>98</b> (898)	13. M40	HEYER, Sascha	1976	KTT 01	<b>00:42:34</b>
<b>99</b> (1687)	22. M45	HARTMANN, Frederik	1968	TV Refrath	<b>00:42:38</b>
<b>100</b> (374)	16. M50	HINTZSCHE, Dr. Ekki	1963	Ostseebad Kühlungsborn	<b>00:42:51</b>
<b>101</b> (1231)	23. M45	JAKOB, Michael	1968	Team Radon	<b>00:42:51</b>
<b>102</b> (8)	24. M45	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM ESSEN	<b>00:43:00</b>
<b>103</b> (1719)	25. M45	DIEFENBACH, Thomas	1967	TPSK	<b>00:43:01</b>
<b>104</b> (161)	14. M40	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebillys T.O.	<b>00:43:01</b>
<b>105</b> (1760)	4. M55	RITTER, Ronald	1960	LT Schöllerhof	<b>00:43:03</b>
<b>106</b> (553)	26. M45	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		<b>00:43:10</b>
<b>107</b> (28)	14. M35	GERSTNER, Jean-Marc	1978		<b>00:43:11</b>
<b>108</b> (455)	17. M50	THEIS, Frank	1964	Blue-White Dynamite	<b>00:43:20</b>
<b>109</b> (164)	15. M35	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Grafschaft	<b>00:43:23</b>
<b>110</b> (437)	18. M50	MANTHEI, Christian	1962	ERGO sports Köln	<b>00:43:26</b>
<b>111</b> (102)	27. M45	RAUTENBERG, Stefan	1967	Rauti	<b>00:43:29</b>
<b>112</b> (1689)	1. M60	PETERSAM, Armin	1956	TV Höhenhaus	<b>00:43:33</b>
<b>113</b> (348)	19. M50	WOTZLAW, Mathias	1963	ASV Köln Triathlon	<b>00:43:34</b>
<b>114</b> (1762)	20. M50	KRÜGER, Thomas	1963		<b>00:43:37</b>
<b>115</b> (461)	5. M55	DONATH, Aurelius	1958		<b>00:43:50</b>
<b>116</b> (463)	18. M30	FREUDENHAMMER, Andreas	1984		<b>00:43:55</b>
<b>117</b> (147)	16. M35	WITT, Andreas	1977	RTC Frechen 80	<b>00:43:57</b>
<b>118</b> (1735)	19. M30	SCHRAMMER, Florian	1985		<b>00:44:05</b>
<b>119</b> (1674)	20. M30	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn Triathlon	<b>00:44:06</b>
<b>120</b> (1207)	21. M30	VIRNICH, Martin	1984		<b>00:44:07</b>
<b>121</b> (266)	17. M35	LÜBBERT, Mark	1979		<b>00:44:08</b>
<b>122</b> (452)	28. M45	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist Team Leckstein	<b>00:44:13</b>
<b>123</b> (424)	13. M	BERTELS, Christoph	1988	25MINUTES Köln	<b>00:44:16</b>
<b>124</b> (471)	18. M35	PULLMANN, Kim	1980	Sportshop-Triathlon Team	<b>00:44:18</b>
<b>125</b> (1675)	22. M30	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	<b>00:44:20</b>
<b>126</b> (1757)	19. M35	SIEGMUND, Sven	1977	TUS 92 Opladen	<b>00:44:21</b>
<b>127</b> (1369)	15. M40	STEFFENS, Wolfgang	1972	SV Bergwacht Dohren	<b>00:44:26</b>
<b>128</b> (1218)	21. M50	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:44:26</b>
<b>129</b> (1354)	6. M55	MILZ, Ralf	1961	Vorwärts Köln	<b>00:44:26</b>





## 1. Lauf zur 32. 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>	(29)	20. M35	GEURTS, Koen	1981	<b>00:44:27</b>
<b>131</b>	(1300)	21. M35	REINTZSCH, Ingo	1977	Alfterer SC <b>00:44:28</b>
<b>132</b>	(318)	16. M40	SCHUZ, Markus	1975	SG Selters <b>00:44:28</b>
<b>133</b>	(1623)	29. M45	NETTERSHEIM, Wolfgang	1967	LC Euskirchen <b>00:44:30</b>
<b>134</b>	(1665)	22. M50	GEIMER, Günter	1962	TuS Hachenburg <b>00:44:31</b>
<b>135</b>	(11)	23. M30	BUSCHKAMP, Marc	1986	MACH3 Köln e.V. <b>00:44:33</b>
<b>136</b>	(1646)	7. M55	EIKLE, Mathias	1959	mach3 EV <b>00:44:35</b>
<b>137</b>	(538)	30. M45	DUBIEL, Jaroslaw	1971	Int. Athletic Club Düren/Eifel/Rur <b>00:44:35</b>
<b>138</b>	(1727)	17. M40	GESTHUIZEN, Alexander	1973	Polizei Köln <b>00:44:36</b>
<b>139</b>	(510)	14. M	HILLERINGMANN, Mark	1988	PV-Triathlon Witten <b>00:44:44</b>
<b>140</b>	(101)	23. M50	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße <b>00:44:45</b>
<b>141</b>	(1709)	24. M30	WIMMER, Bastian	1984	Neptunbad Köln <b>00:44:50</b>
<b>142</b>	(532)	31. M45	STING, Michael	1968	VfL Wehbach <b>00:44:52</b>
<b>143</b>	(465)	22. M35	HÄUSLER, Sascha	1980	<b>00:44:53</b>
<b>144</b>	(19)	18. M40	ENGELS, Andreas	1976	<b>00:44:58</b>
<b>145</b>	(39)	32. M45	GUTH, Karl	1969	LifeParkMax e.V. Ingolstadt <b>00:44:59</b>
<b>146</b>	(289)	23. M35	PESCHEL, Sascha	1979	<b>00:44:59</b>
<b>147</b>	(1619)	2. M60	MACZKIEWICZ, Arnold	1955	LC Euskirchen <b>00:45:03</b>
<b>148</b>	(378)	24. M35	JOCHHEIM, Sebastian	1981	<b>00:45:03</b>
<b>149</b>	(316)	3. M60	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	BSG Delphi Draka <b>00:45:14</b>
<b>150</b>	(24)	15. M	FLOCK, Andreas	1987	Team Mokka <b>00:45:15</b>
<b>151</b>	(156)	24. M50	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners <b>00:45:21</b>
<b>152</b>	(224)	25. M35	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen <b>00:45:22</b>
<b>153</b>	(45)	26. M35	HEßLING, Lars	1977	<b>00:45:25</b>
<b>154</b>	(1747)	25. M50	ESCHBACH, Ralf	1963	<b>00:45:26</b>
<b>155</b>	(190)	33. M45	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks <b>00:45:41</b>
<b>156</b>	(15)	27. M35	DÜCKERS, Thomas	1977	RC Mistral Köln <b>00:45:41</b>
<b>157</b>	(1707)	26. M50	MORILLAS, Antonio	1966	<b>00:45:42</b>
<b>158</b>	(1700)	34. M45	BOTTI, Jörg	1970	<b>00:45:45</b>
<b>159</b>	(163)	4. M60	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team <b>00:45:46</b>
<b>160</b>	(58)	25. M30	KLINGENBERG, Florian	1983	Lauftreff Lindlar <b>00:45:47</b>
<b>161</b>	(1309)	27. M50	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach <b>00:45:49</b>
<b>162</b>	(409)	16. M	THEUERZEIT, Fabian	1987	DSHS Köln <b>00:45:49</b>
<b>163</b>	(1170)	28. M50	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen <b>00:45:56</b>
<b>164</b>	(1779)	19. M40	KUTHE, Thorsten	1972	<b>00:45:57</b>
<b>165</b>	(1626)	1. M70	KÖSTER, Heinz-Werner	1946	SC Olpe <b>00:45:59</b>
<b>166</b>	(1622)	35. M45	CELEBIJA, Drazen	1968	Barbariga <b>00:46:00</b>
<b>167</b>	(65)	8. M55	KONRADI, Thomas	1959	Selbstläufer SV Altenahr <b>00:46:01</b>
<b>168</b>	(1216)	29. M50	CREMER, Jürgen	1962	<b>00:46:07</b>
<b>169</b>	(517)	20. M40	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel <b>00:46:09</b>
<b>170</b>	(1666)	9. M55	RESCH, Kilian	1961	Troisdorfer LG <b>00:46:14</b>
<b>171</b>	(472)	28. M35	RIEDEL, Oliver	1979	TSV Dieringhausen <b>00:46:14</b>
<b>172</b>	(192)	1. M65	DUNGER, Eberhard	1951	LC Wuppertal <b>00:46:16</b>



## 1. Lauf zur 32. 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>	(37)	36. M45	GRÖNER, Ole	1968	<b>00:46:16</b>
<b>174</b>	(460)	37. M45	DINTER, Martin	1967	<b>00:46:17</b>
<b>175</b>	(1201)	5. M60	STECKEL, Manfred	1955 TriathlonSteckelCologne	<b>00:46:19</b>
<b>176</b>	(237)	29. M35	KERKHOFF , Philipp	1980 Southside Cologne	<b>00:46:20</b>
<b>177</b>	(1190)	3. M U23	REHFELD, Kai	1995	<b>00:46:26</b>
<b>178</b>	(1769)	17. M	BRANDT, Marcel	1988 Moerser TV	<b>00:46:27</b>
<b>179</b>	(380)	31. M50	KAPPUS, Reiner	1962 VfL Nochern e.V.	<b>00:46:28</b>
<b>180</b>	(1610)	32. M50	LÜCKERATH, Volker	1964 Hobbysport Robben	<b>00:46:33</b>
<b>181</b>	(200)	30. M35	FINDEISEN, Michael	1980	<b>00:46:33</b>
<b>182</b>	(1714)	26. M30	RIEHMER, Johannes	1983	<b>00:46:34</b>
<b>183</b>	(1778)	38. M45	NIES, Ulrich	1967	<b>00:46:37</b>
<b>184</b>	(423)	21. M40	ANDERS, Lars	1976	<b>00:46:39</b>
<b>185</b>	(1672)	18. M	SCHWANE, Adnen	1987 Aachen hat Ausdauer	<b>00:46:45</b>
<b>186</b>	(1739)	39. M45	SCHMIDT , Akexander	1970 DJK Gummersbach	<b>00:46:46</b>
<b>187</b>	(280)	31. M35	NIEHAUS, Marco	1980 FWVK	<b>00:46:54</b>
<b>188</b>	(306)	32. M35	SCHEURER, Thorsten	1980	<b>00:46:54</b>
<b>189</b>	(1733)	10. M55	VON DER RECKE, Christian	1960 LC Weilerswist	<b>00:47:05</b>
<b>190</b>	(104)	22. M40	RIEGEL, Thomas	1973	<b>00:47:07</b>
<b>191</b>	(283)	27. M30	NOWICKI, Patryk	1985 Kreissparkasse Köln	<b>00:47:08</b>
<b>192</b>	(464)	33. M50	GLOMB, Bodo	1963	<b>00:47:10</b>
<b>193</b>	(375)	40. M45	HUSS, Klaus	1967 TuS Köln rrh.	<b>00:47:11</b>
<b>194</b>	(503)	41. M45	DREESBACH, Dirk	1968 LC Weilerswist	<b>00:47:13</b>
<b>195</b>	(534)	42. M45	WALTER, uwe	1969	<b>00:47:17</b>
<b>196</b>	(303)	19. M	SAMARDZIC, Dino	1991	<b>00:47:21</b>
<b>197</b>	(137)	34. M50	THIEMERMANN, Norbert	1963 Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:47:23</b>
<b>198</b>	(1693)	11. M55	FALKENROTH, Christoph	1960	<b>00:47:27</b>
<b>199</b>	(428)	12. M55	FRIEDRICH, Harry	1957	<b>00:47:27</b>
<b>200</b>	(1388)	13. M55	LENERZ, Artur	1958 Klavierschule Lenerz	<b>00:47:28</b>
<b>201</b>	(412)	43. M45	VOGEL, Jörg	1969	<b>00:47:29</b>
<b>202</b>	(38)	14. M55	GRUNDMANN, Horst	1957 Kölner Ausdauer- und Laufschule	<b>00:47:29</b>
<b>203</b>	(539)	15. M55	EIDMANN, Volker	1960 Wuppertal	<b>00:47:30</b>
<b>204</b>	(1701)	44. M45	LAUBSCH, Michel	1967 Tricologen	<b>00:47:30</b>
<b>205</b>	(329)	33. M35	STEINBERG, Daniel	1979	<b>00:47:31</b>
<b>206</b>	(1193)	20. M	REUL, Godehard	1992	<b>00:47:32</b>
<b>207</b>	(1732)	23. M40	CARL, Thomas	1973	<b>00:47:36</b>
<b>208</b>	(1667)	45. M45	BOHR, Oliver	1968 SSF Bonn	<b>00:47:38</b>
<b>209</b>	(1731)	34. M35	GRÜMMER, Simon	1979 MACH3 Köln e.V.	<b>00:47:39</b>
<b>210</b>	(508)	35. M35	HELLMANN, Andreas	1978	<b>00:47:39</b>
<b>211</b>	(298)	46. M45	RODELDT, Ralf	1967 7g runergy	<b>00:47:40</b>
<b>212</b>	(1763)	47. M45	BECHERT, Frank	1970	<b>00:47:42</b>
<b>213</b>	(1697)	48. M45	WOLTER, Heinz-Dieter	1967	<b>00:47:45</b>
<b>214</b>	(565)	36. M35	SCHNEIDER, Stefan	1979 LG Gummersbach	<b>00:47:46</b>
<b>215</b>	(1223)	16. M55	HAHN, Rolf	1961 BSG BML Bonn	<b>00:47:46</b>



## 1. Lauf zur 32. 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>	(32)	21. M	GOTZHEIN, Marco	1988	bike-components	<b>00:47:49</b>
<b>217</b>	(524)	35. M50	MÜLLER, Ralf	1965	LSV Porz / Köln	<b>00:47:50</b>
<b>218</b>	(1691)	24. M40	SCHREINER, Jan	1975	1. FC Plautze 04	<b>00:47:53</b>
<b>219</b>	(219)	37. M35	HEISTER, Björn	1980		<b>00:47:53</b>
<b>220</b>	(394)	38. M35	RIHA, Robert	1981		<b>00:48:01</b>
<b>221</b>	(552)	6. M60	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Skinny Bergheim 02	<b>00:48:11</b>
<b>222</b>	(78)	49. M45	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>00:48:12</b>
<b>223</b>	(207)	50. M45	FLOßBACH, Heinz	1967		<b>00:48:13</b>
<b>224</b>	(44)	36. M50	HEß, Richard	1962	LC Weilerswist	<b>00:48:14</b>
<b>225</b>	(234)	51. M45	JEROMIN-SCHULZ, Marcel	1970	BSG Rheinenergie	<b>00:48:29</b>
<b>226</b>	(151)	39. M35	WÖLM, Lars	1979	TV Rodenkirchen	<b>00:48:30</b>
<b>227</b>	(442)	17. M55	MUTTERLOSE, Rolf	1960	SSF Bonn	<b>00:48:32</b>
<b>228</b>	(112)	37. M50	SCHMIDT, Michael	1964		<b>00:48:32</b>
<b>229</b>	(1680)	38. M50	KÄHLER, Frank	1963		<b>00:48:39</b>
<b>230</b>	(1721)	18. M55	STASCHIK, Lothar	1960		<b>00:48:47</b>
<b>231</b>	(519)	19. M55	LUDWIG, Frank	1959		<b>00:48:54</b>
<b>232</b>	(549)	39. M50	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	<b>00:48:54</b>
<b>233</b>	(1698)	40. M50	FRANKEN, Michael	1963		<b>00:48:58</b>
<b>234</b>	(550)	41. M50	MAY, Achim	1964	TV Witzhelden	<b>00:48:59</b>
<b>235</b>	(515)	28. M30	KÖPPE, Stefan	1985	1. FC Köln	<b>00:49:00</b>
<b>236</b>	(457)	29. M30	ZUBER, Alexander	1986	Clüb Emmessen	<b>00:49:01</b>
<b>237</b>	(381)	52. M45	KEMPER, Jürgen	1970	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>00:49:02</b>
<b>238</b>	(1639)	20. M55	ARAKI, Jiro	1961		<b>00:49:14</b>
<b>239</b>	(84)	7. M60	MAURER, Franz	1955	LT Grafschaft	<b>00:49:23</b>
<b>240</b>	(1629)	40. M35	SCHNABEL, Christoph	1981		<b>00:49:26</b>
<b>241</b>	(332)	22. M	SUNKEL, Manuel	1987		<b>00:49:30</b>
<b>242</b>	(453)	23. M	SECKLER, Michael	1988		<b>00:49:30</b>
<b>243</b>	(530)	53. M45	SCHWIENHEER, Stephan	1967	Laufteam Sonderbusch	<b>00:49:34</b>
<b>244</b>	(438)	41. M35	MATIEBE, Sven	1978		<b>00:49:36</b>
<b>245</b>	(541)	42. M35	GEBERS, Marko	1977		<b>00:49:37</b>
<b>246</b>	(355)	30. M30	BODEWIG, Jörg	1983		<b>00:49:40</b>
<b>247</b>	(252)	42. M50	KÜHNE, Kai	1966	Galeria Kaufhof Sportverein	<b>00:49:41</b>
<b>248</b>	(1711)	43. M35	BARTMANN, Kosta	1977		<b>00:49:41</b>
<b>249</b>	(1652)	44. M35	SEELA, Sebastian	1979	DJK Marienstatt	<b>00:49:44</b>
<b>250</b>	(1748)	21. M55	BRODOWSKI, Günter	1960		<b>00:49:57</b>
<b>251</b>	(573)	45. M35	WINKELMANN, Christian	1978	SG Deutsche Bank Köln e.V.	<b>00:49:59</b>
<b>252</b>	(292)	25. M40	PLAZINSKI, Gerhard	1975		<b>00:50:02</b>
<b>253</b>	(379)	24. M	KALUZINSKI, Melchior	1992		<b>00:50:03</b>
<b>254</b>	(116)	43. M50	SCHNABEL, Thomas	1962		<b>00:50:04</b>
<b>255</b>	(1746)	54. M45	HUPPERTZ, Christian	1968		<b>00:50:07</b>
<b>256</b>	(1163)	31. M30	FELDGEN, Thomas	1985	VIVAWEST-Marathon	<b>00:50:08</b>
<b>257</b>	(9)	26. M40	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	<b>00:50:09</b>
<b>258</b>	(1767)	44. M50	ACKERMANN, Sebastian	1966		<b>00:50:12</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (1208)	8. M60	VOGT, Josef	1952	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:50:18</b>
<b>260</b> (265)	55. M45	LORENZO LÓPEZ, José Manuel	1971	LT Decksteiner Weiher	<b>00:50:20</b>
<b>261</b> (1705)	74. M50	STEINHAUSER, Frank	1966	DVAG-Marathon-Team	<b>00:50:21</b>
<b>262</b> (1765)	46. M35	FÖLL, Nils	1981	BMZ	<b>00:50:31</b>
<b>263</b> (176)	56. M45	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	<b>00:50:33</b>
<b>264</b> (1713)	27. M40	KAISER, Daniel	1972	LT Decksteiner Weiher	<b>00:50:34</b>
<b>265</b> (191)	32. M30	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Vermögensberatung Dufraîne	<b>00:50:39</b>
<b>266</b> (1766)	25. M	EICHHOLZ, Tobias	1988		<b>00:50:41</b>
<b>267</b> (450)	22. M55	SCHMIDT, Jürgen	1959	SV Germania Dürwiß	<b>00:50:42</b>
<b>268</b> (1367)	2. M65	WÜST, Hans Werner	1950		<b>00:50:51</b>
<b>269</b> (559)	9. M60	PFITZNER, Bernd	1955		<b>00:50:53</b>
<b>270</b> (205)	33. M30	FLACHOWSKY, Andreas	1983		<b>00:50:53</b>
<b>271</b> (497)	28. M40	BÖRSTE, Andreas	1972		<b>00:50:57</b>
<b>272</b> (277)	45. M50	MUELLER, Stefan	1965	Troisdorfer LG / Basketball	<b>00:50:58</b>
<b>273</b> (198)	47. M35	FERNÁNDEZ GONZÁLEZ, Manuel	1979	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:51:02</b>
<b>274</b> (462)	57. M45	ELS, Jürgen	1969	Bsg Rheinenergie	<b>00:51:05</b>
<b>275</b> (434)	34. M30	KNAUT,, Andreas	1986	Clüb Emmessen	<b>00:51:05</b>
<b>276</b> (34)	46. M50	GRAF, Wolfgang	1966		<b>00:51:06</b>
<b>277</b> (526)	23. M55	PODZUS, Horst	1961		<b>00:51:08</b>
<b>278</b> (574)	48. M35	WIRSIK, Marko	1980	flitzi flitzi Kreuzkapelle	<b>00:51:09</b>
<b>279</b> (1758)	3. M65	KERSTING, Friedel	1950		<b>00:51:10</b>
<b>280</b> (36)	49. M35	GRIMM, Torsten	1980		<b>00:51:11</b>
<b>281</b> (118)	24. M55	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	<b>00:51:13</b>
<b>282</b> (1628)	10. M60	WOLFSCHLAGER, Albert	1956	SC Olpe	<b>00:51:14</b>
<b>283</b> (299)	58. M45	ROMES, Christoph	1969		<b>00:51:15</b>
<b>284</b> (432)	1. M75	HOFFMANN, Norbert	1939	LG Westerwald	<b>00:51:23</b>
<b>285</b> (50)	59. M45	HOFFMANN, Dirk	1969		<b>00:51:25</b>
<b>286</b> (542)	35. M30	GROBER, Christian	1984		<b>00:51:27</b>
<b>287</b> (91)	25. M55	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	<b>00:51:33</b>
<b>288</b> (1202)	36. M30	THEUERZEIT , Michael	1982		<b>00:51:35</b>
<b>289</b> (1266)	29. M40	SOMM, CARSTEN	1975		<b>00:51:40</b>
<b>290</b> (370)	30. M40	HECK, Mike	1973	KTT 01	<b>00:51:42</b>
<b>291</b> (477)	60. M45	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof	<b>00:51:50</b>
<b>292</b> (474)	61. M45	SCHULZ, Torsten	1968	1. FC Spich	<b>00:51:50</b>
<b>293</b> (17)	62. M45	EBERTH, Siegfried	1967		<b>00:51:54</b>
<b>294</b> (1683)	31. M40	KALTENBACH, Lars	1975		<b>00:51:57</b>
<b>295</b> (1717)	47. M50	WOLBER, Kalle	1963	Lucas Runners	<b>00:51:58</b>
<b>296</b> (141)	63. M45	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	<b>00:51:59</b>
<b>297</b> (1750)	48. M50	HASERICH, Dirk	1964		<b>00:52:00</b>
<b>298</b> (271)	49. M50	MEISTER, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	<b>00:52:02</b>
<b>299</b> (357)	4. M U23	BURDA, Thorben	1994		<b>00:52:05</b>
<b>300</b> (1673)	26. M	GERMEROTT, Maximilian	1992	FC Lindau	<b>00:52:17</b>
<b>301</b> (66)	32. M40	KORNHOFF, Christian	1973		<b>00:52:18</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (1703)	50. M50	LÖHNDORF, Thomas	1963	PSV Bonn Triathlon	<b>00:52:19</b>
<b>303</b> (1678)	51. M50	KLANCIC, Stefan	1964	Linkenbach	<b>00:52:24</b>
<b>304</b> (1737)	33. M40	LECHELT, Stefan	1975	RUN	<b>00:52:24</b>
<b>305</b> (193)	52. M50	ERDMANN, Frank	1962		<b>00:52:26</b>
<b>306</b> (547)	64. M45	KITZING, Nils	1969	TEAM M LINE	<b>00:52:29</b>
<b>307</b> (556)	11. M60	OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	<b>00:52:34</b>
<b>308</b> (54)	37. M30	KARLA, Ulrich	1982		<b>00:52:38</b>
<b>309</b> (189)	26. M55	DR. AUDEHM, Uwe	1960	Alfterer SC	<b>00:52:40</b>
<b>310</b> (336)	38. M30	THIELE, Jonas	1984		<b>00:52:44</b>
<b>311</b> (290)	27. M	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	<b>00:52:45</b>
<b>312</b> (291)	53. M50	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	<b>00:52:45</b>
<b>313</b> (373)	50. M35	HILLEN, Tobias	1981	Tri Team FS Düsseldorf	<b>00:52:46</b>
<b>314</b> (1755)	54. M50	NEBIOGLU, Sükrü	1964	Colonia Team	<b>00:52:49</b>
<b>315</b> (314)	51. M35	SCHULZ, Joachim	1977	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:52:49</b>
<b>316</b> (249)	34. M40	KOZIK, Eren	1976	SEOPT Road Runners	<b>00:52:53</b>
<b>317</b> (35)	35. M40	GRIESEMANN, Georg	1974		<b>00:53:08</b>
<b>318</b> (478)	27. M55	VERING, Wilfried	1958	LT Leidenhausen	<b>00:53:12</b>
<b>319</b> (158)	65. M45	BEHNECKE, Marcus	1969	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:53:14</b>
<b>320</b> (1756)	52. M35	VON RIEWEL, Hendrik	1978		<b>00:53:15</b>
<b>321</b> (181)	36. M40	DAHM, Martin	1973		<b>00:53:18</b>
<b>322</b> (186)	55. M50	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:53:22</b>
<b>323</b> (1387)	4. M65	ALTENDOIRF, Oskar	1951	TV Refrath	<b>00:53:36</b>
<b>324</b> (33)	28. M55	GRAF, Dr. Andreas	1958		<b>00:53:38</b>
<b>325</b> (1740)	66. M45	MORICK, Andreas	1967	know Jesus, know Life!	<b>00:53:40</b>
<b>326</b> (1169)	56. M50	JOBST, ANDREAS	1963	NAO PT	<b>00:53:43</b>
<b>327</b> (1158)	12. M60	BLEIBAUM, Ernesto	1952	LT Schneewittchen	<b>00:53:46</b>
<b>328</b> (270)	28. M	MEIER, Roman	1990		<b>00:53:46</b>
<b>329</b> (79)	29. M55	LIGOCKI, Joachim	1958	run4pänz	<b>00:53:52</b>
<b>330</b> (76)	53. M35	LASARZ, David	1981		<b>00:53:56</b>
<b>331</b> (1375)	13. M60	HARTMANN, Hagen	1954	running blues	<b>00:54:04</b>
<b>332</b> (566)	29. M	SONNTAG, Frank	1991	ERGO sports Köln	<b>00:54:05</b>
<b>333</b> (212)	30. M55	GLOMBITZA, Rainer	1958	flitzi flitzi Kreuzkapelle	<b>00:54:10</b>
<b>334</b> (1685)	30. M	NIESSEN, Christian	1989	TuS Schmidt	<b>00:54:12</b>
<b>335</b> (106)	31. M55	ROSSO, Mario	1960		<b>00:54:14</b>
<b>336</b> (1632)	67. M45	SCHLOEMER, Randolph	1971		<b>00:54:18</b>
<b>337</b> (1773)	39. M30	KÜPPEN, Tim	1985		<b>00:54:22</b>
<b>338</b> (569)	40. M30	VIRNICH, Dennis	1983	DJK Blumenthal	<b>00:54:32</b>
<b>339</b> (430)	31. M	GROCHAU, Christian Alexander	1990		<b>00:54:34</b>
<b>340</b> (417)	57. M50	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	<b>00:54:39</b>
<b>341</b> (2)	68. M45	BACKS, Olivier	1967	SG Stern	<b>00:54:39</b>
<b>342</b> (1770)	69. M45	SCHWAB, Stefan	1970		<b>00:54:43</b>
<b>343</b> (1753)	58. M50	RIEGER, Herbert	1966		<b>00:54:47</b>
<b>344</b> (1249)	37. M40	METZMACHER, Marc	1974		<b>00:54:48</b>



## 1. Lauf zur 32. 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> (1642)	1. MJ U18	MUTAJ, Ditmir	2000	HOPE	<b>00:54:53</b>
<b>346</b> (1644)	32. M	MEßNER, Benjamin	1988	HOPE	<b>00:54:54</b>
<b>347</b> (1607)	14. M60	WÜST, Manfred	1955	LG Alsdorf-Ost	<b>00:54:56</b>
<b>348</b> (10)	54. M35	BRUNS, Daniel	1981		<b>00:54:57</b>
<b>349</b> (404)	33. M	SCHÜSSLER, Jonas	1989		<b>00:55:06</b>
<b>350</b> (68)	70. M45	KOSLOWSKI, Matthias	1971		<b>00:55:06</b>
<b>351</b> (245)	71. M45	KÖPPL, Ralf	1968		<b>00:55:11</b>
<b>352</b> (1696)	15. M60	HERKENRATH, Klaus	1956	PSV Bonn Triathlon	<b>00:55:11</b>
<b>353</b> (248)	38. M40	KOTTMANN, Thorsten	1974		<b>00:55:13</b>
<b>354</b> (113)	72. M45	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	<b>00:55:22</b>
<b>355</b> (1749)	59. M50	HILGERT, Udo	1965		<b>00:55:26</b>
<b>356</b> (53)	55. M35	JACOBS, Jan Tim	1979	FWVK	<b>00:55:39</b>
<b>357</b> (473)	60. M50	SCHAACK, Martin	1962		<b>00:55:47</b>
<b>358</b> (1155)	41. M30	AZNAREZ, Francisco	1983		<b>00:55:47</b>
<b>359</b> (1276)	42. M30	BILSING, Alexander	1986		<b>00:55:48</b>
<b>360</b> (108)	73. M45	SABEL, Frank	1967		<b>00:55:53</b>
<b>361</b> (67)	39. M40	KOSBOW, Michael	1973		<b>00:56:03</b>
<b>362</b> (410)	32. M55	WERTH, Tho	1961		<b>00:56:03</b>
<b>363</b> (349)	33. M55	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	<b>00:56:23</b>
<b>364</b> (400)	43. M30	SCHMIDT, Dirk	1985	Dalslands Sporting	<b>00:56:24</b>
<b>365</b> (571)	34. M	WERNER, Benjamin	1989	Dünsch	<b>00:56:29</b>
<b>366</b> (1217)	34. M55	EICHERT, Christian	1959	GoManGo	<b>00:56:35</b>
<b>367</b> (1174)	35. M55	KAPPE, Dietmar	1959	RSF Uganda Waragi	<b>00:56:45</b>
<b>368</b> (133)	16. M60	STÄNDER, Roland	1952	Lauftreff Fühlinger See	<b>00:56:47</b>
<b>369</b> (241)	40. M40	KIESE, Dirk	1972	DJK Marienstatt	<b>00:56:53</b>
<b>370</b> (1634)	2. M70	STEINKE, Gerhard	1942		<b>00:57:03</b>
<b>371</b> (533)	35. M	TEUBER, Jan	1992		<b>00:57:05</b>
<b>372</b> (63)	61. M50	KOCH, Frank	1966	Isi Fitness	<b>00:57:05</b>
<b>373</b> (20)	74. M45	ETGETON, Dirk	1968		<b>00:57:07</b>
<b>374</b> (548)	5. M U23	KÜHN, Mario	1995		<b>00:57:15</b>
<b>375</b> (27)	75. M45	GEPPERT, Dietmar	1967		<b>00:57:18</b>
<b>376</b> (253)	17. M60	KUJAS, Kurt	1952		<b>00:57:18</b>
<b>377</b> (342)	18. M60	WAGNER, Helmut	1956		<b>00:57:19</b>
<b>378</b> (81)	62. M50	LÜDDECKE, Andreas	1965		<b>00:57:22</b>
<b>379</b> (1222)	19. M60	GROHMANN, Ralf	1954	VTC Köln	<b>00:57:24</b>
<b>380</b> (6)	36. M55	BOXBERG, Peter	1959		<b>00:57:35</b>
<b>381</b> (1724)	20. M60	KIND, Friedhelm	1952		<b>00:57:39</b>
<b>382</b> (98)	41. M40	OMAR, Sabry	1976		<b>00:57:50</b>
<b>383</b> (1781)	76. M45	FALGE, Andreas	1968	LT Paffrath	<b>00:58:04</b>
<b>384</b> (1782)	77. M45	KUHN, Frank	1968	Hoh-Kultur e.V.	<b>00:58:04</b>
<b>385</b> (529)	21. M60	SCHALL, Manfred	1955		<b>00:58:23</b>
<b>386</b> (131)	1. M85	N.N., 131	1901	bitte bei Zeitnahme melden	<b>00:58:27</b>
<b>387</b> (445)	37. M55	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	<b>00:58:28</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>388</b> (1262)	42. M40	SCHÖNFELD, Marc	1972		<b>00:58:34</b>
<b>389</b> (1777)	44. M30	STRUBE, Benjamin	1982	BW-Feuerwehr	<b>00:58:36</b>
<b>390</b> (383)	45. M30	KRÖCKER, Benjamin	1982	ConStands Running Team	<b>00:58:51</b>
<b>391</b> (518)	63. M50	LEYENS, Andre	1962		<b>00:58:58</b>
<b>392</b> (568)	56. M35	VERING, Michael	1980		<b>00:59:03</b>
<b>393</b> (431)	57. M35	HEINZE, Tobias	1981		<b>00:59:04</b>
<b>394</b> (310)	64. M50	SCHMITT, Jürgen	1963		<b>00:59:10</b>
<b>395</b> (514)	65. M50	KNEPPER, Michael	1963	Marathon Mülheim	<b>00:59:13</b>
<b>396</b> (1621)	58. M35	KNIPP, Robert	1977		<b>00:59:16</b>
<b>397</b> (1660)	43. M40	LOHMAIER, Patrick	1975		<b>00:59:25</b>
<b>398</b> (1200)	66. M50	SPOTTKE, Frank	1965		<b>00:59:27</b>
<b>399</b> (1180)	67. M50	MEYER, Holger	1966		<b>00:59:31</b>
<b>400</b> (1661)	38. M55	THRON, Hans-Peter	1957	ESV Gremberghoven	<b>00:59:34</b>
<b>401</b> (160)	46. M30	BENEDIC, Francois	1983		<b>00:59:38</b>
<b>402</b> (350)	39. M55	WÜST, Gerhard	1958	Laufen u. Helfen	<b>00:59:39</b>
<b>403</b> (1397)	5. M65	FROBÖSE, Ingo	1947	BSV Delphi	<b>00:59:53</b>
<b>404</b> (459)	68. M50	DIETZE, Lutz	1963	LG Deutz	<b>00:59:54</b>
<b>405</b> (1771)	78. M45	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		<b>01:00:04</b>
<b>406</b> (268)	40. M55	MARKUS, Ferdinand	1959	BSG Airflow	<b>01:00:11</b>
<b>407</b> (429)	69. M50	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	<b>01:00:19</b>
<b>408</b> (275)	41. M55	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	<b>01:00:28</b>
<b>409</b> (194)	44. M40	ESPENDILLER, Frank	1973	Team Merheim	<b>01:00:41</b>
<b>410</b> (110)	79. M45	SCHALLENBERG, Jörg	1968	KTT 01	<b>01:00:53</b>
<b>411</b> (546)	70. M50	HOFFSIMMER, Hubert	1964	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>01:00:58</b>
<b>412</b> (558)	80. M45	PELZER, Wolfgang	1968		<b>01:01:14</b>
<b>413</b> (1313)	45. M40	WÖLM, Carsten	1975	ERGO sports Köln	<b>01:01:20</b>
<b>414</b> (203)	47. M30	FISCHER, Roman	1982		<b>01:01:22</b>
<b>415</b> (59)	81. M45	KOCH, Heinz	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	<b>01:01:44</b>
<b>416</b> (1199)	82. M45	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	<b>01:01:46</b>
<b>417</b> (1352)	42. M55	SCHULZ, Detlef	1959	SV Bergisch Gladbach	<b>01:01:57</b>
<b>418</b> (505)	43. M55	GROCHAU, Karl-Heinz	1958		<b>01:02:07</b>
<b>419</b> (509)	44. M55	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	<b>01:02:09</b>
<b>420</b> (135)	83. M45	STRERATH, Paul Rainer	1969	NNZ	<b>01:02:31</b>
<b>421</b> (1395)	2. M75	BRUMMER, Ulrich	1937		<b>01:02:57</b>
<b>422</b> (167)	84. M45	BLASS, Frank	1967		<b>01:03:02</b>
<b>423</b> (146)	45. M55	WESTERICH, Hermann	1958		<b>01:03:18</b>
<b>424</b> (285)	59. M35	OSTERODE, Maik	1979	Läufers?!	<b>01:03:42</b>
<b>425</b> (416)	36. M	WIENS, Mike	1990	1. FC Marlon	<b>01:04:15</b>
<b>426</b> (1744)	46. M55	FIALA, Andreas	1958	PSV Bonn Triathlon	<b>01:04:32</b>
<b>427</b> (1728)	37. M	BEDNORZ, Phillip	1989		<b>01:04:58</b>
<b>428</b> (427)	85. M45	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>01:05:18</b>
<b>429</b> (215)	6. M65	GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	<b>01:05:27</b>
<b>430</b> (132)	7. M65	STÄNDER, Gerhard	1950	Lauftreff Fühlinger See	<b>01:05:30</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>					
<b>431</b>	(16)	47. M55	EBBERS, Gerrit	1960	<b>01:05:43</b>
<b>432</b>	(43)	8. M65	HERBERGS, Josef	1948	<b>01:06:00</b>
<b>433</b>	(313)	48. M55	SCHROEDER-KOPP, Johann-Peter	1961 DJK-SV Mitteleschenbach	<b>01:06:11</b>
<b>434</b>	(1641)	3. MJ U20	KRASNIDI, Alban	1997 HOPE	<b>01:06:26</b>
<b>435</b>	(279)	46. M40	MÜNCH, Daniel	1972 Team Magenta	<b>01:06:47</b>
<b>436</b>	(211)	9. M65	GLEITSMANN, Thomas	1948 TS 79 Bergisch Gladbach	<b>01:06:48</b>
<b>437</b>	(49)	71. M50	HOFFMANN, Michael	1966	<b>01:07:28</b>
<b>438</b>	(40)	72. M50	HAHNER, Stefan	1964	<b>01:07:48</b>
<b>439</b>	(220)	60. M35	HELLWIG, Lars	1977	<b>01:07:52</b>
<b>440</b>	(1625)	38. M	HEINZ, Arthur	1988	<b>01:08:06</b>
<b>441</b>	(183)	22. M60	DENÜ, Uwe	1952 Run For Fun	<b>01:08:26</b>
<b>442</b>	(267)	73. M50	MALZAHN, Norbert	1964	<b>01:08:30</b>
<b>443</b>	(139)	48. M30	TWELLMAYER, Thomas	1984	<b>01:09:23</b>
<b>444</b>	(233)	49. M30	JANSEN, Maik	1984	<b>01:09:47</b>
<b>445</b>	(287)	86. M45	PADBERG, Dirk	1969	<b>01:12:55</b>
<b>446</b>	(261)	23. M60	LANGEN, Josef	1956 Brühler TV 1879	<b>01:13:58</b>
<b>447</b>	(232)	87. M45	JACK, Daniel	1971	<b>01:15:08</b>
<b>448</b>	(1645)	10. M65	FEIGE, Manfred	1947 Cologne Allblacks	<b>01:16:55</b>





## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNER</b>					
<b>1</b> (1305)	2. gesamt	TROMPETTER, Marius	1991	ASV Köln	<b>00:33:13</b>
<b>2</b> (1349)	3. gesamt	HERR, Florian	1988	SG Wenden	<b>00:34:22</b>
<b>3</b> (1676)	6. gesamt	KRAEMER, Marian	1990	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:35:29</b>
<b>4</b> (175)	7. gesamt	BREUER, Laurids	1993	FortRunners Köln	<b>00:35:32</b>
<b>5</b> (1393)	10. gesamt	FLADER, Moritz	1991	LG Gummersbach	<b>00:35:51</b>
<b>6</b> (1738)	19. gesamt	MOLL, Dino	1989		<b>00:37:28</b>
<b>7</b> (1159)	22. gesamt	CHAO MARTINEZ, Juan	1989	3&Run Coruña	<b>00:37:39</b>
<b>8</b> (87)	35. gesamt	MERTESACKER, Andreas	1990	RHEX-Team	<b>00:38:32</b>
<b>9</b> (209)	40. gesamt	GEIMER, Christian	1992	Die MANNschaft e.V.	<b>00:38:46</b>
<b>10</b> (1188)	48. gesamt	PRIEBE, Lukas	1992	LG Gummersbach	<b>00:39:51</b>
<b>11</b> (1649)	67. gesamt	MEISEN, Max	1990	LC Euskirchen	<b>00:40:43</b>
<b>12</b> (1164)	93. gesamt	GAYOL REGUERA, Jose	1989		<b>00:41:56</b>
<b>13</b> (424)	135. gesamt	BERTELS, Christoph	1988	25MINUTES Köln	<b>00:44:16</b>
<b>14</b> (510)	154. gesamt	HILLERINGMANN, Mark	1988	PV-Triathlon Witten	<b>00:44:44</b>
<b>15</b> (24)	167. gesamt	FLOCK, Andreas	1987	Team Mokka	<b>00:45:15</b>
<b>16</b> (409)	183. gesamt	THEUERZEIT, Fabian	1987	DSHS Köln	<b>00:45:49</b>
<b>17</b> (1769)	204. gesamt	BRANDT, Marcel	1988	Moerser TV	<b>00:46:27</b>
<b>18</b> (1672)	214. gesamt	SCHWANE, Adnen	1987	Aachen hat Ausdauer	<b>00:46:45</b>
<b>19</b> (303)	230. gesamt	SAMARDZIC, Dino	1991		<b>00:47:21</b>
<b>20</b> (1193)	242. gesamt	REUL, Godehard	1992		<b>00:47:32</b>
<b>21</b> (32)	257. gesamt	GOTZHEIN, Marco	1988	bike-components	<b>00:47:49</b>
<b>22</b> (332)	301. gesamt	SUNKEL, Manuel	1987		<b>00:49:30</b>
<b>23</b> (453)	302. gesamt	SECKLER, Michael	1988		<b>00:49:30</b>
<b>24</b> (379)	316. gesamt	KALUZINSKI, Melchior	1992		<b>00:50:03</b>
<b>25</b> (1766)	335. gesamt	EICHHOLZ, Tobias	1988		<b>00:50:41</b>
<b>26</b> (1673)	380. gesamt	GERMEROTT, Maximilian	1992	FC Lindau	<b>00:52:17</b>
<b>27</b> (290)	396. gesamt	PFANNENSCHMIDT, Nils	1993	LC Weilerswist	<b>00:52:45</b>
<b>28</b> (270)	421. gesamt	MEIER, Roman	1990		<b>00:53:46</b>
<b>29</b> (566)	427. gesamt	SONNTAG, Frank	1991	ERGO sports Köln	<b>00:54:05</b>
<b>30</b> (1685)	430. gesamt	NIESSEN, Christian	1989	TuS Schmidt	<b>00:54:12</b>
<b>31</b> (430)	439. gesamt	GROCHAU, Christian Alexander	1990		<b>00:54:34</b>
<b>32</b> (1644)	446. gesamt	MEßNER, Benjamin	1988	HOPE	<b>00:54:54</b>
<b>33</b> (404)	451. gesamt	SCHÜSSLER, Jonas	1989		<b>00:55:06</b>
<b>34</b> (571)	477. gesamt	WERNER, Benjamin	1989	Dünsch	<b>00:56:29</b>
<b>35</b> (533)	489. gesamt	TEUBER, Jan	1992		<b>00:57:05</b>
<b>36</b> (416)	597. gesamt	WIENS, Mike	1990	1. FC Marlon	<b>01:04:15</b>
<b>37</b> (1728)	603. gesamt	BEDNORZ, Phillip	1989		<b>01:04:58</b>
<b>38</b> (1625)	625. gesamt	HEINZ, Arthur	1988		<b>01:08:06</b>
<b>JUNIOREN U23</b>					
<b>1</b> (1098)	14. gesamt	BIELER, Maximilian	1996	ASV Köln	<b>00:36:46</b>
<b>2</b> (5)	44. gesamt	BETZLER, Jonas	1994		<b>00:39:25</b>
<b>3</b> (1190)	203. gesamt	REHFELD, Kai	1995		<b>00:46:26</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>JUNIOREN U23</b>					
4	(357) 376. gesamt	BURDA, Thorben	1994		00:52:05
5	(548) 494. gesamt	KÜHN, Mario	1995		00:57:15
<b>SENIOREN M30</b>					
1	(346) 1. gesamt	WILBERFORCE, Gary	1986	SSF Bonn Triathlon	00:33:11
2	(1723) 11. gesamt	PÜSCHEL, Kai	1982	ASV Köln	00:36:21
3	(1764) 13. gesamt	NETT, Markus	1984	PSV Bonn Triathlon	00:36:42
4	(1670) 23. gesamt	STEVENS, André	1985	Mönchengladbacher LG	00:37:40
5	(1183) 24. gesamt	MÜLLER SCIACCA, Marco	1983	Team Abus Nutrixion	00:37:48
6	(1655) 32. gesamt	PIERZ, Andreas	1985	TuS Kreuzweingarten-Rheder	00:38:25
7	(1292) 36. gesamt	LENGERSDORF, Holger	1982	LG Ameln/Linnich	00:38:34
8	(1759) 38. gesamt	BARTHOLOMÉ, Jakob	1985		00:38:41
9	(247) 47. gesamt	KOTTHAUS, Marius	1984	Realschule Patternhof	00:39:42
10	(1775) 49. gesamt	FUTSCHIK, Daniel	1982	LC Weilerswist	00:40:02
11	(1631) 50. gesamt	LINKE, Phillip	1985	ERGO sports Köln	00:40:03
12	(239) 63. gesamt	KEUSER, Thorsten	1982	S.O.A Runner	00:40:36
13	(413) 72. gesamt	WENZEL, Oliver	1984	TV Frisch Auf Lennep	00:40:54
14	(1229) 77. gesamt	HOPPE, Sebastian	1983	SV Blau-Weiss Bochum	00:41:06
15	(1774) 86. gesamt	WILD, Dominik	1984		00:41:32
16	(1175) 92. gesamt	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	00:41:50
17	(155) 105. gesamt	ALTMANN, Markus	1982	Run Squad CGN	00:42:31
18	(463) 127. gesamt	FREUDENHAMMER, Andreas	1984		00:43:55
19	(1735) 129. gesamt	SCHRAMMER, Florian	1985		00:44:05
20	(1674) 130. gesamt	STROH, Sizzo	1984	SSF Bonn Triathlon	00:44:06
21	(1207) 131. gesamt	VIRNICH, Martin	1984		00:44:07
22	(1675) 137. gesamt	HEBENSTREIT, Heiko	1984	Aachen hat Ausdauer	00:44:20
23	(11) 149. gesamt	BUSCHKAMP, Marc	1986	MACH3 Köln e.V.	00:44:33
24	(1709) 157. gesamt	WIMMER, Bastian	1984	Neptunbad Köln	00:44:50
25	(58) 181. gesamt	KLINGENBERG, Florian	1983	Lauftreff Lindlar	00:45:47
26	(1714) 209. gesamt	RIEHMER, Johannes	1983		00:46:34
27	(283) 222. gesamt	NOWICKI, Patryk	1985	Kreissparkasse Köln	00:47:08
28	(515) 290. gesamt	KÖPPE, Stefan	1985	1. FC Köln	00:49:00
29	(457) 291. gesamt	ZUBER, Alexander	1986	Clüb Emmessen	00:49:01
30	(355) 306. gesamt	BODEWIG, Jörg	1983		00:49:40
31	(1163) 320. gesamt	FELDGEN, Thomas	1985	VIVAWEST-Marathon	00:50:08
32	(191) 333. gesamt	DUFRAINE, Jean-Dominique	1983	Vermögensberatung Dufraine	00:50:39
33	(205) 640. gesamt	FLACHOWSKY, Andreas	1983		00:50:53
34	(434) 346. gesamt	KNAUT,, Andreas	1986	Clüb Emmessen	00:51:05
35	(542) 360. gesamt	GROBER, Christian	1984		00:51:27
36	(1202) 362. gesamt	THEUERZEIT, Michael	1982		00:51:35
37	(54) 391. gesamt	KARLA, Ulrich	1982		00:52:38
38	(336) 395. gesamt	THIELE, Jonas	1984		00:52:44
39	(1773) 436. gesamt	KÜPPEN, Tim	1985		00:54:22



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M30</b>					
40 (569)	438. gesamt	VIRNICH, Dennis	1983	DJK Blumenthal	00:54:32
41 (1155)	463. gesamt	AZNAREZ, Francisco	1983		00:55:47
42 (1276)	464. gesamt	BILSING, Alexander	1986		00:55:48
43 (400)	476. gesamt	SCHMIDT, Dirk	1985	Dalslands Sporting	00:56:24
44 (1777)	521. gesamt	STRUBE, Benjamin	1982	BW-Feuerwehr	00:58:36
45 (383)	526. gesamt	KRÖCKER, Benjamin	1982	ConStands Running Team	00:58:51
46 (160)	546. gesamt	BENEDIC, Francois	1983		00:59:38
47 (203)	570. gesamt	FISCHER, Roman	1982		01:01:22
48 (139)	630. gesamt	TWELLMAYER, Thomas	1984		01:09:23
49 (233)	631. gesamt	JANSEN, Maik	1984		01:09:47
<b>SENIOREN M35</b>					
1 (1761)	12. gesamt	KREUER, Manuel	1980	Laufmonster	00:36:30
2 (1681)	27. gesamt	WEIER, Peter	1981	PSV Bonn Triathlon	00:38:02
3 (1389)	29. gesamt	BLAESER, Veit	1980	KTT 01	00:38:09
4 (1690)	31. gesamt	ZENTAUR, Markus	1980	TV Refrath	00:38:23
5 (451)	53. gesamt	SCHWANKE, Marco	1980		00:40:15
6 (1785)	55. gesamt	MERKEL, Eiken	1980	Mach3 Köln	00:40:16
7 (1726)	64. gesamt	NOACK, Marcus	1979	Seidenraupen Krefeld	00:40:37
8 (1261)	71. gesamt	SCHNEIDER, Marco	1978	Sportshop-Triathlon Team	00:40:49
9 (1783)	74. gesamt	WIND, Sebastian	1977	LSG Wind Immobilien	00:41:02
10 (1704)	75. gesamt	QUECK, Joachim	1981		00:41:03
11 (1736)	87. gesamt	LAST, Christoph	1977	TSG Velbert	00:41:32
12 (1671)	88. gesamt	SCHNEIDER, Markus	1978	MACH3 Köln e.V.	00:41:33
13 (507)	100. gesamt	HELLEBUSCH, Timo	1980	25MINUTES Köln	00:42:16
14 (28)	118. gesamt	GERSTNER, Jean-Marc	1978		00:43:11
15 (164)	120. gesamt	BIELEFELDT, Heinz	1980	LT Grafschaft	00:43:23
16 (147)	128. gesamt	WITT, ANDreas	1977	RTC Frechen 80	00:43:57
17 (266)	132. gesamt	LÜBBERT, Mark	1979		00:44:08
18 (471)	136. gesamt	PULLMANN, Kim	1980	Sportshop-Triathlon Team	00:44:18
19 (1757)	138. gesamt	SIEGMUND, Sven	1977	TUS 92 Opladen	00:44:21
20 (29)	143. gesamt	GEURTS, Koen	1981		00:44:27
21 (1300)	144. gesamt	REINTZSCH, Ingo	1977	Alfterer SC	00:44:28
22 (465)	159. gesamt	HÄUSLER, Sascha	1980		00:44:53
23 (289)	162. gesamt	PESCHEL, Sascha	1979		00:44:59
24 (378)	164. gesamt	JOCHHEIM, Sebastian	1981		00:45:03
25 (224)	171. gesamt	HIRSCHFELD, Sascha	1980	LG Heckelsiefen	00:45:22
26 (45)	173. gesamt	HEßLING, Lars	1977		00:45:25
27 (15)	177. gesamt	DÜCKERS, Thomas	1977	RC Mistral Köln	00:45:41
28 (472)	195. gesamt	RIEDEL, Oliver	1979	TSV Dieringhausen	00:46:14
29 (237)	200. gesamt	KERKHOFF, Philipp	1980	Southside Cologne	00:46:20
30 (200)	208. gesamt	FINDEISEN, Michael	1980		00:46:33
31 (280)	217. gesamt	NIEHAUS, Marco	1980	FWVK	00:46:54



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M35</b>					
<b>32</b> (306)	218. gesamt	SCHEURER, Thorsten	1980		<b>00:46:54</b>
<b>33</b> (329)	241. gesamt	STEINBERG, Daniel	1979		<b>00:47:31</b>
<b>34</b> (1731)	246. gesamt	GRÜMMER, Simon	1979	MACH3 Köln e.V.	<b>00:47:39</b>
<b>35</b> (508)	247. gesamt	HELLMANN, Andreas	1978		<b>00:47:39</b>
<b>36</b> (565)	252. gesamt	SCHNEIDER, Stefan	1979	LG Gummersbach	<b>00:47:46</b>
<b>37</b> (219)	261. gesamt	HEISTER, Björn	1980		<b>00:47:53</b>
<b>38</b> (394)	264. gesamt	RIHA, Robert	1981		<b>00:48:01</b>
<b>39</b> (151)	278. gesamt	WÖLM, Lars	1979	TV Rodenkirchen	<b>00:48:30</b>
<b>40</b> (1629)	299. gesamt	SCHNABEL, Christoph	1981		<b>00:49:26</b>
<b>41</b> (438)	304. gesamt	MATIEBE, Sven	1978		<b>00:49:36</b>
<b>42</b> (541)	305. gesamt	GEBERS, Marko	1977		<b>00:49:37</b>
<b>43</b> (1711)	308. gesamt	BARTMANN, Kosta	1977		<b>00:49:41</b>
<b>44</b> (1652)	309. gesamt	SEELA, Sebastian	1979	DJK Marienstatt	<b>00:49:44</b>
<b>45</b> (573)	314. gesamt	WINKELMANN, Christian	1978	SG Deutsche Bank Köln e.V.	<b>00:49:59</b>
<b>46</b> (1765)	330. gesamt	FÖLL, Nils	1981	BMZ	<b>00:50:31</b>
<b>47</b> (198)	343. gesamt	FERNÁNDEZ GONZÁLEZ, Manuel	1979	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:51:02</b>
<b>48</b> (574)	350. gesamt	WIRSIK, Marko	1980	flitzi flitzi Kreuzkapelle	<b>00:51:09</b>
<b>49</b> (36)	352. gesamt	GRIMM, Torsten	1980		<b>00:51:11</b>
<b>50</b> (373)	398. gesamt	HILLEN, Tobias	1981	Tri Team FS Düsseldorf	<b>00:52:46</b>
<b>51</b> (314)	400. gesamt	SCHULZ, Joachim	1977	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>00:52:49</b>
<b>52</b> (1756)	410. gesamt	VON RIEWEL, Hendrik	1978		<b>00:53:15</b>
<b>53</b> (76)	424. gesamt	LASARZ, David	1981		<b>00:53:56</b>
<b>54</b> (10)	448. gesamt	BRUNS, Daniel	1981		<b>00:54:57</b>
<b>55</b> (53)	460. gesamt	JACOBS, Jan Tim	1979	FWVK	<b>00:55:39</b>
<b>56</b> (568)	530. gesamt	VERING, Michael	1980		<b>00:59:03</b>
<b>57</b> (431)	531. gesamt	HEINZE, Tobias	1981		<b>00:59:04</b>
<b>58</b> (1621)	536. gesamt	KNIPP, Robert	1977		<b>00:59:16</b>
<b>59</b> (285)	594. gesamt	OSTERODE, Maik	1979	Läufts?!	<b>01:03:42</b>
<b>60</b> (220)	624. gesamt	HELLWIG, Lars	1977		<b>01:07:52</b>
<b>SENIOREN M40</b>					
<b>1</b> (1712)	5. gesamt	BREUNUNG, Dirk	1976	LAZ Puma Rhein-Sieg	<b>00:35:01</b>
<b>2</b> (426)	21. gesamt	BRINKMANN, Thorsten	1972	Ski-Club Beckum	<b>00:37:38</b>
<b>3</b> (1688)	26. gesamt	GÜNDÜZ, Deniz	1974	25 MINUTES	<b>00:37:56</b>
<b>4</b> (1394)	33. gesamt	MÜHLENSTÄDT, Gunnar	1973	Mach3 Köln	<b>00:38:26</b>
<b>5</b> (97)	56. gesamt	OBERNDÖRFER, Martin	1972	LLG St. Augustin	<b>00:40:20</b>
<b>6</b> (134)	59. gesamt	STEBER, Roland	1972	LV Oelde	<b>00:40:28</b>
<b>7</b> (255)	68. gesamt	KULLE, Marcus	1972	SV AXA	<b>00:40:44</b>
<b>8</b> (1220)	81. gesamt	FRANZ, Einiko	1975	Lauftreff 1. FC Spich	<b>00:41:17</b>
<b>9</b> (213)	83. gesamt	GNIFFKE, Michael	1972	SC Westfalia 04 Herne Triathlon	<b>00:41:23</b>
<b>10</b> (1734)	90. gesamt	MICHAELI, Pascal	1974	LC Weilerswist	<b>00:41:39</b>
<b>11</b> (31)	97. gesamt	GÖTZENICH, Alexander	1973		<b>00:42:06</b>
<b>12</b> (1729)	98. gesamt	SCHNEIDER, Ben	1974		<b>00:42:14</b>



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M40</b>					
13 (898)	107. gesamt	HEYER, Sascha	1976	KTT 01	00:42:34
14 (161)	115. gesamt	BERGRATH, Markus	1976	Moritzebillys T.O.	00:43:01
15 (1369)	140. gesamt	STEFFENS, Wolfgang	1972	SV Bergwacht Dohren	00:44:26
16 (318)	145. gesamt	SCHUZ, Markus	1975	SG Selters	00:44:28
17 (1727)	152. gesamt	GESTHUIZEN, Alexander	1973	Polizei Köln	00:44:36
18 (19)	160. gesamt	ENGELS, Andreas	1976		00:44:58
19 (1779)	186. gesamt	KUTHE, Thorsten	1972		00:45:57
20 (517)	191. gesamt	KRAWCZYK, Sascha	1974	Lauf(b)engel	00:46:09
21 (423)	213. gesamt	ANDERS, Lars	1976		00:46:39
22 (104)	221. gesamt	RIEGEL, Thomas	1973		00:47:07
23 (1732)	244. gesamt	CARL, Thomas	1973		00:47:36
24 (1691)	260. gesamt	SCHREINER, Jan	1975	1. FC Plautze 04	00:47:53
25 (292)	315. gesamt	PLAZINSKI, Gerhard	1975		00:50:02
26 (9)	321. gesamt	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	00:50:09
27 (1713)	332. gesamt	KAISER, Daniel	1972	LT Decksteiner Weiher	00:50:34
28 (497)	341. gesamt	BÖRSTE, Andreas	1972		00:50:57
29 (1266)	364. gesamt	SOMM, CARSTEN	1975		00:51:40
30 (370)	365. gesamt	HECK, Mike	1973	KTT 01	00:51:42
31 (1683)	370. gesamt	KALTENBACH, Lars	1975		00:51:57
32 (66)	381. gesamt	KORNHOFF, Christian	1973		00:52:18
33 (1737)	384. gesamt	LECHELT, Stefan	1975	RUN	00:52:24
34 (249)	402. gesamt	KOZIK, Eren	1976	SEOPT Road Runners	00:52:53
35 (35)	407. gesamt	GRIESEMANN, Georg	1974		00:53:08
36 (181)	412. gesamt	DAHM, Martin	1973		00:53:18
37 (1249)	444. gesamt	METZMACHER, Marc	1974		00:54:48
38 (248)	455. gesamt	KOTTMANN, Thorsten	1974		00:55:13
39 (67)	470. gesamt	KOSBOW, Michael	1973		00:56:03
40 (241)	484. gesamt	KIESE, Dirk	1972	DJK Marienstatt	00:56:53
41 (98)	507. gesamt	OMAR, Sabry	1976		00:57:50
42 (1262)	520. gesamt	SCHÖNFELD, Marc	1972		00:58:34
43 (1660)	538. gesamt	LOHMAIER, Patrick	1975		00:59:25
44 (194)	559. gesamt	ESPENDILLER, Frank	1973	Team Merheim	01:00:41
45 (1313)	569. gesamt	WÖLM, Carsten	1975	ERGO sports Köln	01:01:20
46 (279)	616. gesamt	MÜNCH, Daniel	1972	Team Magenta	01:06:47

## SENIOREN M45

1 (564)	8. gesamt	SCHNEIDER, Norbert	1968	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:35:34
2 (1614)	9. gesamt	SCHRÖDER, Frank	1968	Rhein-Berg Runners	00:35:38
3 (1656)	16. gesamt	NIEMANN, Christoph	1968	LG Gummersbach	00:37:09
4 (1741)	18. gesamt	SIERERS, Holger	1968	Cycling Academy	00:37:24
5 (444)	20. gesamt	NEUMANN, Frank	1967		00:37:30
6 (506)	25. gesamt	HEIL, Dietmar	1968	1. FC Quadrath-Ichendorf	00:37:49
7 (1686)	28. gesamt	ARENZ, Jens	1969	Team C	00:38:06



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M45</b>					
8 (501)	30. gesamt	CONDON, Liam	1968	TV Refrath	00:38:20
9 (511)	39. gesamt	HOLTHAUSEN, Manfred	1968	SSF Bonn Triathlon	00:38:45
10 (522)	45. gesamt	MARCHLEWSKI, Nico	1969	LT Siebengebirge	00:39:35
11 (278)	46. gesamt	MÜLLER, Josef	1968	LT Grafschaft	00:39:41
12 (527)	52. gesamt	RÖSLER, Denis	1970	25MINUTES Köln	00:40:12
13 (1780)	57. gesamt	SCHÖN, Ralf	1968	TG Neuss	00:40:26
14 (1722)	58. gesamt	SPIESS, Stefan	1969		00:40:27
15 (386)	60. gesamt	KUHSTOß, Christian	1971	Flesche Roadrunners	00:40:28
16 (7)	66. gesamt	BRANG, Michael	1971	LT Grafschaft	00:40:40
17 (1234)	76. gesamt	KELOUDIS, Georgios	1969	LG Gummersbach	00:41:05
18 (441)	82. gesamt	MÜNZER, Christof	1969	LT Dünnwalder TV	00:41:20
19 (469)	91. gesamt	MICHALKA, Ralph	1969	Running Team Grafenberg	00:41:49
20 (467)	99. gesamt	KUDINOV, Alexander	1968	LG Hückeswagen	00:42:14
21 (446)	102. gesamt	PLOEGER, Peter	1971	Pulheimer SC	00:42:25
22 (1687)	109. gesamt	HARTMANN, Frederik	1968	TV Refrath	00:42:38
23 (1231)	112. gesamt	JAKOB, Michael	1968	Team Radon	00:42:51
24 (8)	113. gesamt	BRAUNER, Dirk	1969	TUSEM ESSEN	00:43:00
25 (1719)	114. gesamt	DIEFENBACH, Thomas	1967	TPSK	00:43:01
26 (553)	117. gesamt	NIEKRAWIETZ, Peter	1968		00:43:10
27 (102)	122. gesamt	RAUTENBERG, Stefan	1967	Rauti	00:43:29
28 (452)	133. gesamt	SCHWENDT, Horst	1968	LC Weilerswist Team Leckstein	00:44:13
29 (1623)	146. gesamt	NETTERSHEIM, Wolfgang	1967	LC Euskirchen	00:44:30
30 (538)	151. gesamt	DUBIEL, Jaroslaw	1971	Int. Athletic Club Düren/Eifel/Rur	00:44:35
31 (532)	158. gesamt	STING, Michael	1968	VfL Wehbach	00:44:52
32 (39)	161. gesamt	GUTH, Karl	1969	LifeParkMax e.V. Ingolstadt	00:44:59
33 (190)	176. gesamt	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	00:45:41
34 (1700)	179. gesamt	BOTTI, Jörg	1970		00:45:45
35 (1622)	188. gesamt	CELEBIJA, Drazen	1968	Barbariga	00:46:00
36 (37)	197. gesamt	GRÖNER, Ole	1968		00:46:16
37 (460)	198. gesamt	DINTER, Martin	1967		00:46:17
38 (1778)	211. gesamt	NIES, Ulrich	1967		00:46:37
39 (1739)	216. gesamt	SCHMIDT, Akexander	1970	DJK Gummersbach	00:46:46
40 (375)	224. gesamt	HUSS, Klaus	1967	TuS Köln rrh.	00:47:11
41 (503)	227. gesamt	DRESBACH, Dirk	1968	LC Weilerswist	00:47:13
42 (534)	229. gesamt	WALTER, uwe	1969		00:47:17
43 (412)	236. gesamt	VOGEL, Jörg	1969		00:47:29
44 (1701)	240. gesamt	LAUBSCH, Michel	1967	Tricologen	00:47:30
45 (1667)	245. gesamt	BOHR, Oliver	1968	SSF Bonn	00:47:38
46 (298)	248. gesamt	RODELDT, Ralf	1967	7g runergy	00:47:40
47 (1763)	250. gesamt	BECHERT, Frank	1970		00:47:42
48 (1697)	251. gesamt	WOLTER, Heinz-Dieter	1967		00:47:45
49 (78)	268. gesamt	LATZ, Arno	1967	Lauffreunde Vlatten-Köln	00:48:12
50 (207)	270. gesamt	FLOßBACH, Heinz	1967		00:48:13



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT	
<b>SENIOREN M45</b>						
<b>51</b>	(234)	277. gesamt	JEROMIN-SCHULZ, Marcel	1970	BSG Rheinenergie	<b>00:48:29</b>
<b>52</b>	(381)	293. gesamt	KEMPER, Jürgen	1970	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>00:49:02</b>
<b>53</b>	(530)	303. gesamt	SCHWIENHEER, Stephan	1967	Laufteam Sonderbusch	<b>00:49:34</b>
<b>54</b>	(1746)	319. gesamt	HUPPERTZ, Christian	1968		<b>00:50:07</b>
<b>55</b>	(265)	324. gesamt	LORENZO LÓPEZ, José Manuel	1971	LT Decksteiner Weiher	<b>00:50:20</b>
<b>56</b>	(176)	331. gesamt	BROICH, Ralph	1970	Ford FCSD	<b>00:50:33</b>
<b>57</b>	(462)	345. gesamt	ELS, Jürgen	1969	Bsg Rheinenergie	<b>00:51:05</b>
<b>58</b>	(299)	355. gesamt	ROMES, Christoph	1969		<b>00:51:15</b>
<b>59</b>	(50)	357. gesamt	HOFFMANN, Dirk	1969		<b>00:51:25</b>
<b>60</b>	(477)	367. gesamt	TSCHÖKE, Thomas	1969	GALERIA Kaufhof	<b>00:51:50</b>
<b>61</b>	(474)	368. gesamt	SCHULZ, Torsten	1968	1. FC Spich	<b>00:51:50</b>
<b>62</b>	(17)	369. gesamt	EBERTH, Siegfried	1967		<b>00:51:54</b>
<b>63</b>	(141)	372. gesamt	UNSHELM, Peter	1967	DAV Sektion Gummersbach	<b>00:51:59</b>
<b>64</b>	(547)	387. gesamt	KITZING, Nils	1969	TEAM M LINE	<b>00:52:29</b>
<b>65</b>	(158)	409. gesamt	BEHNECKE, Marcus	1969	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:53:14</b>
<b>66</b>	(1740)	417. gesamt	MORICK, Andreas	1967	know Jesus, know Life!	<b>00:53:40</b>
<b>67</b>	(1632)	434. gesamt	SCHLOEMER, Randolf	1971		<b>00:54:18</b>
<b>68</b>	(2)	441. gesamt	BACKS, Olivier	1967	SG Stern	<b>00:54:39</b>
<b>69</b>	(1770)	442. gesamt	SCHWAB, Stefan	1970		<b>00:54:43</b>
<b>70</b>	(68)	452. gesamt	KOSLOWSKI, Matthias	1971		<b>00:55:06</b>
<b>71</b>	(245)	453. gesamt	KÖPPL, Ralf	1968		<b>00:55:11</b>
<b>72</b>	(113)	456. gesamt	SCHMIDT, Ralf	1967	Okinawa Running Fighters	<b>00:55:22</b>
<b>73</b>	(108)	467. gesamt	SABEL, Frank	1967		<b>00:55:53</b>
<b>74</b>	(20)	492. gesamt	ETGETON, Dirk	1968		<b>00:57:07</b>
<b>75</b>	(27)	495. gesamt	GEPPERT, Dietmar	1967		<b>00:57:18</b>
<b>76</b>	(1781)	511. gesamt	FALGE, Andreas	1968	LT Paffrath	<b>00:58:04</b>
<b>77</b>	(1782)	512. gesamt	KUHN, Frank	1968	Hoh-Kultur e.V.	<b>00:58:04</b>
<b>78</b>	(1771)	552. gesamt	GUZZO-FOLIARO, Franco	1967		<b>01:00:04</b>
<b>79</b>	(110)	561. gesamt	SCHALLENBERG, Jörg	1968	KTT 01	<b>01:00:53</b>
<b>80</b>	(558)	567. gesamt	PELZER, Wolfgang	1968		<b>01:01:14</b>
<b>81</b>	(59)	573. gesamt	KOCH, Heinz	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	<b>01:01:44</b>
<b>82</b>	(1199)	575. gesamt	SPECK, Holger	1968	klotzkoepfe.de	<b>01:01:46</b>
<b>83</b>	(135)	584. gesamt	STRERATH, Paul Rainer	1969	NNZ	<b>01:02:31</b>
<b>84</b>	(167)	587. gesamt	BLASS, Frank	1967		<b>01:03:02</b>
<b>85</b>	(427)	605. gesamt	BROCKHOFF, Stefan	1969	Team Erdinger Alkoholfrei	<b>01:05:18</b>
<b>86</b>	(287)	635. gesamt	PADBERG, Dirk	1969		<b>01:12:55</b>
<b>87</b>	(232)	637. gesamt	JACK, Daniel	1971		<b>01:15:08</b>
<b>SENIOREN M50</b>						
<b>1</b>	(46)	15. gesamt	HEUSCHEN, Dirk	1964	Rhein-Berg Runners	<b>00:36:53</b>
<b>2</b>	(1647)	17. gesamt	NEUHAUS, Heribert	1966		<b>00:37:14</b>
<b>3</b>	(1786)	41. gesamt	KAISER, Markus	1965	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:38:49</b>
<b>4</b>	(1716)	42. gesamt	ALOTTO, Giuseppe	1966	3XERCISE	<b>00:39:00</b>



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M50</b>					
5 (229)	43. gesamt	HOUSCHT, Martin Peter	1965	Finisher Club	00:39:07
6 (439)	51. gesamt	MAUTER, Jörg	1965	Wiehltaler LC	00:40:06
7 (197)	54. gesamt	FABIAN, Steffen	1965	MACH3 Köln e.V.	00:40:15
8 (179)	62. gesamt	CHRISTEN, Peter	1964	Feuerwehr Köln	00:40:33
9 (496)	65. gesamt	BLÖCKER, Thomas	1962	Meckenheim	00:40:39
10 (1616)	70. gesamt	HEITKAMP, Michael	1964	SV AXA	00:40:48
11 (1203)	85. gesamt	TORBATI, Parvis	1966	LG Laacher See	00:41:29
12 (21)	89. gesamt	FASEL, Norbert	1965	LSF Münster	00:41:37
13 (1272)	94. gesamt	TIEPOLT, Jens	1965	SV AXA	00:41:58
14 (297)	95. gesamt	RIEDEL, Roland	1963	LG Westerwald	00:42:00
15 (1633)	106. gesamt	SCHLOEMER, Stefan	1966	KTT 01	00:42:33
16 (374)	111. gesamt	HINTZSCHE, Dr. Ekki	1963	Ostseebad Kühlungsborn	00:42:51
17 (455)	119. gesamt	THEIS, Frank	1964	Blue-White Dynamite	00:43:20
18 (437)	121. gesamt	MANTHEL, Christian	1962	ERGO sports Köln	00:43:26
19 (348)	124. gesamt	WOTZLAW, Mathias	1963	ASV Köln Triathlon	00:43:34
20 (1762)	125. gesamt	KRÜGER, Thomas	1963		00:43:37
21 (1218)	141. gesamt	EISERMANN, Stephan	1966	Team Erdinger Alkoholfrei	00:44:26
22 (1665)	147. gesamt	GEIMER, Günter	1962	TuS Hachenburg	00:44:31
23 (101)	155. gesamt	PFOLK, Dieter	1963	Laufzentrum Martinstraße	00:44:45
24 (156)	170. gesamt	ARENS, Norbert	1963	Merlin-Runners	00:45:21
25 (1747)	174. gesamt	ESCHBACH, Ralf	1963		00:45:26
26 (1707)	178. gesamt	MORILLAS, Antonio	1966		00:45:42
27 (1309)	182. gesamt	GROß, Michael	1966	SV Bergisch Gladbach	00:45:49
28 (1170)	185. gesamt	KAISER, Stefan	1963	TSV Bayer 04 Leverkusen	00:45:56
29 (1216)	190. gesamt	CREMER, Jürgen	1962		00:46:07
31 (380)	206. gesamt	KAPPUS, Reiner	1962	VfL Nochern e.V.	00:46:28
32 (1610)	207. gesamt	LÜCKERATH, Volker	1964	Hobbysport Robben	00:46:33
33 (464)	223. gesamt	GLOMB, Bodo	1963		00:47:10
34 (137)	231. gesamt	THIEMERMANN, Norbert	1963	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:23
35 (524)	258. gesamt	MÜLLER, Ralf	1965	LSV Porz / Köln	00:47:50
36 (44)	271. gesamt	HEß, Richard	1962	LC Weilerswist	00:48:14
37 (112)	281. gesamt	SCHMIDT, Michael	1964		00:48:32
38 (1680)	282. gesamt	KÄHLER, Frank	1963		00:48:39
39 (549)	287. gesamt	LEY, Thomas	1965	Lt Rösratherstraße	00:48:54
40 (1698)	288. gesamt	FRANKEN, Michael	1963		00:48:58
41 (550)	289. gesamt	MAY, Achim	1964	TV Witzhelden	00:48:59
42 (252)	307. gesamt	KÜHNE, Kai	1966	Galeria Kaufhof Sportverein	00:49:41
43 (116)	317. gesamt	SCHNABEL, Thomas	1962		00:50:04
44 (1767)	322. gesamt	ACKERMANN, Sebastian	1966		00:50:12
45 (277)	342. gesamt	MUELLER, Stefan	1965	Troisdorfer LG / Basketball	00:50:58
46 (34)	348. gesamt	GRAF, Wolfgang	1966		00:51:06
47 (1717)	371. gesamt	WOLBER, Kalle	1963	Lucas Runners	00:51:58
48 (1750)	373. gesamt	HASERICH, Dirk	1964		00:52:00





## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M50</b>					
49 (271)	375. gesamt	MEISTER, Uwe	1966	DAV Sektion Gummersbach	00:52:02
50 (1703)	382. gesamt	LÖHNDORF, Thomas	1963	PSV Bonn Triathlon	00:52:19
51 (1678)	383. gesamt	KLANCIC, Stefan	1964	Linkenbach	00:52:24
52 (193)	385. gesamt	ERDMANN, Frank	1962		00:52:26
53 (291)	397. gesamt	PFANNENSCHMIDT, Timo	1966	LC Weilerswist	00:52:45
54 (1755)	399. gesamt	NEBIOGLU, Sükrü	1964	Colonia Team	00:52:49
55 (186)	413. gesamt	DJAMALPOUR, Darius	1964	Team Erdinger Alkoholfrei	00:53:22
56 (1169)	419. gesamt	JOBST, ANDREAS	1963	NAO PT	00:53:43
57 (417)	440. gesamt	WOLLENWEBER, Uwe	1962	LSV Porz / Köln	00:54:39
58 (1753)	443. gesamt	RIEGER, Herbert	1966		00:54:47
59 (1749)	457. gesamt	HILGERT, Udo	1965		00:55:26
60 (473)	462. gesamt	SCHAACK, Martin	1962		00:55:47
61 (63)	490. gesamt	KOCH, Frank	1966	Isi Fitness	00:57:05
62 (81)	498. gesamt	LÜDDECKE, Andreas	1965		00:57:22
63 (518)	529. gesamt	LEYENS, Andre	1962		00:58:58
64 (310)	532. gesamt	SCHMITT, Jürgen	1963		00:59:10
65 (514)	533. gesamt	KNEPPER, Michael	1963	Marathon Mülheim	00:59:13
66 (1200)	539. gesamt	SPOTTKE, Frank	1965		00:59:27
67 (1180)	541. gesamt	MEYER, Holger	1966		00:59:31
68 (459)	549. gesamt	DIETZE, Lutz	1963	LG Deutz	00:59:54
69 (429)	555. gesamt	GREIF, Thomas	1964	Erdmännchen	01:00:19
70 (546)	564. gesamt	HOFFSIMMER, Hubert	1964	Lauffreunde Vlatten-Köln	01:00:58
71 (49)	621. gesamt	HOFFMANN, Michael	1966		01:07:28
72 (40)	623. gesamt	HÄHNER, Stefan	1964		01:07:48
73 (267)	627. gesamt	MALZAHN, Norbert	1964		01:08:30
74 (1705)	325. gesamt	STEINHAUSER, Frank	1966	DVAG-Marathon-Team	00:50:21
<b>SENIOREN M55</b>					
1 (449)	34. gesamt	RUHNKE, Robert	1958	Höhenkonzepte Uta Oehl	00:38:30
2 (1695)	79. gesamt	ROCHOLL, Lutz	1961		00:41:12
3 (1160)	101. gesamt	CHRISTOFFELS, Elmar	1960	Dürener TV - RS Patternhof	00:42:24
4 (1760)	116. gesamt	RITTER, Ronald	1960	LT Schöllerhof	00:43:03
5 (461)	126. gesamt	DONATH, Aurelius	1958		00:43:50
6 (1354)	142. gesamt	MILZ, Ralf	1961	Vorwärts Köln	00:44:26
7 (1646)	150. gesamt	EIKLE, Mathias	1959	mach3 EV	00:44:35
8 (65)	189. gesamt	KONRADI, Thomas	1959	Selbstläufer SV Altenahr	00:46:01
9 (1666)	194. gesamt	RESCH, Kilian	1961	Troisdorfer LG	00:46:14
10 (1733)	219. gesamt	VON DER RECKE, Christian	1960	LC Weilerswist	00:47:05
11 (1693)	233. gesamt	FALKENROTH, Christoph	1960		00:47:27
12 (428)	234. gesamt	FRIEDRICH, Harry	1957		00:47:27
13 (1388)	235. gesamt	LENERZ, Artur	1958	Klavierschule Lenerz	00:47:28
14 (38)	237. gesamt	GRUNDMANN, Horst	1957	Kölner Ausdauer- und Laufschule	00:47:29
15 (539)	238. gesamt	EIDMANN, Volker	1960	Wuppertal	00:47:30



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M55</b>					
16 (1223)	253. gesamt	HAHN, Rolf	1961	BSG BML Bonn	00:47:46
17 (442)	280. gesamt	MUTTERLOSE, Rolf	1960	SSF Bonn	00:48:32
18 (1721)	283. gesamt	STASCHIK, Lothar	1960		00:48:47
19 (519)	286. gesamt	LUDWIG, Frank	1959		00:48:54
20 (1639)	294. gesamt	ARAKI, Jiro	1961		00:49:14
21 (1748)	312. gesamt	BRODOWSKI, Günter	1960		00:49:57
22 (450)	336. gesamt	SCHMIDT, Jürgen	1959	SV Germania Dürwiß	00:50:42
23 (526)	349. gesamt	PODZUS, Horst	1961		00:51:08
24 (118)	353. gesamt	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	00:51:13
25 (91)	361. gesamt	MÜLHEIMS, Laurenz	1960	PSV Bonn Triathlon	00:51:33
26 (189)	393. gesamt	DR. AUDEHM, Uwe	1960	Alfterer SC	00:52:40
27 (478)	408. gesamt	VERING, Wilfried	1958	LT Leidenhausen	00:53:12
28 (33)	416. gesamt	GRAF, Dr. Andreas	1958		00:53:38
29 (79)	423. gesamt	LIGOCKI, Joachim	1958	run4pänz	00:53:52
30 (212)	428. gesamt	GLOMBITZA, Rainer	1958	flitzi flitzi Kreuzkapelle	00:54:10
31 (106)	431. gesamt	ROSSO, Mario	1960		00:54:14
32 (410)	471. gesamt	WERTH, Tho	1961		00:56:03
33 (349)	475. gesamt	WURDA, Werner	1960	Diabetes Programm Deutschland	00:56:23
34 (1217)	479. gesamt	EICHERT, Christian	1959	GoManGo	00:56:35
35 (1174)	481. gesamt	KAPPE, Dietmar	1959	RSF Uganda Waragi	00:56:45
36 (6)	503. gesamt	BOXBERG, Peter	1959		00:57:35
37 (445)	517. gesamt	PINNER, Thomas	1961	DJK Frankonia Porz	00:58:28
38 (1661)	542. gesamt	THRON, Hans-Peter	1957	ESV Gremberghoven	00:59:34
39 (350)	547. gesamt	WÜST, Gerhard	1958	Laufen u. Helfen	00:59:39
40 (268)	553. gesamt	MARKUS, Ferdinand	1959	BSG Airflow	01:00:11
41 (275)	558. gesamt	MISCHKE, Gerhard	1959	Vaselino Quattro	01:00:28
42 (1352)	577. gesamt	SCHULZ, Detlef	1959	SV Bergisch Gladbach	01:01:57
43 (505)	578. gesamt	GROCHAU, Karl-Heinz	1958		01:02:07
44 (509)	580. gesamt	HILDEBRANDT, Oliver	1961	LSV Porz / Köln	01:02:09
45 (146)	591. gesamt	WESTERICH, Hermann	1958		01:03:18
46 (1744)	600. gesamt	FIALA, Andreas	1958	PSV Bonn Triathlon	01:04:32
47 (16)	608. gesamt	EBBERS, Gerrit	1960		01:05:43
48 (313)	611. gesamt	SCHROEDER-KOPP, Johann-Peter	1961	DJK-SV Mitteleschenbach	01:06:11
<b>SENIOREN M60</b>					
1 (1689)	123. gesamt	PETERSAM, Armin	1956	TV Höhenhaus	00:43:33
2 (1619)	163. gesamt	MACZKIEWICZ, Arnold	1955	LC Euskirchen	00:45:03
3 (316)	165. gesamt	SCHUMACHER, Hans Heinz	1954	BSG Delphi Draka	00:45:14
4 (163)	180. gesamt	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team	00:45:46
5 (1201)	199. gesamt	STECKEL, Manfred	1955	TriathlonSteckelCologne	00:46:19
6 (552)	267. gesamt	MÖBUS, Volkmar	1953	LT Skinny Bergheim 02	00:48:11
7 (84)	297. gesamt	MAURER, Franz	1955	LT Graftschaft	00:49:23
8 (1208)	323. gesamt	VOGT, Josef	1952	TV Frisch Auf Lennep	00:50:18



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIOREN M60</b>					
9	(559)	340. gesamt PFITZNER, Bernd	1955		00:50:53
10	(1628)	354. gesamt WOLFSCHLAGER, Albert	1956	SC Olpe	00:51:14
11	(556)	388. gesamt OHL, Heinz	1955	Ohl Family Collies	00:52:34
12	(1158)	420. gesamt BLEIBAUM, Ernesto	1952	LT Schneewittchen	00:53:46
13	(1375)	426. gesamt HARTMANN, Hagen	1954	running blues	00:54:04
14	(1607)	447. gesamt WÜST, Manfred	1955	LG Alsdorf-Ost	00:54:56
15	(1696)	454. gesamt HERKENRATH, Klaus	1956	PSV Bonn Triathlon	00:55:11
16	(133)	482. gesamt STÄNDER, Roland	1952	Laufftreff Fühlinger See	00:56:47
17	(253)	496. gesamt KUJAS, Kurt	1952		00:57:18
18	(342)	497. gesamt WAGNER, Helmut	1956		00:57:19
19	(1222)	499. gesamt GROHMANN, Ralf	1954	VTC Köln	00:57:24
20	(1724)	504. gesamt KIND, Friedhelm	1952		00:57:39
21	(529)	514. gesamt SCHALL, Manfred	1955		00:58:23
22	(183)	626. gesamt DENÜ, Uwe	1952	Run For Fun	01:08:26
23	(261)	636. gesamt LANGEN, Josef	1956	Brühler TV 1879	01:13:58
<b>SENIOREN M65</b>					
1	(192)	196. gesamt DUNGER, Eberhard	1951	LC Wuppertal	00:46:16
2	(1367)	339. gesamt WÜST, Hans Werner	1950		00:50:51
3	(1758)	351. gesamt KERSTING, Friedel	1950		00:51:10
4	(1387)	415. gesamt ALTENDOIRF, Oskar	1951	TV Refrath	00:53:36
5	(1397)	548. gesamt FROBÖSE, Ingo	1947	BSV Delphi	00:59:53
6	(215)	606. gesamt GRÄTER, Kurt	1948	BLACKFOOT COLOGNE	01:05:27
7	(132)	607. gesamt STÄNDER, Gerhard	1950	Laufftreff Fühlinger See	01:05:30
8	(43)	609. gesamt HERBERGS, Josef	1948		01:06:00
9	(211)	617. gesamt GLEITSMANN, Thomas	1948	TS 79 Bergisch Gladbach	01:06:48
10	(1645)	639. gesamt FEIGE, Manfred	1947	Cologne Allblacks	01:16:55
<b>SENIOREN M70</b>					
1	(1626)	187. gesamt KÖSTER, Heinz-Werner	1946	SC Olpe	00:45:59
2	(1634)	486. gesamt STEINKE, Gerhard	1942		00:57:03
<b>SENIOREN M75</b>					
1	(432)	356. gesamt HOFFMANN, Norbert	1939	LG Westerwald	00:51:23
2	(1395)	586. gesamt BRUMMER, Ulrich	1937		01:02:57
<b>SENIOREN M85</b>					
1	(131)	516. gesamt N.N., 131	1901	bitte bei Zeitnahme melden	00:58:27
<b>MÄNNL. JUGEND U18</b>					
1	(1642)	445. gesamt MUTAJ, Ditmir	2000	HOPE	00:54:53
<b>MÄNNL. JUGEND U20</b>					
1	(1664)	61. gesamt FARNSCHLÄDER, Joshua	1997	LT Grafschaft	00:40:31



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>MÄNNL. JUGEND U20</b>					
2 (479)	80. gesamt	VON TROSTORFF, Alexander	1998		00:41:15
3 (1641)	614. gesamt	KRASNIDI, Alban	1997	HOPE	01:06:26
<b>FRAUEN</b>					
1 (143)	78. gesamt	VALDER, Sarah	1993	bunert - Der Siegburger Laufladen	00:41:10
2 (1669)	110. gesamt	SHELLER, Maryse	1987	Aachen hat Ausdauer	00:42:49
3 (364)	205. gesamt	GEURTS, Marjolein	1988		00:46:27
4 (251)	254. gesamt	KROEHNERT, Katharina	1987	MACH3 Köln e.V.	00:47:47
5 (1662)	262. gesamt	LÜCHTEFELD, Alice	1992	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:48:00
6 (1659)	263. gesamt	JÄGER, Ronja	1989	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:48:00
7 (281)	265. gesamt	NOLDA, Isabel	1990		00:48:01
8 (1154)	284. gesamt	ALLIAUME, Liz	1992		00:48:52
9 (1221)	295. gesamt	GAUNITZ, Franziska	1990	Triathlon Verein Dresden	00:49:15
10 (195)	296. gesamt	ESSER, Stephanie	1989		00:49:16
11 (1768)	334. gesamt	TAUTZ, Stefanie	1987		00:50:41
12 (165)	404. gesamt	BINDER, Konstanze	1990	TV 1892 Mannheim-Friedrichsfeld	00:52:54
13 (1209)	405. gesamt	WANNING, Annalena	1987		00:52:58
14 (1684)	429. gesamt	NIEßEN, Julia	1989	TuS Schmidt	00:54:12
15 (323)	468. gesamt	SELLMANN, Nina	1987		00:55:54
16 (1153)	544. gesamt	ALIKHAH, Sahar	1992	Dünsch	00:59:36
17 (362)	562. gesamt	GARZA, Aleyda	1987		01:00:57
18 (358)	563. gesamt	CHEPIGA, Kathryn	1988		01:00:57
19 (475)	565. gesamt	STEBER, Johanna	1992		01:01:03
20 (30)	619. gesamt	GIERING, Ina	1987		01:06:57
21 (308)	629. gesamt	SCHMEINCK, Kristina	1993		01:09:22
<b>JUNIORINNEN U23</b>					
1 (393)	202. gesamt	REINFELDT, Sina-Katharina	1995		00:46:25
2 (103)	259. gesamt	REIMER, Antonia	1995	Team Erdinger Alkoholfrei	00:47:51
3 (1192)	485. gesamt	REUL, Almuth	1994		00:57:00
<b>SENIORINNEN W30</b>					
1 (1206)	4. gesamt	VIELLEHNER, Julia	1985	TSV Triathlon Altenmarkt	00:34:23
2 (458)	108. gesamt	BLÖMEN, Jeanette	1983		00:42:35
3 (1210)	172. gesamt	WILMSCHEN, Sarah	1986	Bunert - Der Kölner Laufladen	00:45:24
4 (1400)	193. gesamt	HORSTMANN, Kristin	1982		00:46:11
5 (1706)	212. gesamt	BITTENS, Linda	1984	ASV Köln	00:46:39
6 (1161)	232. gesamt	CORDES, Christine	1983	LG Südsauerland	00:47:26
7 (1)	274. gesamt	ADICK, Carolin	1983		00:48:25
8 (119)	279. gesamt	SCHNITZLER, Birgit	1984		00:48:31
9 (85)	292. gesamt	MEIER, Christin	1983		00:49:01
10 (1191)	313. gesamt	RENDENBACH, Christina	1986		00:49:58
11 (1745)	318. gesamt	BÜSCHER, Anja	1985	TV Refrath	00:50:06
12 (1179)	378. gesamt	MEICHSNER, Johanna	1984	25MINUTES Köln	00:52:07



## 1. Lauf zur 32. 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	(269)	403. gesamt	MARTENS, Chloe	1986	00:52:54	
14	(1244)	422. gesamt	LIGOCKI, Sabine	1986	run4pänz	00:53:52
15	(148)	425. gesamt	WITZKE, Melanie	1983	MACH3 Köln e.V.	00:53:56
16	(1725)	478. gesamt	KIND, Verena	1982	Colinians Cologne	00:56:30
17	(1772)	480. gesamt	PERLER, Doris	1983		00:56:42
18	(23)	483. gesamt	FERNANDEZ, Claudia	1985		00:56:53
19	(170)	493. gesamt	BORGHOFF, Anna	1983		00:57:08
20	(1708)	500. gesamt	DORSCHER, Valerie	1983	MACH3 Köln e.V.	00:57:25
21	(1298)	505. gesamt	NIXDORF, Julia	1985		00:57:45
22	(320)	510. gesamt	SEEGBRECHT-KEITEL, Susanne	1985		00:58:02
23	(436)	524. gesamt	LAUFENBERG, Selma	1985	MACH3 Köln e.V.	00:58:45
24	(188)	527. gesamt	DÖTSCH, Meike	1984	Vermögensberatung Dufraine	00:58:54
25	(47)	534. gesamt	HLUSIAK, Ramona	1986		00:59:15
26	(1658)	537. gesamt	KAUERT, Barbara	1986		00:59:25
27	(1630)	543. gesamt	WICHMANN, Jana	1984	NAO PT	00:59:35
28	(537)	566. gesamt	DEICHMANN, Larissa	1984		01:01:05
29	(555)	572. gesamt	NOWACK, Nadine	1986	SG Köln - Worringen	01:01:35
30	(42)	612. gesamt	HEINZEN, Sonja	1982		01:06:20
31	(61)	615. gesamt	KOCH, Nina	1983		01:06:33
32	(18)	618. gesamt	EHRICH, Vanessa	1985		01:06:56
<b>SENIORINNEN W35</b>						
1	(456)	84. gesamt	ZOLL, Daniela	1981	LG Gummersbach	00:41:27
2	(1370)	103. gesamt	PESCH, Tanja	1977	TUS Kreuzweingarten	00:42:26
3	(1743)	139. gesamt	GSCHWANDTNER, Isabella	1978	ISI-RUNNER	00:44:25
4	(250)	169. gesamt	KREUTNER, Anke	1977	Brühler TV 1879	00:45:20
5	(1718)	272. gesamt	KENNECKE, Katerina	1977		00:48:19
6	(142)	275. gesamt	URBAN, Alexandra	1981		00:48:27
7	(395)	344. gesamt	ROßMÜLLER, Daniela	1980		00:51:02
8	(512)	358. gesamt	JAQUET, Veronique	1977	MACH3 Köln e.V.	00:51:25
9	(1710)	379. gesamt	WOLFF, Mirja	1977	MACH3 Köln e.V.	00:52:08
10	(525)	389. gesamt	OGUZ, Svenja	1981	Sportshop-Triathlon Team	00:52:35
11	(157)	418. gesamt	BECKER, Cornell	1979		00:53:40
12	(302)	433. gesamt	SAFAROWSKY, Nicole	1978	ASV Köln	00:54:17
13	(1752)	450. gesamt	EICHHORN, Nadine	1981	SV Bergisch Gladbach	00:55:05
14	(554)	458. gesamt	NOLTE, Anke	1979	LG Neuperath	00:55:29
15	(109)	459. gesamt	SALLER, Nina	1980	CfWP	00:55:38
16	(1682)	491. gesamt	KALTENBACH, Daniela	1977		00:57:06
17	(90)	513. gesamt	MUCHA, Tanja	1981	SV Bergisch Gladbach 1920/71	00:58:15
18	(315)	518. gesamt	SCHULZ, Kerstin	1981		00:58:28
19	(1776)	519. gesamt	FLOTHEN, Nadine	1979		00:58:33
20	(572)	522. gesamt	WINKELMANN, Nina	1978	Föhr Marathon e.V.	00:58:36
21	(1754)	540. gesamt	ALEXION, Vicky	1980		00:59:28



# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIORINNEN W35</b>					
22	(124)	581. gesamt	SCHULZ, Steffi	1979	01:02:10
23	(1184)	585. gesamt	NAWRATH, Nadine	1977 TV Frisch Auf Lennep	01:02:35
24	(345)	595. gesamt	WIESEMANN, Uta	1979 Läufts?!	01:03:42
25	(1227)	596. gesamt	HEIDER, Ebru	1978	01:03:50
26	(1284)	622. gesamt	FIEDLER, Lena	1977 Happy Running Family	01:07:33
27	(210)	633. gesamt	GLAGOW, Nina	1979 Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.	01:12:21
28	(536)	634. gesamt	BLEIL, Monika	1981	01:12:32
29	(221)	638. gesamt	HERBER, Meike	1981	01:16:48
<b>SENIORINNEN W40</b>					
1	(562)	69. gesamt	ROCHE, Liz	1973 TV Refrath	00:40:45
2	(1260)	73. gesamt	SCHNEIDER, Silke	1976 Bunert - Der Siegburger Laufladen	00:40:55
3	(1643)	96. gesamt	HINZE-THÜS, Katja	1972 Rhein-Berg Runners	00:42:04
4	(468)	134. gesamt	MEMMINGER, Andrea	1976 SV AXA Cologne Triathlon	00:44:14
5	(1296)	201. gesamt	MINOR, Astrid	1973 ASV Köln Triathlon	00:46:21
6	(419)	210. gesamt	MÖBUS, Renate	1973 LSV Porz / Köln	00:46:37
7	(560)	226. gesamt	RAAB, Daniela	1974 LC Weilerswist	00:47:13
8	(448)	249. gesamt	RITTER, Daniela	1974 SV Hellas Siegburg	00:47:41
9	(1720)	266. gesamt	LENZ, Astrid	1972 ASV Köln	00:48:03
10	(516)	269. gesamt	KOZYRSKA, Agnes	1972 LT Alsdorf-Ost	00:48:13
11	(4)	326. gesamt	BECKMANN, Edith	1976	00:50:24
12	(22)	328. gesamt	FEIGE, Claudia	1972 TV Refrath	00:50:26
13	(354)	347. gesamt	ZIMMER, Andrea	1974 SV Windhagen	00:51:06
14	(570)	359. gesamt	VOGT, Petra	1972 MACH3 Köln e.V.	00:51:27
15	(363)	363. gesamt	GEHRKE, Marie-Jan	1974 KTT 01	00:51:39
16	(499)	366. gesamt	BUSCHMANN, Sabine	1973 LT-Alsdorf Ost	00:51:48
17	(227)	414. gesamt	HOFFMANN, Nicole	1973 LT Saaler Mühle	00:53:24
18	(173)	435. gesamt	BREDOW, Tanja	1972	00:54:19
19	(1742)	437. gesamt	ACHENBACH, Sandra	1975 ISI-RUNNER	00:54:24
20	(502)	461. gesamt	CONRADY, Nadine	1976	00:55:46
21	(178)	472. gesamt	BUSCH, Veronika	1974	00:56:04
22	(369)	501. gesamt	HALLENBERG, Silke	1972 TV Frisch Auf Lennep	00:57:29
23	(531)	508. gesamt	STING, Daniela	1972 VfL Wehbach	00:57:54
24	(368)	515. gesamt	GÜLCAN, Miyanyedi	1974	00:58:25
25	(1679)	525. gesamt	KALNCIC, Tanja	1973	00:58:50
26	(1230)	528. gesamt	ISHITA, Mayumi	1974	00:58:57
27	(153)	557. gesamt	ZIMMERMANN, Carmen	1976	01:00:25
28	(276)	568. gesamt	MOREL, Daniela	1972 Lauffieber	01:01:15
29	(174)	598. gesamt	BREER, Sandra	1976	01:04:23
30	(71)	610. gesamt	KRÖBER, Simone	1975	01:06:07
31	(13)	613. gesamt	DIEDENHOFEN, Nadine	1976	01:06:20

## SENIORINNEN W45



## 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

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

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>SENIORINNEN W45</b>					
<b>1</b> (470)	104. gesamt	MICHALKA, Silvia	1969	Running Team Grafenberg	<b>00:42:30</b>
<b>2</b> (1648)	148. gesamt	SCHÖLLER, Helga	1969	LC Euskirchen	<b>00:44:32</b>
<b>3</b> (1787)	156. gesamt	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	<b>00:44:46</b>
<b>4</b> (117)	168. gesamt	SCHNEIDER, Heide	1969	LAZ-Puma Rhein-Sieg	<b>00:45:17</b>
<b>5</b> (528)	175. gesamt	SACHS, Sandra	1970	SV Hellas Siegburg	<b>00:45:28</b>
<b>6</b> (1617)	184. gesamt	SPITZ, Anni	1967	LT Siebengebirge	<b>00:45:55</b>
<b>7</b> (425)	215. gesamt	BORCHERT, Annett	1971	RTC FRECHEN	<b>00:46:46</b>
<b>8</b> (454)	225. gesamt	SINGER, Sabine	1967	TV Refrath	<b>00:47:11</b>
<b>9</b> (551)	239. gesamt	MENDEN, Bettina	1969	LC Weilerswist	<b>00:47:30</b>
<b>10</b> (390)	243. gesamt	MÖLLER, Tanja	1971	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:47:35</b>
<b>11</b> (272)	255. gesamt	METE, Nicole	1971	MACH3 Köln e.V.	<b>00:47:47</b>
<b>12</b> (1224)	256. gesamt	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	<b>00:47:48</b>
<b>13</b> (1176)	273. gesamt	KOMMER-RITZKA, Birgit	1968	LT Alsdorf-Ost	<b>00:48:22</b>
<b>14</b> (1694)	276. gesamt	LANSBERG, Isabel	1970	TPSK Triathlon	<b>00:48:29</b>
<b>15</b> (259)	298. gesamt	KÜTTNER, Christiane	1967	Laufmonster	<b>00:49:25</b>
<b>16</b> (1618)	310. gesamt	BIELARZ, Bianca	1968	Euskirchen	<b>00:49:48</b>
<b>17</b> (1624)	329. gesamt	WAGNER, Sabine	1967	LC Euskirchen	<b>00:50:26</b>
<b>18</b> (1751)	374. gesamt	MÜLLER, Karin	1967		<b>00:52:00</b>
<b>19</b> (440)	377. gesamt	MORITZ, Ursula	1970		<b>00:52:06</b>
<b>20</b> (128)	390. gesamt	SIEBERTZ, Miriam	1970	TV Forsbach	<b>00:52:36</b>
<b>21</b> (263)	392. gesamt	LENSING, Britta	1969		<b>00:52:39</b>
<b>22</b> (523)	394. gesamt	MÖBUS, Vera	1967	LT Skinny Bergheim 02	<b>00:52:43</b>
<b>23</b> (1274)	465. gesamt	WAUBEN, Annett	1969	Schleichende Hühner	<b>00:55:51</b>
<b>24</b> (120)	466. gesamt	SCHÖCKEL, Claudia	1970		<b>00:55:53</b>
<b>25</b> (1185)	469. gesamt	NEUHAUS, Tanja	1971		<b>00:55:54</b>
<b>26</b> (1702)	509. gesamt	FRANKEN, Christina	1969		<b>00:58:00</b>
<b>27</b> (476)	535. gesamt	THONNETT, Silvia	1968	NAO PT	<b>00:59:16</b>
<b>28</b> (1166)	545. gesamt	GROß, Helgard	1968	TV Frisch Auf Lennep	<b>00:59:36</b>
<b>29</b> (1611)	550. gesamt	PILLE, Heike	1970	Hobbysportrobber	<b>00:59:56</b>
<b>30</b> (1699)	551. gesamt	SCHMITZ, Susanne	1970	TV Schreinerei Schmitz	<b>00:59:57</b>
<b>31</b> (60)	574. gesamt	KOCH, Bärbel	1968	Hopp-Hopp-Höhenhaus	<b>01:01:44</b>
<b>32</b> (567)	583. gesamt	THORIDT, Kirsten	1969	Lauffreunde Vlatten-Köln	<b>01:02:18</b>
<b>33</b> (1784)	588. gesamt	GRIMMIG, Andrea	1967		<b>01:03:11</b>
<b>34</b> (1182)	601. gesamt	MÜLLER, Corinna	1968	OTV Solingen	<b>01:04:55</b>

**SENIORINNEN W50**

<b>1</b> (1093)	153. gesamt	LENNARTZ, Birgit	1965	LLG St. Augustin	<b>00:44:41</b>
<b>2</b> (48)	192. gesamt	HOFFMANN, Sigrid	1965	LG Westerwald	<b>00:46:10</b>
<b>3</b> (443)	285. gesamt	MUTTERLOSE, Claudia	1965	SSF Bonn	<b>00:48:52</b>
<b>4</b> (1677)	311. gesamt	HOLBEIN, Petra	1964	Pulheimer SC	<b>00:49:52</b>
<b>5</b> (1692)	327. gesamt	WESTERKAMP, Beate	1964		<b>00:50:25</b>
<b>6</b> (149)	338. gesamt	WOHLFAHRT, Marion	1964	SV Windhagen	<b>00:50:46</b>
<b>7</b> (1715)	386. gesamt	NIEWERTH, Petra	1963	TuS Köln rrh.	<b>00:52:28</b>



## 1. Lauf zur 32. 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	(144)	432. gesamt WALD, Ilona	1965	PSV Bonn Triathlon	00:54:15
9	(64)	488. gesamt KOCH, Simone	1966		00:57:04
10	(1663)	506. gesamt ESSER, Heike	1966		00:57:47
11	(75)	523. gesamt FRANZEN, Manuela	1963	LT Grafschaft	00:58:41
12	(159)	556. gesamt BENATIA, Brigitte	1966	flitzi flitzi Kreuzkapelle	01:00:24
13	(125)	560. gesamt SCHUMACHER, Elke	1965		01:00:52
14	(326)	571. gesamt SONNTAG, Ursula	1962	ERGO sports Köln	01:01:32
15	(150)	576. gesamt WOLF, Petra	1965	ERGO sports Köln	01:01:48
16	(504)	579. gesamt GROCHAU, Ursula	1962		01:02:08
17	(543)	589. gesamt HAMM, Marina	1962	ESV Gremberghoven	01:03:12
18	(1195)	593. gesamt SCHNEIDER, Marion	1966	ERGO sports Köln	01:03:41
19	(1240)	620. gesamt KRAMS, Sabine	1964	FUNRUNNERS	01:07:27
20	(1636)	628. gesamt HAZEL, Claudia	1965	TUS Köln	01:08:46
<b>SENIORINNEN W55</b>					
1	(12)	220. gesamt CORDES, Ulla	1960	LG Südsauerland	00:47:06
2	(1627)	228. gesamt BRUTZER, Birgit	1959	SC Olpe	00:47:15
3	(421)	300. gesamt ZANGE, Gabi	1960	LSV Porz / Köln	00:49:29
4	(1654)	401. gesamt KAHMEIER, Vera	1960		00:52:51
5	(100)	449. gesamt PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	00:55:04
6	(86)	474. gesamt MEINARDUS-LOGEMANN, Bärbel	1959	Röntgensportclub Remscheid	00:56:14
7	(347)	487. gesamt WILBERT, Sylvia	1961	Vaselino Quattro	00:57:04
8	(41)	502. gesamt HAHS, Eveline	1958	LT Hennef / Sieg	00:57:30
9	(1653)	554. gesamt GERGY, Ursula	1958		01:00:18
10	(1650)	590. gesamt RYPHOLZ, Monika	1960	ASV Köln	01:03:17
11	(388)	592. gesamt LANG, Sonja	1958	DJK Marienstatt	01:03:25
12	(466)	632. gesamt KÖPPE, Christa	1960		01:10:44
<b>SENIORINNEN W60</b>					
1	(480)	166. gesamt WILBRAND, Ulrike	1955	LG Südsauerland	00:45:15
2	(1620)	406. gesamt MACZKIEWICZ, Monika	1954	LC Euskirchen	00:53:02
3	(235)	582. gesamt JÜNGST, Barbara	1954	Siegen	01:02:14
4	(1278)	599. gesamt AYPHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	01:04:29
<b>SENIORINNEN W65</b>					
1	(563)	411. gesamt SCHIEFFER, Christa	1951	LT Alsdorf-Ost	00:53:16
<b>SENIORINNEN W70</b>					
1	(481)	602. gesamt WILCZEK, Eva	1946	BSG Hilden	01:04:57
<b>WEIBL. JUGEND U18</b>					
1	(1668)	37. gesamt EHLE, Jessica	1999		00:38:40
2	(557)	473. gesamt PAULWITZ, Saskia	1999		00:56:09





# 1. Lauf zur 32. Winterserie des LSV Porz

## LAUF (10 KM) WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	RG GES	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	ZEIT
<b>WEIBL. JUGEND U20</b>					
1 (498)	604. gesamt	BROCKHOFF, Franziska	1998	SSV Pfaffenheck	<b>01:05:17</b>