

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

Männer

5km Lauf

Seite 1

gedruckt 31.07.2011 12:59:09

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Bruttozeit	AK	AK-Platz	Geschwindigkeit
1	510	Lässig Robert	*Düsseldorf	0:16:40	MHK	1	3:20 min/km
2	511	Schulz Dennis	Stader SV	0:17:25	MHK	2	3:29 min/km
3	426	Straube Konrad	Strader SV	0:17:41	MHK	3	3:32 min/km
4	428	Benger Kevin	SG Wenden	0:17:47	MHK	4	3:33 min/km
5	532	Vielhaber Burkard	TUSEM Essen	0:17:51	M45	1	3:34 min/km
6	238	Reuter Patrick	Brühler TV 1879	0:17:51	MHK	5	3:34 min/km
7	524	Sajitz Olaf	Bunert Running Team	0:17:57	M35	1	3:36 min/km
8	553	Krimmel Marco		0:18:13	M40	1	3:39 min/km
9	422	von Kuenheim Jörg	TSV SG	0:18:17	M30	1	3:40 min/km
10	501	Döll Wolfgang	TSV Solingen	0:18:39	M50	1	3:44 min/km
11	153	Klemz Björn	TABO Running Team	0:18:59	M35	2	3:48 min/km
12	192	Meier Dirk	LG Wuppertal	0:19:31	M40	2	3:54 min/km
13	372	Koppermann Jim	Triathlon Team Scheessel	0:19:41	MSC	1	3:56 min/km
14	297	Vente Andreas	Ventastics	0:20:12	M40	3	4:03 min/km
15	99	Göpfert Ralf	LT Cloversoft	0:20:15	M40	4	4:03 min/km
16	520	Hoßbach Tom	TRI-Power Rhein-Sieg	0:20:26	MSB	1	4:05 min/km
16	521	Hoßbach Markus	Tri Power Rhein-Sieg	0:20:26	M40	5	4:05 min/km
18	514	Arentz Oliver	*Köln	0:20:28	M35	3	4:06 min/km
19	280	Spölgen Joachim	Team Voreifel	0:20:36	M55	1	4:07 min/km
20	182	Lotz Dirk-Henning	TV Refrath	0:20:52	M35	4	4:11 min/km
21	502	Müller Ralf	Running Shoes Spich	0:21:10	M45	2	4:14 min/km
22	374	Kriworotow Dietrich	*Aachen	0:21:15	MHK	6	4:15 min/km
23	132	Hüsch Thomas	*Leichlingen	0:21:41	M45	3	4:20 min/km
24	523	Seeger Burkhard	LGO Bochum	0:22:06	M45	4	4:25 min/km
25	504	Fuchshuber Achim	TV Refrath	0:22:16	M40	6	4:27 min/km
26	56	Carbach Frank	Laufmonster	0:22:23	M40	7	4:29 min/km
27	86	Finkensiep Dirk	LGO Bochum	0:22:44	M50	2	4:33 min/km
28	507	Alhäuser Jochen	LC Duisburg	0:22:49	M40	8	4:34 min/km
29	369	Höller Marcel	*Overath	0:22:58	MHK	7	4:36 min/km
30	525	Magner Dan	*Köln	0:23:07	M35	5	4:37 min/km
31	531	Freytag Thibault	STFR	0:23:16	M30	2	4:39 min/km
32	427	Zehnpfennig Damian	*Bergisch Gladbach	0:23:44	MSA	1	4:45 min/km
33	546	Vidal Luis	ASV Köln	0:24:55	MSB	2	4:59 min/km
34	513	Kahlke Wolfgang	Knick Fööss Köln	0:25:02	M50	3	5:00 min/km
35	506	Teutloff Volker	LC Duisburg	0:25:25	M50	4	5:05 min/km
36	345	Elsner Frank	*Köln	0:26:46	M45	5	5:21 min/km
37	420	Stiehl Hans-Detlev	LT Kerpen	0:27:47	M65	1	5:33 min/km
38	290	Teschner Carsten	*Köln	0:29:48	MHK	8	5:58 min/km
39	338	Büchel Denis	*Köln	0:31:20	MHK	9	6:16 min/km
40	423	Mohr Rudi	TFG Nippes	0:31:43	M75	1	6:21 min/km
41	196	Meyer Otto	Kall	0:32:03	M70	1	6:25 min/km
42	127	Hoffmann Steffen	Geckos Running Club Seoul	0:33:30	M50	5	6:42 min/km
43	530	Becker Bastian	*Köln	0:36:04	M30	3	7:13 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

Frauen

5km Lauf

Seite 2

gedruckt 31.07.2011 12:59:09

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