

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Männer

Seite 1  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M30</b>							
1	1002	Koubaa Fauzi	Run2 by Runners Point	0:34:47	M30	2	3:29 min/km
2	1025	Franzky Johannes	ASV Köln Triathlon	0:36:39	M30	7	3:40 min/km
3	1034	Gröppel Till	Pulheimer SC	0:36:46	M30	8	3:41 min/km
4	1058	Görner Christoph	Run_ by RUNNERS POINT	0:38:38	M30	12	3:52 min/km
5	781	Schneider Dirk	SC Neptun Köln-Porz	0:40:12	M30	19	4:01 min/km
6	782	Schneider Markus	Mach3 Köln e.V.	0:41:35	M30	21	4:09 min/km
7	949	Huckenbeck Marc	SV 47 Mutscheid	0:44:30	M30	38	4:27 min/km
8	1033	Kostulski Michael		0:45:08	M30	43	4:31 min/km
9	805	Stichler Karsten	LT Miep! Miep! Leverkusen	0:45:22	M30	45	4:32 min/km
10	685	Kinas Andre	LT Miep! Miep! Leverkusen	0:45:22	M30	46	4:32 min/km
11	523	Hackhausen Jörg	Galatasaray	0:45:35	M30	48	4:34 min/km
12	538	Klatt Stephan	Galatasaray	0:45:58	M30	51	4:36 min/km
13	794	Schröder Rene	*Köln	0:46:10	M30	53	4:37 min/km
14	571	Stäbler Thilo	Thussi 2	0:47:11	M30	62	4:43 min/km
15	589	Andersson Niko	*Bonn	0:47:45	M30	65	4:47 min/km
16	963	Kaßalik Marco	*Bottrop	0:49:07	M30	79	4:55 min/km
17	531	Hoyer Niklas	Galatasaray	0:49:12	M30	81	4:55 min/km
18	1003	Schlebusch Mirco	Troisdorf LG M.U.T	0:50:09	M30	87	5:01 min/km
19	719	Middendorf Joerg	*Köln	1:03:38	M30	126	6:22 min/km
20	747	Peters Jan	*Köln	1:06:59	M30	129	6:42 min/km
<b>Altersklasse Männer M35</b>							
1	642	Fricke Marc	Non-Stop-Ultra Brakel	0:33:06	M35	1	3:19 min/km
2	708	Lohmaier Patrick	ASV Köln Triathlon	0:38:11	M35	11	3:49 min/km
3	615	Buhr Holger	RSV Staubwolke Refrath	0:44:06	M35	34	4:25 min/km
4	631	Drewniok Stephan	*Köln	0:45:31	M35	47	4:33 min/km
5	732	Niederreuther Mark-Nils	*Köln	0:47:48	M35	66	4:47 min/km
6	970	Decker Marco		0:50:29	M35	89	5:03 min/km
7	788	Schöttler Matthias	LG Atemlos	0:51:34	M35	92	5:09 min/km
8	674	Honal Martin	*Köln	0:51:35	M35	93	5:10 min/km
9	837	Naujokat Carsten	LT Düsseldorf Süd	1:03:11	M35	125	6:19 min/km
<b>Altersklasse Männer M40</b>							
1	965	Schneider Norbert	TV Refrath	0:35:58	M40	4	3:36 min/km
2	1017	Gebhardt Dirk	Brühler TV 1879	0:37:16	M40	9	3:44 min/km
3	811	Voigt-krämer Dirk	TSV Solingen	0:38:51	M40	13	3:53 min/km
4	684	Keloudis Georgios	LG Gummersbach	0:39:01	M40	14	3:54 min/km
5	687	Klappert Andreas	TV Büschergrund	0:39:22	M40	17	3:56 min/km
6	1024	Thüs Andreas	LG Gummersbach	0:42:02	M40	24	4:12 min/km
7	609	Börger Andre	TriathlonSteckelCologne	0:42:54	M40	27	4:17 min/km
8	1014	Werner Mario	Supermario72	0:42:55	M40	28	4:18 min/km
9	722	Möller Michael	*Düsseldorf	0:44:44	M40	40	4:28 min/km
10	978	Sowade Ulrich	Running gag Cologne	0:46:23	M40	55	4:38 min/km
11	773	Runge Jörg	Lauftreff Engelskirchen	0:46:37	M40	57	4:40 min/km
12	754	Porschen Michael	P&G Running Team	0:47:58	M40	67	4:48 min/km
13	789	Schöttler Oliver	LG Atemlos	0:48:16	M40	70	4:50 min/km
14	1018	Huschenbeth Mark		0:48:51	M40	75	4:53 min/km
15	1005	Jagalski Dirk	FI Sport e.V.	0:49:54	M40	86	4:59 min/km
16	1062	Käsbach Christoph		0:53:49	M40	106	5:23 min/km
17	946	Carlé Thomas		0:59:21	M40	118	5:56 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Männer

Seite 2  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M45</b>							
1	668	Heuschen Dirk	TV Refrath	0:35:05	M45	3	3:31 min/km
2	1046	Sambale Thomas	Asics Fronrunner	0:36:24	M45	6	3:38 min/km
3	716	Meier Dirk	LG Wuppertal	0:39:03	M45	15	3:54 min/km
4	695	Kopp Kay-Hermann	TS79 Bergisch Gladbach	0:39:18	M45	16	3:56 min/km
5	761	Reiser Jürgen	LG RWE Power	0:41:24	M45	20	4:08 min/km
6	577	Van Haselen Dr. Christian	*Doetinchem	0:42:09	M45	25	4:13 min/km
7	643	Fricke Matthias	*Pulheim	0:43:24	M45	31	4:20 min/km
8	652	Graf Wolfram	TUS Kreuzweingarten-Rheder	0:43:41	M45	32	4:22 min/km
9	1030	Kammler Reinhard	*Köln	0:44:00	M45	33	4:24 min/km
10	940	Wittstamm Joachim	*Köln	0:44:53	M45	41	4:29 min/km
11	1052	Mesic Mario	EL TREN DE COLONIA	0:44:56	M45	42	4:30 min/km
12	669	Höhmänn Marc	*Köln	0:45:40	M45	49	4:34 min/km
13	707	Leyendecker Ernst	1. FC Köln	0:45:52	M45	50	4:35 min/km
14	961	Oswehr Sven	*Köln	0:46:49	M45	59	4:41 min/km
15	1028	Steyer Waldemar	*Leverkusen	0:46:53	M45	60	4:41 min/km
16	1029	Herold Matthias		0:47:09	M45	61	4:43 min/km
17	648	Gatz Uwe Christian	LT Saaler Mühle	0:47:18	M45	63	4:44 min/km
18	559	Schlößer Peter	Eschweiler	0:48:02	M45	69	4:48 min/km
19	590	Assmann Olaf	no name	0:48:42	M45	74	4:52 min/km
20	819	Wehner Stephan	LT Siebengebirge	0:49:50	M45	84	4:59 min/km
21	859	Hilpert Ulrich		0:52:41	M45	101	5:16 min/km
22	720	Moch Dietmar	MKH Ausdauerteam	0:52:51	M45	102	5:17 min/km
23	1056	Rommel Markus	*Siegen	0:52:55	M45	103	5:18 min/km
24	566	Schusters Artur	Gerresheimer Turnverein	0:53:21	M45	104	5:20 min/km
25	1035	Schnepper Willi	Biggi's Flitzer	0:53:57	M45	108	5:24 min/km
26	1026	Hackenberg Markus	*Wermelskirchen	0:54:15	M45	109	5:26 min/km
27	579	Vent Michael	*Hennef	0:55:03	M45	112	5:30 min/km
28	843	Klein Wilfried	*Köln	0:56:41	M45	115	5:40 min/km
29	696	Krämer Achim	*Lohmar	1:00:21	M45	120	6:02 min/km
30	941	Feldmann Christoph	Bornheim	1:02:45	M45	123	6:17 min/km
31	1064	Hilpert Thomas	*Köln	1:02:56	M45	124	6:18 min/km
32	847	Engel Dirk		1:10:26	M45	131	7:03 min/km
33	574	Thaden Jörg	*Euskirchen	1:10:28	M45	132	7:03 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Männer

Seite 3  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M50</b>							
1	1037	Messner Michael	Brühler TV 1879	0:40:04	M50	18	4:00 min/km
2	1053	Lange Harald		0:41:54	M50	22	4:11 min/km
3	641	Fiumicello Luigi	LT Kemperdick	0:41:59	M50	23	4:12 min/km
4	715	Manthei Christian	Ergo sports Köln	0:43:19	M50	30	4:20 min/km
5	626	Cremer Jürgen	LLG80 Nordpark Köln	0:44:15	M50	36	4:26 min/km
6	828	Zeitler Ingo	Nonstop Köln	0:44:18	M50	37	4:26 min/km
7	1027	Clauss Axel	DEK Hagen	0:44:34	M50	39	4:27 min/km
8	988	Wermelt Tony		0:46:29	M50	56	4:39 min/km
9	682	Kasprzik Peter	LT Saaler Mühle	0:46:39	M50	58	4:40 min/km
10	1045	Drews Dietmar	*Euskirchen	0:47:32	M50	64	4:45 min/km
11	1043	Vaessen Jan	Atletiek Helden (NL)	0:48:23	M50	72	4:50 min/km
12	1006	Berger Stefan	Brücker Lauffreunde	0:49:04	M50	78	4:54 min/km
13	755	Pruß Thomas	Colognerunners	0:51:17	M50	91	5:08 min/km
14	810	Vogel Dirk	*Duisburg	0:52:07	M50	97	5:13 min/km
15	596	Becker Reinhard	*Kreuztal	0:52:23	M50	99	5:14 min/km
16	849	Meerten Theo		0:54:43	M50	111	5:28 min/km
17	505	Braun Peter	*Bornheim	1:05:57	M50	127	6:36 min/km
<b>Altersklasse Männer M55</b>							
1	1022	Paulitschke Wilfried	Asics Fronrunner	0:36:02	M55	5	3:36 min/km
2	948	Isbaner Wolfgang	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:42:49	M55	26	4:17 min/km
3	610	Bosbach Gerd	ESV Gremberghoven	0:43:14	M55	29	4:19 min/km
4	959	Mielczarek Norbert	Rhein Erft Akademie	0:46:15	M55	54	4:38 min/km
5	1054	Krause Jürgen	Team Dolorgiet	0:48:00	M55	68	4:48 min/km
6	1010	Pniewski Bernd	Brücker Lauffreunde	0:48:18	M55	71	4:50 min/km
7	853	Bohn Joachim W.	German Air Force / Luftwaffe	0:48:54	M55	76	4:53 min/km
8	1019	Sandkühler Dirk	*Köln	0:49:13	M55	82	4:55 min/km
9	736	Ohl Heinz	*Nümbrecht	0:49:49	M55	83	4:59 min/km
10	953	Schorn Walter	LT Saaler Mühle	0:50:16	M55	88	5:02 min/km
11	1032	Wirth Burkhard	*Schwäbisch Gmünd	0:51:59	M55	94	5:12 min/km
12	1040	Hamers Harry	*Simpelved	0:58:43	M55	117	5:52 min/km
13	996	Beringhoff Georg	FG Köln	1:00:22	M55	121	6:02 min/km
<b>Altersklasse Männer M60</b>							
1	1044	Winkler Benno	Opa für Jona	0:44:08	M60	35	4:25 min/km
2	638	Feindt Reinhard	ohne verein	0:45:15	M60	44	4:32 min/km
3	777	Schlüssel Ralf	LLG Haan-Hilden	0:50:42	M60	90	5:04 min/km
4	1050	Altendorf Oskar	TV Refrath	0:52:04	M60	95	5:12 min/km
5	723	Moga Bruno	LG Huskies	0:52:15	M60	98	5:14 min/km
6	749	Peters Jens	*Bonn	0:54:32	M60	110	5:27 min/km
7	660	Heine Joachim	*Köln	0:56:39	M60	114	5:40 min/km
8	1012	Braun Karl-Heinz		1:13:03	M60	134	7:18 min/km
<b>Altersklasse Männer M65</b>							
1	772	Runge Günther	VfL Engelskirchen	0:49:02	M65	77	4:54 min/km
2	1020	Dr. Gerke Jürgen		0:57:26	M65	116	5:45 min/km
3	1059	Feige Manfred	*Köln	1:00:18	M65	119	6:02 min/km
<b>Altersklasse Männer M70</b>							
1	1051	Krüger Gerhard	TV Refrath	0:53:51	M70	107	5:23 min/km
2	796	Schütze Alfred	Die Genussläufer	1:10:54	M70	133	7:05 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Männer

Seite 4  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M75</b>							
1	628	Deiters Lothar	LTD-Köln-Dellbrück	1:01:45	M75	122	6:11 min/km
<b>Altersklasse Männer MHK</b>							
1	966	Pietrzak Krystian	*Köln	0:37:55	MHK	10	3:48 min/km
2	552	Pistillo Nicola	*Köln	0:46:04	MHK	52	4:36 min/km
3	690	Kluge Lars	*Köln	0:48:39	MHK	73	4:52 min/km
4	851	Schnier Fabian		0:49:11	MHK	80	4:55 min/km
5	635	Ehses Christian	Kompetenzteam	0:49:50	MHK	85	4:59 min/km
6	551	Peters Andreas	*Erkelenz	0:52:05	MHK	96	5:13 min/km
7	1055	Brüll Sebastian		0:53:37	MHK	105	5:22 min/km
8	857	Glesmann Guido	FC Keldenich	0:55:43	MHK	113	5:34 min/km
9	521	Goad Robert	*Köln	1:06:19	MHK	128	6:38 min/km
10	501	Bamberg Christopher	*Köln	1:07:14	MHK	130	6:43 min/km
<b>Altersklasse Männer MJB</b>							
1	860	Hilpert Daniel		0:52:40	MJB	100	5:16 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Frauen

Seite 5  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Frauen W30</b>							
1	1021	Westermann Rike	PSV Grün-Weiß Kassel	0:39:13	W30	1	3:55 min/km
2	854	Urbansky Christine	ASV Köln Triathlon	0:42:14	W30	2	4:13 min/km
3	617	Buschhüter Astrid	*Bergisch Gladbach	0:44:18	W30	5	4:26 min/km
4	823	Willmer Carolin	Thussi 2	0:44:43	W30	7	4:28 min/km
5	724	Moras Chiara	Gazzetta Runners Club	0:44:57	W30	8	4:30 min/km
6	517	Eßler Liisa	KSG Köln	0:48:44	W30	14	4:52 min/km
7	841	Löwen Ludmilla		0:48:58	W30	17	4:54 min/km
8	575	Thiel Melanie	*Köln	0:48:59	W30	18	4:54 min/km
9	1011	Khoshnevisan Daniela	LT Hennef/Sieg	0:50:42	W30	25	5:04 min/km
10	957	Nicaise Charlotte		0:51:47	W30	27	5:11 min/km
11	1016	Düppers Montserrat		0:52:43	W30	31	5:16 min/km
12	581	Warlich Dr. Anke	*Köln	0:57:49	W30	44	5:47 min/km
13	530	Hofmann Miriam	*Köln	1:03:14	W30	58	6:19 min/km
14	503	Beer Susanne	*Köln	1:06:59	W30	63	6:42 min/km
15	563	Schmoll Sabine	*Köln	1:09:15	W30	66	6:56 min/km
16	524	Hahn Marion	*Köln	1:09:45	W30	68	6:59 min/km
<b>Altersklasse Frauen W35</b>							
1	1057	Adam Simone	MAS	0:48:48	W35	15	4:53 min/km
2	1047	Schöffeler Kerstin	TV Kärlich	0:49:48	W35	21	4:59 min/km
3	993	Kukies Petra	*Köln	0:50:33	W35	23	5:03 min/km
4	507	Budig Daniela	LG Gummersbach	0:53:02	W35	32	5:18 min/km
5	743	Pauly Dr. Anne	*Köln	0:54:02	W35	35	5:24 min/km
6	786	Schnettler Yvonne	*Siegburg	0:57:34	W35	43	5:45 min/km
7	612	Breer Sandra	*Köln	0:59:25	W35	46	5:57 min/km
8	1009	Weisbach Heike	LT Hennef Sieg	1:00:29	W35	52	6:03 min/km
9	838	Golsch Tanja		1:01:14	W35	53	6:07 min/km
10	1063	Janssen Julia		1:02:56	W35	57	6:18 min/km
<b>Altersklasse Frauen W40</b>							
1	1023	Hinze Katja	LG Gummersbach	0:43:07	W40	4	4:19 min/km
2	1015	Schneider Heide	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:47:43	W40	10	4:46 min/km
3	1036	Stickel-Zimmermann	*Köln	0:48:49	W40	16	4:53 min/km
4	1039	Hagen Katrin	Team Erdinger	0:51:06	W40	26	5:07 min/km
5	1042	Heuijers Ellen	Atletiek Helden (NL)	1:05:02	W40	61	6:30 min/km
<b>Altersklasse Frauen W45</b>							
1	762	Rentergent Carola	SG Zons	0:44:41	W45	6	4:28 min/km
2	621	Ciaglia Silke	SG Zons	0:46:57	W45	9	4:42 min/km
3	692	Köppern Antje	E.I.L.E.	0:48:32	W45	13	4:51 min/km
4	691	Koelker Christiane	*Mettmann	0:52:12	W45	29	5:13 min/km
5	1058	Sander Beate	LT Ahrweiler	0:53:04	W45	33	5:18 min/km
6	846	Friebe-Emonts Susanne		0:55:28	W45	40	5:33 min/km
7	780	Schmitz Judith	BSG Rheinenergie	0:57:15	W45	42	5:44 min/km
8	718	Meuser Dagmar	LLG 80 Nordpark Köln	0:58:59	W45	45	5:54 min/km
9	522	Gruse Sandra	*Solingen	1:00:00	W45	47	6:00 min/km
10	809	Tanski Uschi	Cäcilia Neuhonrath	1:00:01	W45	49	6:00 min/km
11	1007	Meyer Silvia	LeoGoesRunningTeam	1:02:06	W45	55	6:13 min/km
12	714	Malorny Martina	Lichtscheid Runner	1:04:58	W45	60	6:30 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 29.Juli 2012

## 10km Lauf

Frauen

Seite 6  
gedruckt 30.07.2012 22:31:16

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Frauen W50</b>							
1	827	Zange Gabi	ESV Gremberghoven	0:47:51	W50	11	4:47 min/km
2	956	Endrulat Ulrike	LT Saaler Mühle	0:49:19	W50	19	4:56 min/km
3	817	Wegel Edith	Lauftreff Troisdorf	0:54:54	W50	38	5:29 min/km
4	578	Vent Dagmar	*Hennef	1:01:23	W50	54	6:08 min/km
5	852	Hahs Eueline	LT Hennef Sieg	1:02:53	W50	56	6:17 min/km
<b>Altersklasse Frauen W55</b>							
1	825	Würiges Amparo-Soledad	LT Saaler Mühle	0:49:39	W55	20	4:58 min/km
2	943	Flach Marion	RTB-Marathon	0:53:28	W55	34	5:21 min/km
3	553	Pullem Kerstin	*Köln	1:07:23	W55	64	6:44 min/km
<b>Altersklasse Frauen W60</b>							
1	1049	Reiche Jutta	LT Ahrweiler	0:48:26	W60	12	4:51 min/km
2	1065	Heller Marlene	*Köln	1:00:12	W60	51	6:01 min/km
<b>Altersklasse Frauen WHK</b>							
1	770	Roth Stefanie	LG Wuppertal	0:43:00	WHK	3	4:18 min/km
2	605	Bittens Linda	*Köln	0:52:07	WHK	28	5:13 min/km
3	614	Brüll Verena	*Bonn	0:52:17	WHK	30	5:14 min/km
4	1031	Lämmlein Mareike	*Wuppertal	0:54:44	WHK	36	5:28 min/km
5	1004	Mäling Anja	Troisdorfer LG M.U.T	0:54:51	WHK	37	5:29 min/km
6	560	Schlütter Jessica	*Köln	0:55:02	WHK	39	5:30 min/km
7	568	Sickliger Sonja	*Köln	0:56:33	WHK	41	5:39 min/km
8	586	Zhukovska Olga	*Köln	1:00:00	WHK	48	6:00 min/km
9	536	Kannenberg Nicole	*Köln	1:00:11	WHK	50	6:01 min/km
10	618	Buschhüter Maren	Die Buschis	1:04:55	WHK	59	6:30 min/km
11	540	Kürten Nicola	*Siegburg	1:06:57	WHK	62	6:42 min/km
12	855	Tselekgrou Iris		1:09:12	WHK	65	6:55 min/km
13	673	Holland Julia	*Köln	1:09:15	WHK	67	6:56 min/km
<b>Altersklasse Frauen WSA</b>							
1	179	Schusters Katrin	LG Stadtwerke Hilden	0:50:30	WSA	22	5:03 min/km
<b>Altersklasse Frauen WSC</b>							
1	174	Jansen Michelle	*Köln	0:50:41	WSC	24	5:04 min/km