

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 1
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M20								
1	1593	Singbeil Daniel	Bunert - Der Kölner Lauflad	0:16:21	M20	1	0:16:22	3:16 min/km
2	1887	Kahlenberg Fabian		0:18:23	M20	6	0:18:25	3:41 min/km
3	1717	Weiner Pascal	*Remscheid	0:18:36	M20	7	0:18:36	3:43 min/km
4	583	Kaiser Thomas	Sebamed Running Team	0:18:59	M20	9	0:19:00	3:48 min/km
5	718	Toledo González Lucas	*Köln	0:20:14	M20	14	0:20:18	4:03 min/km
6	440	Weber Markus	VFB Wissen / LG Sieg	0:20:51	M20	21	0:20:54	4:10 min/km
7	1047	Schiffer Sebastian	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:22:17	M20	26	0:22:32	4:27 min/km
8	1585	Rodert Moritz	*Köln	0:22:58	M20	32	0:23:07	4:36 min/km
9	1504	Jendryewski PROF Sascha	Rumstata & Tötörö	0:22:58	M20	33	0:23:04	4:36 min/km
10	1050	Greuvers Christian	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:23:30	M20	39	0:23:44	4:42 min/km
11	1657	Zehnpfennig Damian	TV Refrath	0:23:41	M20	44	0:23:46	4:44 min/km
12	1017	Lotze Tobias	TV Schmie	0:23:45	M20	46	0:23:52	4:45 min/km
13	3000	Sonntag Frank		0:23:56	M20	52	0:24:19	4:47 min/km
14	1840	Achcenich Ben	Mad Dogs Cologne	0:24:29	M20	57	0:25:15	4:54 min/km
15	341	Wagner Sven	*Köln	0:24:36	M20	58	0:24:44	4:55 min/km
16	1105	Becker Marc	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:24:55	M20	60	0:25:10	4:59 min/km
17	624	Darman Nasrat	AppelrathCüpper Köln	0:25:53	M20	69	0:26:46	5:11 min/km
18	221	Oehring Karlo	*Köln	0:26:02	M20	70	0:26:23	5:13 min/km
19	217	Friederichs Christopher	*Köln	0:26:05	M20	72	0:26:25	5:13 min/km
20	220	Jank Florian	*Köln	0:26:06	M20	73	0:26:26	5:13 min/km
21	1551	Neisemeier Tobias	WIESO CERT GMBH	0:27:00	M20	84	0:27:57	5:24 min/km
22	629	Da Silva Jeferson	*Köln	0:27:50	M20	95	0:28:37	5:34 min/km
23	592	Bock Alexander	*Köln	0:27:51	M20	96	0:28:09	5:34 min/km
24	617	Backhaus Oliver	AppelrathCüpper Köln	0:28:37	M20	106	0:29:28	5:43 min/km
25	575	Güzel Baris	*Köln	0:28:39	M20	111	0:28:58	5:44 min/km
26	768	Schuh Frederick	*Hürth	0:28:53	M20	117	0:29:13	5:47 min/km
27	219	Haas Simon	*Köln	0:28:54	M20	118	0:29:13	5:47 min/km
28	1634	Kloß Christian	*Köln	0:29:27	M20	126	0:29:53	5:54 min/km
29	928	Pagels Thomas	*Düren	0:31:16	M20	150	0:32:03	6:15 min/km
30	1778	Balve Bastian	Sparda-Bank West	0:31:35	M20	152	0:32:39	6:19 min/km
31	1565	Geller René	KJA Köln	0:32:34	M20	170	0:33:27	6:31 min/km
32	1568	Kuwaczka Andreas	KJA Köln	0:33:06	M20	175	0:33:59	6:37 min/km
33	516	Hermannung Alexander	*Köln	0:35:15	M20	200	0:35:20	7:03 min/km
34	1164	Kowski Thomas	*Bonn	0:35:43	M20	204	0:36:21	7:09 min/km
35	280	Leinert Sascha	*Mondorf-Niederkassel	0:39:49	M20	219	0:40:27	7:58 min/km
36	794	Scholz Marc-Eric	*Schalksmühle	0:40:08	M20	220	0:40:19	8:02 min/km
37	1831	Uhlig Michael	Sparda-Bank West	0:41:57	M20	225	0:43:00	8:24 min/km
38	1457	Singh Gurwinder	Diakonie Michaelshoven	0:46:00	M20	227	0:46:58	9:12 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 2
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M30								
1	1846	Barraclough Anthony	Colchester Harriers	0:17:25	M30	3	0:17:28	3:29 min/km
2	1098	Dasch Thomas	Team Talanx	0:18:03	M30	4	0:18:04	3:37 min/km
3	512	Zwerink Steven	Mannenweekend 2016	0:19:39	M30	12	0:19:43	3:56 min/km
4	981	Fischer David	*Köln	0:20:47	M30	19	0:20:51	4:10 min/km
5	1588	Fischer Martin	*Köln	0:21:28	M30	24	0:21:30	4:18 min/km
6	894	Meyer Bastian	*Köln	0:24:11	M30	54	0:24:54	4:50 min/km
7	910	Arlt Andreas	*Troisdorf	0:24:59	M30	61	0:25:16	4:60 min/km
8	1886	Lommersum Sebastian		0:25:21	M30	63	0:26:33	5:04 min/km
9	1875	Keuerhof David		0:26:58	M30	82	0:27:35	5:24 min/km
10	1747	Robyns Christian	AOK-Laufteam	0:29:16	M30	122	0:30:15	5:51 min/km
11	1302	Umansky Dr. Andrej	*Huerth	0:29:56	M30	135	0:30:24	5:59 min/km
12	1879	Plessnig Thomas		0:30:04	M30	137	0:30:53	6:01 min/km
13	1575	Müller Christian	LVR	0:30:09	M30	139	0:31:11	6:02 min/km
14	1896	Brunner Johannes		0:31:15	M30	149	0:32:17	6:15 min/km
15	511	Kolkman Wouter	Mannenweekend 2016	0:33:41	M30	185	0:33:52	6:44 min/km
16	513	Boom Gert-Jan	Mannenweekend 2016	0:33:41	M30	186	0:33:52	6:44 min/km
Altersklasse Männer M35								
1	1515	Igrisianu Raphael	SportScheck/DonMarathon	0:17:19	M35	2	0:17:20	3:28 min/km
2	609	Tolles Marius	AppelrathCüpper Köln	0:19:00	M35	10	0:19:03	3:48 min/km
3	1838	Zemmoura Youness	*Köln	0:20:17	M35	15	0:20:18	4:03 min/km
4	1082	Krohmann Michael	Vegan Runners	0:20:18	M35	16	0:20:20	4:04 min/km
5	1383	Koch Thomas	RUNNERS WORLD	0:20:49	M35	20	0:20:53	4:10 min/km
6	973	Bartmann Kosta	*Hürth	0:22:20	M35	28	0:22:30	4:28 min/km
7	1123	Winkelmann Christian	Föhr Marathon e.V.	0:24:13	M35	55	0:24:17	4:51 min/km
8	1618	Rath Dirk	*Odenthal	0:25:34	M35	66	0:26:05	5:07 min/km
9	1205	Männersdörfer Markus	*Köln	0:25:41	M35	68	0:25:50	5:08 min/km
10	1473	Schäfers Sascha	*Pulheim	0:28:01	M35	99	0:28:56	5:36 min/km
11	259	Warzecha Christian	*St.Katharinen	0:28:06	M35	100	0:28:26	5:37 min/km
12	1659	Oberliessen Marc	FF Odenthal	0:28:43	M35	112	0:29:27	5:45 min/km
13	939	Medina Francisco	Mediengruppe RTL	0:29:50	M35	130	0:29:51	5:58 min/km
14	1688	Fiedler Nikolaj	*Köln	0:29:52	M35	134	0:30:37	5:59 min/km
15	845	Lorenz Joonas	Team Tripple Generation	0:30:03	M35	136	0:30:35	6:01 min/km
16	1206	Hötgen Pierre	Runners Point Run Club Kö	0:30:06	M35	138	0:30:15	6:01 min/km
17	1425	Hilgendorf Marc	Diakonie Michaelshoven	0:31:38	M35	154	0:32:41	6:20 min/km
18	1807	Müller Mario	Sparda-Bank West	0:31:41	M35	155	0:32:32	6:20 min/km
19	725	Schmey Florian	*Köln	0:33:09	M35	177	0:33:45	6:38 min/km
20	1548	Nuspl Kim Maurice	LVR-InfoKom	0:34:24	M35	193	0:34:41	6:53 min/km
21	474	Bremer Sascha	*Mechernich	0:35:01	M35	197	0:35:55	7:00 min/km
22	582	Salaris Jeffrey	*Köln	0:35:05	M35	198	0:35:25	7:01 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 3
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M40								
1	765	Fassbender Thorsten	*Köln	0:23:38	M40	42	0:23:43	4:44 min/km
2	1321	Danek Ingo	Lauffreunde Lunke/Blument	0:23:51	M40	48	0:24:07	4:46 min/km
3	815	Ganser Stephan	Karls Printen Sprinten	0:24:24	M40	56	0:24:35	4:53 min/km
4	1651	Seel Evgenij	*Köln	0:26:26	M40	76	0:26:57	5:17 min/km
5	1877	Diepold Alfred		0:27:37	M40	91	0:28:26	5:32 min/km
6	733	Maass Daniel	FIT.köln	0:28:52	M40	116	0:29:19	5:47 min/km
7	51	Kozik Eren	SEOPT Road Runners	0:29:49	M40	129	0:30:51	5:58 min/km
8	1758	Mittag Dirk	*Kerpen	0:30:17	M40	140	0:30:35	6:03 min/km
9	819	Zirke Dirk	Karls Printen Sprinten	0:30:23	M40	143	0:30:34	6:05 min/km
10	493	Keller Carsten	*Mechernich	0:31:37	M40	153	0:32:30	6:20 min/km
11	175	Dillmann Mario	1.FC Köln	0:31:53	M40	156	0:32:25	6:23 min/km
12	1196	Busch Tobias	*Köln	0:32:22	M40	165	0:33:00	6:29 min/km
13	899	Müller Nicolas	SUEZ & Friends	0:33:59	M40	189	0:34:25	6:48 min/km
14	1059	Rink Timo	SUEZ & Friends	0:34:09	M40	190	0:34:43	6:50 min/km
15	737	Pesch Stephan	EVL-Lauftreff	0:37:26	M40	212	0:37:38	7:29 min/km
16	321	Frank Torsten	Siemens OEMMBS	0:37:52	M40	214	0:38:16	7:34 min/km
17	316	Benneker Bernd	Veni Vidi Colonia	0:39:13	M40	218	0:40:16	7:51 min/km
18	564	Mücke Uli	RTL	0:43:00	M40	226	0:43:00	8:36 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 4
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M45								
1	1656	Wilmes Heiko	TV Refrath	0:18:08	M45	5	0:18:09	3:38 min/km
2	1597	Grass Rene	Bunert / Rhein Berg Runner	0:18:43	M45	8	0:18:45	3:45 min/km
3	1266	Holz Michael	BSG Barmenia	0:21:07	M45	22	0:21:10	4:14 min/km
4	817	Merz Boris	Karls Printen Sprinten	0:21:21	M45	23	0:21:31	4:16 min/km
5	1097	Brummermann Jens	Team Talanx	0:22:17	M45	27	0:22:20	4:27 min/km
6	1405	Stabe Marcus	Team Double Generation	0:23:12	M45	35	0:23:45	4:38 min/km
7	1716	Hörter Martin	TV Kleinwiedenest	0:23:41	M45	45	0:24:13	4:44 min/km
8	1147	Waloschek Thorsten	*Pulheim	0:25:07	M45	62	0:25:32	5:01 min/km
9	1519	Reisener Ingo	*Niederkassel	0:26:59	M45	83	0:27:33	5:24 min/km
10	1008	Liese Ralf	*Leverkusen	0:27:11	M45	90	0:27:16	5:26 min/km
11	1878	Rippert Erwin		0:28:29	M45	102	0:29:17	5:42 min/km
12	775	Penka Olaf	*Pulheim	0:28:34	M45	104	0:29:05	5:43 min/km
13	107	Lossin Holger	Stadtsportverband Euskirc	0:29:22	M45	123	0:29:38	5:52 min/km
14	1305	Breyer Martin	*Köln	0:29:24	M45	124	0:30:00	5:53 min/km
15	137	Buchmüller Rainer	*Frechen	0:29:38	M45	128	0:30:00	5:56 min/km
16	1722	Recke Marco	*Bottrop	0:29:50	M45	131	0:30:37	5:58 min/km
17	1349	Leckel Dr. Marcus	*Bonn	0:30:32	M45	145	0:31:25	6:07 min/km
18	1312	Barnard Ken	*Köln	0:31:25	M45	151	0:32:23	6:17 min/km
19	1428	Kaste Holger	Diakonie Michaelshoven	0:32:16	M45	159	0:33:19	6:27 min/km
20	1829	Stentenbach Thomas	Sparda-Bank West	0:32:21	M45	163	0:33:23	6:28 min/km
21	1631	Schmitt Stefan	*Wilnsdorf	0:32:25	M45	166	0:32:46	6:29 min/km
22	1502	Siegler Stephan	Diakonie Michaelshoven	0:32:28	M45	167	0:33:26	6:30 min/km
23	14	Damian Claus	*Ahlen	0:32:47	M45	171	0:33:16	6:34 min/km
24	1859	Golembowski Kai	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:33:01	M45	173	0:33:25	6:36 min/km
25	971	Müller Mika	LG28Süd	0:33:06	M45	176	0:33:23	6:37 min/km
26	621	Steer Christian	AppelrathCüpper Köln	0:33:28	M45	181	0:34:20	6:42 min/km
27	1559	Frömbgen Ingo	BSG-ABB-Bad Honnef	0:33:29	M45	182	0:34:36	6:42 min/km
28	1343	Raskopf Jörg	P-Box-Consulting Running T	0:33:34	M45	184	0:33:47	6:43 min/km
29	246	Schon Torsten	*Köln	0:34:29	M45	194	0:35:07	6:54 min/km
30	893	Sevindik Tuna	*Troisdorf	0:34:47	M45	195	0:35:23	6:58 min/km
31	1073	Pankalla Gordon	*Köln	0:35:01	M45	196	0:35:42	7:00 min/km
32	1819	Raps Frank	Sparda-Bank West	0:35:41	M45	203	0:35:58	7:08 min/km
33	151	Stark Heiner	Laufstark	0:36:04	M45	205	0:37:04	7:13 min/km
34	1397	Knipping Michael	-	0:36:13	M45	208	0:36:41	7:15 min/km
35	1197	Markert Patrick	*Hennef	0:36:48	M45	210	0:37:30	7:22 min/km
36	243	Vauda Dominik	Engelchen und Bengelchen	0:47:45	M45	228	0:48:03	9:33 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 5
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M50								
1	1544	Cirpka Enno	MausLaufGruppe	0:20:07	M50	13	0:20:10	4:01 min/km
2	1273	Uebele Joachim	TV Refrath	0:22:26	M50	30	0:22:29	4:29 min/km
3	190	Ralph König	LSF MÜNSTER	0:23:21	M50	36	0:23:24	4:40 min/km
4	1496	Schönert Martin	*Köln	0:23:29	M50	37	0:24:00	4:42 min/km
5	1175	Lubitz Jürgen	BSG Stadt Köln	0:23:32	M50	40	0:23:39	4:42 min/km
6	1172	Miehle Andreas	Team Talanx	0:23:51	M50	47	0:23:54	4:46 min/km
7	1683	Cremer Jürgen	Time and Voice Lauf Cup K	0:23:52	M50	49	0:23:58	4:47 min/km
8	1645	Lorbacher Dr. Marcus	*Köln	0:24:53	M50	59	0:25:04	4:59 min/km
9	771	Pesch Matthias	*Köln	0:25:30	M50	65	0:25:35	5:06 min/km
10	1909	Wenninghoff Michael	AOK-Laufteam	0:26:41	M50	78	0:27:40	5:20 min/km
11	933	Nowak Mark	Team alltours Reisecenter	0:27:48	M50	94	0:28:01	5:34 min/km
12	484	Vogels Juergen	SC Will	0:27:59	M50	98	0:28:08	5:36 min/km
13	1741	Hoppe Rainer	AOK-Laufteam	0:28:30	M50	103	0:29:28	5:42 min/km
14	1075	Löhner Kurt	*Köln	0:28:47	M50	113	0:28:54	5:45 min/km
15	1699	Dömmecke Andreas	*Köln	0:29:01	M50	119	0:29:09	5:48 min/km
16	1140	Plück Wolfgang	BSG Rheinenergie	0:30:22	M50	142	0:31:14	6:05 min/km
17	898	Graf Rüdiger	SUEZ & Friends	0:30:41	M50	147	0:31:09	6:08 min/km
18	763	Grüncke Olaf	LG28Süd	0:31:02	M50	148	0:31:18	6:13 min/km
19	1332	Hoppe Hans-Bernd	Zollern Laufgruppe	0:32:03	M50	157	0:32:47	6:25 min/km
20	222	Witzgall Stefan	*Köln-Lind	0:32:21	M50	162	0:33:10	6:28 min/km
21	196	Witzgall Andreas	*Kerpen	0:32:21	M50	164	0:33:11	6:28 min/km
22	880	Lehmann Christoph	*Köln	0:32:30	M50	168	0:33:16	6:30 min/km
23	932	Wambach Andreas	*Swisttal-Miel	0:33:10	M50	178	0:33:51	6:38 min/km
24	1368	WIEDENSOHLER Dr.	WIESO CERT GMBH	0:41:11	M50	223	0:42:08	8:14 min/km
Altersklasse Männer M55								
1	1538	Peter Ronald	HLG 98 Wuppertal	0:26:27	M55	77	0:26:42	5:18 min/km
2	3001	Wasser Reimund	Maus Lauf Gruppe	0:27:02	M55	85	0:27:05	5:24 min/km
3	1567	Spitzley Georg	KJA Köln	0:27:04	M55	87	0:27:56	5:25 min/km
4	818	Schröder Harald	Karls Printen Sprinten	0:27:45	M55	93	0:27:57	5:33 min/km
5	946	Sommer Achim	*Lindlar	0:29:06	M55	121	0:29:30	5:49 min/km
6	1453	Schmidt Wolfgang	Diakonie Michaelshoven	0:32:15	M55	158	0:33:09	6:27 min/km
7	1446	Porten Rudi	Diakonie Michaelshoven	0:33:12	M55	179	0:34:07	6:38 min/km
8	3012	Evert Michael	*Köln	0:33:33	M55	183	0:34:21	6:43 min/km
9	1806	Müllejjans Dieter	Sparda-Bank West	0:33:44	M55	188	0:34:34	6:45 min/km
10	287	Thelen Wilfried	LG Laacher See	0:35:22	M55	201	0:35:33	7:05 min/km
11	354	Mühlenberg Peter	*Bergheim	0:36:10	M55	207	0:36:26	7:14 min/km
Altersklasse Männer M60								
1	600	Würz Wolfgang	*Weilburg	0:28:36	M60	105	0:28:42	5:43 min/km
2	130	Wischnewski Waldemar	*Bergheim	0:28:38	M60	109	0:29:01	5:44 min/km
3	451	Evangelinos Konstantin	-	0:29:02	M60	120	0:30:13	5:49 min/km
4	1230	Von Döhren Burkhard	privat	0:29:31	M60	127	0:29:40	5:54 min/km
5	847	Weller Wilhelm	Team Tripple Generation	0:30:27	M60	144	0:31:00	6:06 min/km
6	646	Müller-Christmann	*Edingen	0:32:18	M60	160	0:33:22	6:28 min/km
7	795	Hess Jürgen	BSG Funke Mediengruppe	0:32:51	M60	172	0:33:39	6:34 min/km
8	1897	Wilhelm Armin		0:33:42	M60	187	0:34:05	6:44 min/km
9	262	Pütz Armin	*Bonn	0:34:10	M60	191	0:35:10	6:50 min/km
10	776	Schneider Lothar	LG28Süd	0:38:15	M60	215	0:38:30	7:39 min/km
11	884	Viertel Alexander	*Troisdorf	0:38:44	M60	216	0:38:54	7:45 min/km
12	448	Stüttem Stefan	ISI-RUNNER	0:39:11	M60	217	0:39:51	7:50 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 6
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M65								
1	264	Feindt Reinhard	TV Refrath	0:23:39	M65	43	0:24:02	4:44 min/km
2	1884	Heimes Dirk	Teutonia Deutmecke	0:26:11	M65	74	0:26:34	5:14 min/km
3	728	Schmitz Manfred	Team Schmitz	0:26:53	M65	81	0:27:00	5:23 min/km
4	3011	Lüttge Fred	LG RWE Köln	0:33:02	M65	174	0:33:24	6:36 min/km
5	799	Krug Wilfried	*Kreuzau	0:35:10	M65	199	0:35:49	7:02 min/km
6	1857	Hessbrüggen Hans	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:35:25	M65	202	0:35:51	7:05 min/km
7	1873	Bednorz Achim		0:37:15	M65	211	0:37:50	7:27 min/km
8	141	Frings Lothar	*Köln	0:40:49	M65	221	0:40:59	8:10 min/km
Altersklasse Männer M70								
1	1527	Ihlow Werner	TV Norden	0:36:08	M70	206	0:36:34	7:14 min/km
2	1019	Götten Heinz Rudolf	*Bonn	0:36:41	M70	209	0:36:47	7:20 min/km
Altersklasse Männer M75								
1	108	Erdenberger Manfred	*Köln	0:40:49	M75	222	0:40:59	8:10 min/km
Altersklasse Männer M80								
1	692	Hamacher Ralf	*Bad Münstereifel	0:41:15	M80	224	0:42:22	8:15 min/km
Altersklasse Männer MU10								
1	1725	Recke Lorenz	*Bottrop	0:29:50	MU10	133	0:30:37	5:58 min/km
Altersklasse Männer MU12								
1	132	Wischniewski Luca	*Bergheim	0:25:39	MU12	67	0:25:45	5:08 min/km
2	1046	Renner Daniel	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:26:20	MU12	75	0:26:23	5:16 min/km
3	1663	Penka Jonas	*Pulheim	0:28:26	MU12	101	0:28:57	5:41 min/km
4	1830	Stentenbach Felix	Sparda-Bank West	0:32:20	MU12	161	0:33:22	6:28 min/km
5	1497	Schönert Jonathan	*Köln	0:33:12	MU12	180	0:33:37	6:39 min/km
6	1560	Frömbgen Fabio	BSG-ABB-Bad Honnef	0:34:21	MU12	192	0:35:28	6:52 min/km
Altersklasse Männer MU14								
1	1076	Löhner Tim	ASV Köln	0:22:22	MU14	29	0:22:29	4:28 min/km
2	1740	Hammling Tom	AOK-Laufteam	0:23:55	MU14	51	0:24:07	4:47 min/km
3	1386	Zahnen Fabian	GSV Porz	0:23:58	MU14	53	0:24:03	4:48 min/km
4	1622	Dingler Henning	*Köln	0:25:24	MU14	64	0:25:26	5:05 min/km
5	1475	Waderna Marlon	GSV Porz	0:26:05	MU14	71	0:26:10	5:13 min/km
6	729	Schmitz Pascal	TuS-Wesseling	0:26:53	MU14	80	0:27:00	5:23 min/km
7	1518	Reisener Heinz	*Niederkassel	0:27:04	MU14	86	0:27:37	5:25 min/km
8	1673	Karthaus Jan Luca	*Köln	0:27:09	MU14	88	0:27:57	5:26 min/km
9	135	Schirner Tjerk	*Bergheim	0:27:41	MU14	92	0:27:47	5:32 min/km
10	1724	Recke Theo	*Bottrop	0:27:55	MU14	97	0:28:42	5:35 min/km
11	1841	Buhr Marlin	*Schüttorf	0:28:52	MU14	115	0:28:56	5:46 min/km
12	1672	Brühl Hendrik	*Köln	0:29:50	MU14	131	0:30:39	5:58 min/km
13	750	Oberzier Simon	*Frechen	0:30:40	MU14	146	0:30:50	6:08 min/km
14	111	Schröder Jakob	*Köln	0:37:32	MU14	213	0:37:49	7:31 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Männer

Seite 7
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer MU16								
1	1669	Stein Jannik	VfL Engelskirchen	0:21:41	MU16	25	0:21:42	4:20 min/km
2	1423	Hergarten Justin	Diakonie Michaelshoven	0:23:05	MU16	34	0:24:07	4:37 min/km
3	1146	Baumgarten Yaniz	LAC Rhein-Erft	0:23:30	MU16	38	0:23:34	4:42 min/km
4	1049	Göddertz Lukas	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:23:53	MU16	50	0:24:06	4:47 min/km
5	1442	Oberste-Lehn Dorian	Diakonie Michaelshoven	0:29:25	MU16	125	0:30:29	5:53 min/km
6	244	Vauda Marco	Engelchen und Bengelchen	0:30:18	MU16	141	0:30:35	6:04 min/km
7	1443	Özgül Can	Diakonie Michaelshoven	0:32:33	MU16	169	0:33:36	6:31 min/km
Altersklasse Männer MU18								
1	1706	Schreer Fabian	VfL Engelskirchen	0:20:28	MU18	17	0:20:30	4:06 min/km
2	1895	Kelly Luke		0:20:46	MU18	18	0:20:47	4:09 min/km
3	1440	Ndansak Viktor	Diakonie Michaelshoven	0:22:52	MU18	31	0:23:46	4:35 min/km
4	1458	Steffan Martin	Diakonie Michaelshoven	0:23:32	MU18	41	0:24:24	4:42 min/km
5	1617	Notarius Finn	Gymnasium Frechen	0:28:37	MU18	107	0:29:16	5:44 min/km
6	1614	Danner Tom	*Kerpen	0:28:38	MU18	108	0:29:16	5:44 min/km
7	1306	Breyer Cedrik	*Köln	0:28:52	MU18	114	0:29:27	5:46 min/km
Altersklasse Männer MU20								
1	654	Von Trostorff Alexander	*Köln	0:19:02	MU20	11	0:19:06	3:49 min/km
2	1202	Vogel Christoph	*Köln	0:26:52	MU20	79	0:27:21	5:22 min/km
3	1888	Fuhl Fabian		0:27:10	MU20	89	0:27:48	5:26 min/km
4	1889	Peters Lennard	FC Hürth	0:28:38	MU20	110	0:29:16	5:44 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 8

gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W20								
1	1594	Lüchtfeld Alice	Bunert - Der Kölner Lauflad	0:19:49	W20	2	0:19:53	3:58 min/km
2	216	Lukner Annkatrin	*Köln	0:26:23	W20	18	0:26:42	5:17 min/km
3	1899	Wagner Anja		0:26:30	W20	19	0:26:38	5:18 min/km
4	561	Steinborn Pia	LG Gummersbach	0:27:52	W20	31	0:28:09	5:34 min/km
5	218	Jene Rebecca	*Köln	0:28:42	W20	39	0:29:01	5:44 min/km
6	613	Dettlaff Alisa	AppelrathCüpper Köln	0:28:51	W20	42	0:29:41	5:46 min/km
7	626	Brehmer Alisa	AppelrathCüpper Köln	0:28:52	W20	43	0:29:42	5:46 min/km
8	1789	Fischer Verena	Sparda-Bank West	0:29:04	W20	45	0:29:55	5:49 min/km
9	1633	Vogt Isabelle	*Köln	0:29:27	W20	50	0:29:52	5:53 min/km
10	625	Kalka Laura	AppelrathCüpper Köln	0:29:28	W20	51	0:30:18	5:54 min/km
11	1863	Dollase Julia	SEOPT Road RUNners	0:29:50	W20	56	0:30:51	5:58 min/km
12	1322	Faßbender Kim	Lauffreunde Lunke/Blument	0:30:06	W20	62	0:30:23	6:01 min/km
13	858	Henkemeier Nicole	ELHA Maschinenbau Liem	0:30:12	W20	64	0:30:56	6:02 min/km
14	1661	Wiemer Steffi	FF Odenthal	0:31:12	W20	84	0:31:56	6:15 min/km
14	1754	Rommel Maja	*Köln	0:31:12	W20	84	0:32:08	6:15 min/km
16	497	Bungarten Stephanie	*Wesseling	0:31:45	W20	96	0:32:03	6:21 min/km
17	498	Karbowski Simone	*Wesseling	0:31:50	W20	97	0:32:06	6:22 min/km
18	1426	Hoffmann Frauke	Diakonie Michaelshoven	0:32:20	W20	104	0:33:21	6:28 min/km
19	1435	Last Melissa	Diakonie Michaelshoven	0:32:21	W20	105	0:33:22	6:28 min/km
20	977	Amrath Lisa	*Bergisch Gladbach	0:32:48	W20	112	0:33:18	6:34 min/km
21	909	Cristina Alves Pinto	*Köln	0:33:12	W20	124	0:34:00	6:39 min/km
22	1122	Evert Nathalie	*Köln	0:33:33	W20	129	0:34:21	6:43 min/km
23	1842	Mahler Laura	*Köln	0:34:17	W20	141	0:34:47	6:52 min/km
24	1569	Hidalgo Gonzalez Vanessa	KJA Köln	0:35:15	W20	157	0:36:08	7:03 min/km
25	515	Bobek Maja	*Köln	0:35:16	W20	158	0:35:20	7:03 min/km
26	1827	Skowronski Sina	Sparda-Bank West	0:35:20	W20	161	0:35:49	7:04 min/km
27	1805	Meyer Lisa	Sparda-Bank West	0:35:20	W20	162	0:35:50	7:04 min/km
28	1198	Pütz Vanessa	*Hennef	0:36:48	W20	184	0:37:30	7:22 min/km
29	1777	Augustinowski Stefanie	Sparda-Bank West	0:36:52	W20	186	0:37:57	7:23 min/km
30	968	Thomas Aria	Balbriggan RFC	0:37:05	W20	189	0:37:44	7:25 min/km
31	623	Weber Jana	AppelrathCüpper Köln	0:37:12	W20	195	0:38:08	7:26 min/km
32	618	Bergstein Amelie	AppelrathCüpper Köln	0:38:55	W20	211	0:39:46	7:47 min/km
33	611	Heubrock Christin	AppelrathCüpper Köln	0:38:57	W20	212	0:39:48	7:48 min/km
34	614	Zimmermann Laura	AppelrathCüpper Köln	0:39:06	W20	213	0:39:58	7:49 min/km
35	792	Scholz Felicitas	*Schalksmühle	0:40:08	W20	226	0:40:19	8:02 min/km
36	1429	Kemp Marla	Diakonie Michaelshoven	0:41:25	W20	229	0:42:23	8:17 min/km
37	1796	Heitmeier Franziska	Sparda-Bank West	0:41:26	W20	231	0:41:56	8:17 min/km
38	1874	Bednorz Hannah		0:41:36	W20	232	0:42:12	8:19 min/km
39	1441	Nießen Karina	Diakonie Michaelshoven	0:41:46	W20	233	0:42:43	8:21 min/km
40	622	Caiazza Isabella	AppelrathCüpper Köln	0:41:52	W20	236	0:42:48	8:23 min/km
41	855	Hadaschik Victoria	AppelrathCüpper Köln	0:41:52	W20	237	0:42:48	8:23 min/km
42	627	Radulovic Sandra	AppelrathCüpper Köln	0:41:54	W20	238	0:42:50	8:23 min/km
43	854	Renda Laura	AppelrathCüpper Köln	0:41:54	W20	239	0:42:50	8:23 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 9
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W30								
1	850	Blömen Jeanette	*Köln	0:20:46	W30	4	0:20:48	4:09 min/km
2	603	Barnett Shannon	*Köln	0:25:27	W30	15	0:25:35	5:06 min/km
3	149	Leidenfrost Katharina	*Asperhofen	0:26:07	W30	17	0:26:47	5:14 min/km
4	1461	Vierkotten Nina	Diakonie Michaelshoven	0:29:47	W30	55	0:30:45	5:57 min/km
5	1303	Mathieu Mylčne	*Huerth	0:31:10	W30	82	0:31:38	6:14 min/km
6	1408	Bajramaj Besjane	Diakonie Michaelshoven	0:32:18	W30	103	0:33:17	6:28 min/km
7	1411	Doroshkin Snesana	Diakonie Michaelshoven	0:32:22	W30	106	0:33:22	6:29 min/km
8	628	Da Silva Junker Lucelia	*Köln	0:33:10	W30	123	0:33:57	6:38 min/km
9	620	Kabir Atieh	AppelrathCüpper Köln	0:33:28	W30	128	0:34:20	6:42 min/km
10	857	Peters Christiane	*Paderborn	0:33:53	W30	132	0:34:38	6:47 min/km
11	1626	Görres Daniela	*Köln	0:34:00	W30	133	0:34:55	6:48 min/km
12	1574	Haas Jennifer	LVR	0:34:02	W30	134	0:35:06	6:49 min/km
13	997	Buschner Kathrin	Running Girls	0:34:34	W30	146	0:35:08	6:55 min/km
14	28	Frieman-Reinhardt Inga	*Troisdorf	0:34:41	W30	148	0:35:15	6:56 min/km
15	1113	Schmehl Nadine	*Köln	0:34:54	W30	150	0:35:22	6:59 min/km
16	278	Weber Dr. Lisa	*Köln	0:35:03	W30	152	0:35:40	7:01 min/km
17	744	Krämer-Altenhoven Jasmin	Team Talanx	0:35:18	W30	160	0:35:39	7:04 min/km
18	457	Lüttschwager Sonja	*Troisdorf	0:35:33	W30	167	0:36:31	7:07 min/km
19	1163	Kowski Sabine	*Bonn	0:35:44	W30	169	0:36:23	7:09 min/km
20	1836	Büschkes Natascha	Sparda-Bank West	0:36:51	W30	185	0:37:56	7:22 min/km
21	1399	Malacasa Ana	*Bergneustadt	0:37:06	W30	191	0:37:35	7:25 min/km
22	1696	Endt Fabienne	*Berlin	0:38:07	W30	203	0:39:08	7:37 min/km
23	856	Schwekendiek Barbara	*Köln	0:39:14	W30	216	0:39:48	7:51 min/km
24	1603	Hemann Nicole	*Köln	0:39:25	W30	220	0:39:47	7:53 min/km
25	990	Baehr Michaela	*Bornheim	0:42:24	W30	241	0:42:48	8:29 min/km
26	1731	Dicken Dr. Manuela	Diabetes Programm Deutsc	0:45:08	W30	246	0:45:41	9:02 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 10
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W35								
1	1767	Schneider Claudia	LT DSHS Köln	0:19:53	W35	3	0:19:55	3:59 min/km
2	381	Wehmeyer Birte	Run of Colours Promo-Tea	0:24:06	W35	9	0:24:14	4:49 min/km
3	1655	Causemann Tanja	TV Refrath	0:24:38	W35	11	0:24:53	4:56 min/km
4	619	Friebel Nadine	AppelrathCüpper Köln	0:26:04	W35	16	0:26:55	5:13 min/km
5	1299	Wessel Kristina	ENTSPANNUNGENSENGEL	0:27:00	W35	24	0:27:03	5:24 min/km
6	1407	Carlitscheck Mareike	Diakonie Michaelshoven	0:27:40	W35	30	0:28:35	5:32 min/km
7	1865	Jeddoubi Diana	SEOPT Road Runners	0:28:12	W35	34	0:29:13	5:38 min/km
8	1124	Winkelmann Nina	Föhr Marathon e.V.	0:28:32	W35	36	0:28:39	5:42 min/km
9	1701	Oude-Wesselink Tina	*Köln	0:28:33	W35	38	0:28:57	5:43 min/km
10	1619	Rath Sabrina	*Odenthal	0:28:55	W35	44	0:29:26	5:47 min/km
11	133	Schirner Daniela	*Bergheim	0:29:14	W35	47	0:29:57	5:51 min/km
12	1068	Schnittke Nadine	*Zülpich	0:29:57	W35	59	0:30:37	5:60 min/km
13	616	Mast Jasmin	AppelrathCüpper Köln	0:30:07	W35	63	0:30:59	6:02 min/km
14	820	Zirke Yvonne	Karls Printen Sprinten	0:30:22	W35	69	0:30:34	6:05 min/km
15	115	Cassens Sandra	*Köln	0:30:52	W35	73	0:31:07	6:11 min/km
16	943	Stodden Nadine	Team Talanx	0:32:33	W35	109	0:32:53	6:31 min/km
17	931	Wambach Katja	*Swisttal-Miel	0:33:09	W35	119	0:33:51	6:38 min/km
18	537	Pulcher Miriam	*Köln	0:34:04	W35	135	0:35:06	6:49 min/km
19	21	Warnecke Claudia	*Köln	0:34:10	W35	137	0:34:40	6:50 min/km
20	1693	Zeh Sabine	*Düren	0:34:35	W35	147	0:34:53	6:55 min/km
21	475	Bremer Beate	*Mechernich	0:35:02	W35	151	0:35:55	7:01 min/km
22	1373	Goebels Christine	*Neuss	0:35:05	W35	155	0:35:25	7:01 min/km
23	456	Groß Nadine	*Siegburg	0:35:31	W35	165	0:36:29	7:06 min/km
24	1271	Ata Nur Gül	P-Box-Consulting Running T	0:35:35	W35	168	0:35:49	7:07 min/km
25	150	Stark Sanja	Laufstark	0:36:04	W35	174	0:37:04	7:13 min/km
26	1563	Jacob Monika	*Köln	0:36:36	W35	182	0:37:08	7:19 min/km
27	1808	Neuland Jennifer	Sparda-Bank West	0:39:12	W35	215	0:40:02	7:51 min/km
28	1377	Müller Jessica	*Merzenich	0:39:17	W35	217	0:39:36	7:52 min/km
29	1665	Friede Miriam	*Köln	0:39:18	W35	219	0:39:41	7:52 min/km
30	1605	Goldbach Nadine	*Köln	0:39:40	W35	224	0:40:02	7:56 min/km
31	121	Haas Andrea	*Köln	0:41:47	W35	234	0:42:09	8:22 min/km
32	989	Faßbender Nicole	*Bornheim	0:42:24	W35	242	0:42:49	8:29 min/km
33	2051	Merkel Elise	*Neunkirchen-Seelscheid	0:44:18	W35	245	0:44:47	8:52 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 11
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W40								
1	1493	Roche Liz	TV Refrath	0:19:46	W40	1	0:19:49	3:57 min/km
2	1007	Liese Stephanie	*Leverkusen	0:27:31	W40	28	0:27:36	5:30 min/km
3	1566	Zander Natalie	KJA Köln	0:29:34	W40	52	0:30:27	5:55 min/km
4	1095	Kosecka Anita	*Mechernich	0:29:37	W40	53	0:30:18	5:56 min/km
5	37	Jüßen Angelika	*Brühl	0:30:53	W40	74	0:31:15	6:11 min/km
6	1272	Raskopf Dr. Esther	P-Box-Consulting Running T	0:31:21	W40	89	0:31:35	6:16 min/km
7	940	De Bark Yvonne	*Köln	0:31:24	W40	92	0:31:25	6:17 min/km
8	1194	Feußner Christina	*Köln	0:31:37	W40	94	0:32:16	6:19 min/km
9	747	Rodrigues Magdalena	*Frechen	0:32:04	W40	99	0:32:31	6:25 min/km
10	748	Paczulla Anna	*Frechen	0:32:25	W40	107	0:32:52	6:29 min/km
11	129	Wischnewski Tanja	*Bergheim	0:32:37	W40	110	0:33:20	6:31 min/km
12	1810	Page Sandra	Sparda-Bank West	0:33:10	W40	122	0:33:57	6:38 min/km
13	1883	Kuhlmann Tanja	Ralf Meißner	0:33:25	W40	125	0:34:07	6:41 min/km
14	1166	Globisch Edith	Running Girls	0:33:26	W40	126	0:34:02	6:41 min/km
15	935	Schmitz Nicole	Rennmäuse kirchheim	0:33:46	W40	131	0:34:28	6:45 min/km
16	536	Schmale Verena	*Köln	0:34:04	W40	136	0:35:06	6:49 min/km
17	1060	Lerchner Elke	SUEZ & Friends	0:34:10	W40	138	0:34:44	6:50 min/km
18	892	Zidek Silke	*Troisdorf	0:34:48	W40	149	0:35:23	6:58 min/km
19	917	McElroy Josephine	*Köln	0:35:32	W40	166	0:36:17	7:07 min/km
20	159	Hinsen Elke	*Troisdorf	0:36:03	W40	172	0:36:31	7:13 min/km
21	548	Latour Kirsten	*Köln	0:38:01	W40	201	0:38:37	7:36 min/km
22	1378	Rauh Maya	*Merzenich	0:39:18	W40	218	0:39:36	7:52 min/km
23	1905	Niesen Simone		0:43:06	W40	243	0:43:41	8:37 min/km
24	1590	Rudolph-Magyari Judit	GS1 Germany GmbH	0:46:12	W40	250	0:47:16	9:14 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 12
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W45								
1	1478	Remshagen Doris	TV Refrath	0:21:58	W45	6	0:22:01	4:24 min/km
2	1020	Wendlandt Anke	Pulheimer SC	0:27:17	W45	27	0:27:27	5:28 min/km
3	1410	Conrad Heike	Diakonie Michaelshoven	0:27:40	W45	29	0:28:35	5:32 min/km
4	1894	Flader Ilona	LG-Gummersbach	0:28:33	W45	37	0:28:51	5:43 min/km
5	822	Menser Swea	Run Mum	0:29:11	W45	46	0:29:46	5:50 min/km
6	1901	Von Knobelsdorff Gaby	*Erfstadt	0:29:57	W45	60	0:30:57	5:60 min/km
7	314	Kühnen Birgit	Veni Vidi Colonia	0:30:05	W45	61	0:30:48	6:01 min/km
8	1570	Buchheim Simone	KJA Köln	0:30:25	W45	71	0:31:19	6:05 min/km
9	897	Schouten Ute	SUEZ & Friends	0:30:42	W45	72	0:31:09	6:08 min/km
10	1089	Mathia Michaela	TUS Bleifuß Mechernich	0:30:55	W45	75	0:31:34	6:11 min/km
11	356	Blümel Regina	*Mönchengladbach	0:30:57	W45	77	0:31:35	6:12 min/km
12	295	Borchard Susanne	Team Talanx	0:31:00	W45	78	0:31:21	6:12 min/km
13	1571	Hengstebeck Sabine	KJA Köln	0:31:07	W45	80	0:32:01	6:14 min/km
14	877	Rehermann Ulla	*Gummersbach	0:31:10	W45	81	0:31:33	6:14 min/km
15	1643	Feldmann Elke	*Olpe	0:31:21	W45	88	0:31:37	6:16 min/km
16	1254	Theis Gisela	Widdersdorfer Flash	0:32:03	W45	98	0:33:03	6:25 min/km
17	1501	Siegler Ursel	Diakonie Michaelshoven	0:32:27	W45	108	0:33:25	6:30 min/km
18	1013	Conrady-Weber Ulrike	*Köln	0:32:41	W45	111	0:32:50	6:32 min/km
19	15	Damian Christel	*Ahlen	0:32:48	W45	113	0:33:16	6:34 min/km
20	970	Becker Ellen	LG28Süd	0:32:54	W45	115	0:33:06	6:35 min/km
21	442	Weber Katrin	VFB Wissen / LG Sieg	0:32:58	W45	117	0:33:23	6:36 min/km
22	1850	Austermann Iris	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:34:17	W45	140	0:34:40	6:51 min/km
23	1462	Von Berg Claudia	Diakonie Michaelshoven	0:34:28	W45	144	0:35:07	6:54 min/km
24	292	Klesper Ute	Team Talanx	0:35:17	W45	159	0:35:39	7:04 min/km
25	1851	Edenfeld Christiane	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:35:58	W45	171	0:36:24	7:12 min/km
26	90	Schmidt Marlies	Team Erdinger Alkoholfrei	0:36:03	W45	173	0:36:31	7:13 min/km
27	1855	Schellert Saskia	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:36:06	W45	175	0:36:30	7:13 min/km
28	238	Adamek Kerstin	*Köln	0:36:19	W45	179	0:36:59	7:16 min/km
29	1852	Hartkamp Birgit	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:36:33	W45	181	0:36:58	7:19 min/km
30	1564	Linden Yasmine	*Köln	0:36:37	W45	183	0:37:08	7:19 min/km
31	1849	Amtenbrink Meike	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:37:10	W45	192	0:37:36	7:26 min/km
32	1772	Morjan Alexandra	*Pulheim	0:37:33	W45	197	0:37:48	7:31 min/km
33	969	Müller-Domgoergen Gabi	LG28Süd	0:37:34	W45	199	0:37:47	7:31 min/km
34	574	Laenger Susanne	*Köln	0:38:08	W45	204	0:38:42	7:38 min/km
35	1636	Husmann Petra	*Geilenkirchen	0:38:15	W45	207	0:39:14	7:39 min/km
36	764	Grüncke Chris	LG28Süd	0:38:15	W45	208	0:38:30	7:39 min/km
37	996	Heil Simone	*Köln	0:38:48	W45	209	0:39:24	7:46 min/km
38	61	Schlaß Kerstin	*Frechen	0:39:32	W45	221	0:39:43	7:54 min/km
39	380	Schönberg Marion	*Leverkusen	0:39:37	W45	223	0:40:30	7:55 min/km
40	640	Schewe Yvonne	*Euskirchen	0:41:17	W45	228	0:42:22	8:16 min/km
41	798	Hakmann Katrin	*Köln	0:43:07	W45	244	0:43:41	8:37 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 13
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W50								
1	560	Steinborn Dorothee	LG Gummersbach	0:24:53	W50	13	0:25:01	4:59 min/km
2	612	Salz Ellen	AppelrathCüpper Köln	0:26:52	W50	22	0:26:56	5:23 min/km
3	1543	Stolz Gisela	MausLaufGruppe	0:27:06	W50	26	0:27:28	5:25 min/km
4	309	Kühnen Maria	Veni Vidi Colonia	0:29:38	W50	54	0:30:22	5:56 min/km
5	1168	Schlemmer Beate	*St. Katharinen	0:30:12	W50	65	0:30:31	6:02 min/km
6	1635	Schnell-Woop Brigitte	*Köln	0:30:12	W50	66	0:30:20	6:03 min/km
7	1739	Hammling Marion	AOK-Laufteam	0:30:22	W50	68	0:30:34	6:04 min/km
8	169	Telge Birgit	*Berlin	0:30:23	W50	70	0:30:25	6:05 min/km
9	1467	Remmel Silvia	Diakonie Michaelshoven	0:31:20	W50	87	0:32:16	6:16 min/km
10	1644	Koschwitz Marion	*Marienheide	0:31:23	W50	91	0:31:39	6:17 min/km
11	1417	Fleper Sabine	Diakonie Michaelshoven	0:31:35	W50	93	0:32:32	6:19 min/km
12	17	Bosshammer Katja	*Köln	0:31:37	W50	95	0:32:30	6:20 min/km
13	1061	Löhr Andrea	*Leverkusen	0:32:12	W50	101	0:32:41	6:27 min/km
14	338	Welter Heidi	Team Talanx	0:33:09	W50	120	0:33:49	6:38 min/km
15	110	Same Brigitte	Ihrefelder Geissboecke	0:34:27	W50	143	0:34:42	6:53 min/km
16	1521	Wilkens Carmen	*Kall	0:35:10	W50	156	0:35:38	7:02 min/km
17	286	Thelen Andrea	LG Laacher See	0:35:22	W50	163	0:35:33	7:05 min/km
18	148	Baerwolf Michaela	*Asperhofen	0:35:23	W50	164	0:36:04	7:05 min/km
19	1715	Hörter Ute	*Reichshof-Heide	0:36:14	W50	178	0:36:46	7:15 min/km
20	242	Khelifi Birgit	Engelchen und Bengelchen	0:36:59	W50	188	0:37:17	7:24 min/km
21	1624	Hinkel Birgit	KJA Köln	0:37:34	W50	198	0:38:28	7:31 min/km
22	181	Heinelt Bea	*Koeln am Rhein	0:42:01	W50	240	0:42:31	8:24 min/km

Altersklasse Frauen W55

1	68	Zange Gabi	LSV Porz/Köln	0:24:24	W55	10	0:24:31	4:53 min/km
2	950	Rypholz Monika	BSG RheinEnergie	0:31:00	W55	79	0:31:06	6:12 min/km
3	1430	Kersting Manuela	Diakonie Michaelshoven	0:32:14	W55	102	0:33:09	6:27 min/km
4	1165	Windscheif Christel	*Köln	0:32:53	W55	114	0:33:25	6:35 min/km
5	431	Haep Kunigunde	Team Talanx	0:33:08	W55	118	0:33:26	6:38 min/km
6	1854	Schellert Gisela	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:36:08	W55	176	0:36:32	7:14 min/km
7	942	Lange Margrit	Team Talanx	0:37:05	W55	190	0:37:27	7:25 min/km
8	1853	Henrichfrieze Ute	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:37:10	W55	194	0:37:36	7:26 min/km
9	379	Fröhlich Marianne	*Niederkassel	0:37:44	W55	200	0:38:38	7:33 min/km
10	290	Kurth Magdalena	TeamTalanx	0:38:14	W55	206	0:38:33	7:39 min/km
11	447	Noben Simone	ISI-RUNNER	0:39:11	W55	214	0:39:51	7:50 min/km
12	793	Loheide Carmen	*Schalksmühle	0:40:08	W55	225	0:40:19	8:02 min/km
13	1326	Bornmann Christa	DPD	0:45:09	W55	247	0:45:41	9:02 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 14
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W60								
1	1470	Wietscher Antje	TV Refrath	0:21:44	W60	5	0:21:47	4:21 min/km
2	346	Dillmann Claudia	*Gummersbach	0:26:56	W60	23	0:27:14	5:23 min/km
3	769	Preinesberger Angela	TUS Ennepetal	0:29:52	W60	57	0:29:54	5:58 min/km
4	1102	Friedrich Waltraut	*Erfstadt	0:30:57	W60	76	0:31:10	6:11 min/km
5	976	Cofino Jucara	*Campinas, SP	0:31:11	W60	83	0:31:18	6:14 min/km
6	777	Schmitz Brigitte	LG28Süd	0:32:54	W60	116	0:33:07	6:35 min/km
7	1906	Lutkewitz Ursula	Veni Vidi Colonia	0:34:34	W60	145	0:35:18	6:55 min/km
8	347	Schulte Christina	LG Gummersbach	0:35:04	W60	153	0:35:22	7:01 min/km
9	538	Viertel Renate	*Troisdorf	0:36:31	W60	180	0:36:41	7:18 min/km
10	1856	Schulz Marlies	TuS Vikoria Rietberg e.V.	0:37:10	W60	193	0:37:36	7:26 min/km
11	289	Weihmann Ellen	TeamTalanx	0:38:13	W60	205	0:38:33	7:39 min/km
12	1400	Hauschildt Kornelia	*Bergneustadt	0:39:33	W60	222	0:40:01	7:55 min/km
13	610	Weber Dorothee	AppelrathCüpper Köln	0:47:19	W60	251	0:48:04	9:28 min/km
Altersklasse Frauen W65								
1	22	Warnecke Anne	*Köln	0:34:10	W65	139	0:34:41	6:50 min/km
2	979	Rademacher Monika	TUS 08 Bilstein	0:35:04	W65	154	0:35:26	7:01 min/km
3	1553	Strieck Inge	LVR	0:36:53	W65	187	0:37:20	7:23 min/km
4	350	Schlingensief Eva	*Düsseldorf	0:38:05	W65	202	0:38:22	7:37 min/km
5	934	Nowak Hilde	Team alltours Reisecenter	0:38:50	W65	210	0:39:03	7:46 min/km
Altersklasse Frauen W70								
1	240	Dinter Inge	*Köln	0:36:09	W70	177	0:36:20	7:14 min/km
Altersklasse Frauen WU10								
1	927	Pagels Fiona-Sophie	*Düren	0:31:14	WU1	86	0:32:01	6:15 min/km
2	1589	Rudolph Hanna	GS1 Germany GmbH	0:46:11	WU1	249	0:47:15	9:14 min/km
Altersklasse Frauen WU12								
1	1048	Kallbach Finia	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:23:46	WU1	8	0:24:02	4:45 min/km
2	260	Warzecha Lea	VfB Linz	0:28:07	WU1	33	0:28:26	5:37 min/km
Altersklasse Frauen WU14								
1	1125	Winkelmann Leona	Föhr Marathon e.V.	0:26:43	WU1	20	0:26:50	5:21 min/km
2	1045	Olding Elisabeth	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:26:47	WU1	21	0:26:51	5:22 min/km
3	1311	Barnard Justine	*Köln	0:28:16	WU1	35	0:29:14	5:39 min/km
4	952	Stollenwerk Nele	TV Kierdorf	0:30:13	WU1	67	0:30:28	6:03 min/km
5	1106	Weber Katharina	PSV Köln Abt. Leichtathl	0:31:22	WU1	90	0:31:30	6:16 min/km
Altersklasse Frauen WU16								
1	312	Gall Michelle	Veni Vidi Colonia	0:24:39	WU1	12	0:24:55	4:56 min/km
2	343	Richrath Anna-Lena	LC Euskirchen	0:27:04	WU1	25	0:27:10	5:25 min/km
3	313	Kühnen Nathalie	Veni Vidi Colonia	0:28:43	WU1	40	0:29:25	5:45 min/km
4	134	Schirner Zoe	*Bergheim	0:28:45	WU1	41	0:29:28	5:45 min/km
5	349	Schmidt Clara	LG Sieg	0:29:23	WU1	49	0:29:47	5:53 min/km
6	1809	Page Katharina	Sparda-Bank West	0:33:10	WU1	121	0:33:57	6:38 min/km
7	1561	Frömbgen Noelia	BSG-ABB-Bad Honnef	0:34:22	WU1	142	0:35:27	6:52 min/km
8	736	Pesch Anouk	*Leverkusen	0:37:25	WU1	196	0:37:37	7:29 min/km
9	1552	Wiedensohler Lara	WIESO CERT GMBH	0:40:56	WU1	227	0:41:53	8:11 min/km

7. Altstadtlauf Köln am 24. Juni 2016 - 5km

Altersklassenliste Frauen

Seite 15
gedruckt 24.06.2016 18:47:21

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Bruttozeit	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen WU18								
1	1484	Assmann Katharina	*Erfstadt	0:22:49	WU1	7	0:22:53	4:34 min/km
2	568	Knobloch Louise	*Troisdorf	0:28:02	WU1	32	0:28:28	5:36 min/km
3	333	Wagner Hannah	VfB Wissen/ LG Sieg	0:29:22	WU1	48	0:29:47	5:53 min/km
4	1021	Wendlandt Antonia	Pulheimer SC	0:32:07	WU1	100	0:32:18	6:26 min/km
5	131	Wischnewski Lea	*Bergheim	0:33:26	WU1	126	0:34:09	6:41 min/km
Altersklasse Frauen WU20								
1	1728	Löffler Lea	*Köln	0:25:12	WU2	14	0:25:38	5:02 min/km
2	1022	Kleininger Benita	Pulheimer SC	0:29:53	WU2	58	0:30:04	5:59 min/km
3	1893	Wilhelm Jacqueline		0:33:42	WU2	130	0:34:05	6:44 min/km
4	945	Bogutzki Svenja	*Erfstadt	0:35:51	WU2	170	0:35:56	7:10 min/km
5	1465	Yunes Tigist	Diakonie Michaelshoven	0:41:25	WU2	230	0:42:23	8:17 min/km
6	1421	Gunia Sonja	Diakonie Michaelshoven	0:41:48	WU2	235	0:42:46	8:22 min/km
7	1450	Rinker Pia	Diakonie Michaelshoven	0:46:01	WU2	248	0:46:58	9:12 min/km