

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Männer

Seite 1  
gedruckt 31.07.2011 12:59:33

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Bruttozeit	Runden	AK	AK-Platz	Geschwindigkeit
1	550	Leisner Christof		0:33:34	15:52 17:41	MHK	1	3:21 min/km
2	425	Blatz Thorsten	*Rösrath	0:34:35	16:21 18:14	M30	1	3:28 min/km
3	260	Schneider Norbert	Bunert Running Team	0:34:55	16:21 18:34	M40	1	3:30 min/km
4	139	Jahner Detlef	TV Refrath	0:34:57	16:41 18:16	M45	1	3:30 min/km
5	557	Freudenhammer Thomas	AD Marathon	0:35:11	16:33 18:38	M30	2	3:31 min/km
6	552	Paulitschke Wilfried	Asics Fronrunner	0:35:18	16:54 18:24	M50	1	3:32 min/km
7	123	Heuschen Dirk	TV REFRATH	0:35:25	16:38 18:47	M45	2	3:33 min/km
8	534	Gröppel Till	Pulheimer SC	0:36:25	17:15 19:10	MHK	2	3:39 min/km
9	55	Buddenberg Thomas	LT Bittermark	0:36:30	17:14 19:15	M40	2	3:39 min/km
10	1656	Meyer Irek	TV Refrath	0:36:50	17:09 19:41	M40	3	3:41 min/km
11	325	Zakaria Alhassan	*köl	0:37:08	17:23 19:45	M35	1	3:43 min/km
12	278	Sommershof Joachim	PSV Bonn Triathlon	0:37:45	17:24 20:21	M45	3	3:47 min/km
13	166	Kreuer Manuel	laufmonster.de	0:38:01	17:26 20:34	M30	3	3:48 min/km
14	212	Niemann Christoph	LG Gummersbach	0:38:07	18:01 20:06	M40	4	3:49 min/km
15	526	Breunung Dirk	*Troisdorf	0:38:08	18:21 19:46	M35	2	3:49 min/km
16	329	Zwickert Patrick	lavakraft	0:38:12	18:01 20:11	M40	5	3:49 min/km
17	567	Krämer Dieter	Wiehltaler LC	0:38:17	18:01 20:16	M60	1	3:50 min/km
18	596	Denzer Peter		0:38:18	18:11 20:07	M40	6	3:50 min/km
19	541	Neumann Dirk	:anlauf	0:38:20	18:15 20:05	M40	7	3:50 min/km
20	163	Kopp Kay-Hermann	TS79 Bergisch Gladba	0:38:25	18:10 20:14	M45	4	3:51 min/km
21	539	Schwarz Christian	Ronsdorfer SG	0:39:12	18:25 20:46	MHK	3	3:55 min/km
22	571	Klappert Andreas	: anlauf Siegen	0:39:19	18:24 20:55	M40	8	3:56 min/km
23	599	Dorobeck Burkhard	DMT Düsseldorf	0:39:44	18:50 20:53	M50	2	3:58 min/km
24	585	Rehbach Christoph	Tri-Team FS Düsseldorf	0:39:46	18:58 20:48	M35	3	3:59 min/km
25	204	Morlak Jörg	Vodafone Runners	0:39:47	18:35 21:12	M45	5	3:59 min/km
26	561	Bach Stefan	Team ACV Dolorgiet	0:40:05	18:59 21:05	M30	4	4:01 min/km
27	544	Haack Matthias	SG-Zons	0:40:14	19:27 20:47	M45	6	4:01 min/km
28	1647	Schmalstieg Lutz	Rhein-Erft-Akademie	0:40:31	19:24 21:07	M50	3	4:03 min/km
29	597	Dachtler Sergej	*Köln	0:40:34	18:59 21:34	M35	4	4:03 min/km
30	77	Engelhardt Kai	laufmonster.de	0:40:42	19:01 21:40	M40	9	4:04 min/km
31	288	Tesch Norbert	LLG St. Augustin	0:41:01	19:27 21:34	M50	4	4:06 min/km
32	289	Tesch Tobias	SV Hellas Siegburg	0:41:03	19:27 21:36	MJB	1	4:06 min/km
33	106	Grimm Oliver	*Viersen	0:41:04	19:28 21:36	M30	5	4:06 min/km
34	592	Eicker Sven	Union Blau-Weiss Bies	0:41:07	18:41 22:26	MHK	4	4:07 min/km
35	287	Tarrach Marc	*Gevelsberg	0:41:21	19:21 22:00	M30	6	4:08 min/km
36	565	Marcus Holger	Triandertaler Mettmann	0:41:22	19:12 22:10	M45	7	4:08 min/km
37	67	Dreuth Christoph	*Köln	0:41:32	19:24 22:08	M30	7	4:09 min/km
38	545	Wegner Dr. Martin	*Rösrath	0:41:45	19:27 22:18	M40	10	4:11 min/km
39	591	Lazer Yassine	Tri Power Rhein-Sieg	0:41:52	20:00 21:51	MJB	2	4:11 min/km
40	202	Möbus Dr. Volkmar	LT Mombasa	0:41:53	19:51 22:02	M55	1	4:11 min/km
41	593	Kosarik Matthias	Rhein-Erft-Akademie	0:41:56	19:40 22:15	M40	11	4:12 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Männer

Seite 2

gedruckt 31.07.2011 12:59:33

42	564	Thüs Andreas	LG Gummersbach	0:42:21	20:17	22:03	M40	12	4:14 min/km
43	549	Benner Klaus	Brühler TV 1879	0:42:26	20:00	22:25	M40	13	4:15 min/km
44	595	Soethout Guido	Laufmonster	0:42:34	19:51	22:43	M55	2	4:15 min/km
45	568	Blasberg Frank	LG Monheim / Baumber	0:42:37	20:17	22:20	M45	8	4:16 min/km
46	429	Krone Harald	PhysioVit-Team	0:42:48	19:53	22:55	M45	9	4:17 min/km
47	512	Neugebauer Dieter	anlauf Siegen	0:43:00	20:14	22:46	M50	5	4:18 min/km
48	587	Treidler Andreas		0:43:03	20:23	22:39	M40	14	4:18 min/km
49	548	Pohle Gerhard	LLG St. Augustin	0:43:03	20:23	22:39	M60	2	4:18 min/km
50	108	Haas Harald	Köln	0:43:04	20:10	22:53	M45	10	4:18 min/km
51	191	Manthei Christian	Ergo sports Köln	0:43:31	20:48	22:43	M45	11	4:21 min/km
52	371	Knauf Dominik	*Köln	0:43:36	19:33	24:03	MHK	5	4:22 min/km
53	385	Marchio Jonas	VfL Berghausen	0:43:44	20:53	22:51	MHK	6	4:22 min/km
54	570	Dittmann Ari	: anlauf Siegen	0:43:48	20:55	22:52	M45	12	4:23 min/km
55	1655	Brors Stefan	Tiebreak Troisdorf	0:43:49	20:25	23:23	M40	15	4:23 min/km
56	66	Dresbach Frank	Cologne Allblacks	0:43:50	20:50	23:00	M40	16	4:23 min/km
57	400	Schmitz Nils	VfL Berghausen	0:43:53	20:53	22:59	MHK	7	4:23 min/km
58	246	Schacht Andreas	LGO Bochum	0:43:59	20:57	23:01	M40	17	4:24 min/km
59	316	Werner Mario	Supermario72 - RunBi	0:44:04	20:58	23:05	M35	5	4:24 min/km
60	559	Wette Norbert		0:44:17	21:16	23:00	M50	6	4:26 min/km
61	445	Schumann Dominik	TuS Ickern 1912 e.V.	0:44:29	20:24	24:04	MHK	8	4:27 min/km
62	93	Gibaldo Angelo	*Leichlingen	0:44:30	21:18	23:12	M35	6	4:27 min/km
63	83	Feindt Reinhard	SC Bockenberg Bensb	0:44:30	21:26	23:03	M60	3	4:27 min/km
64	600	Blatt Magnus	PSD Bank Laufcup	0:44:32	21:18	23:14	MHK	9	4:27 min/km
65	179	Leyendecker Ernst	1. FC Köln	0:44:32	21:32	22:59	M40	18	4:27 min/km
66	1661	Wilms Martin	Fotuna Düsseldorf	0:44:33	20:37	23:56	M40	19	4:27 min/km
67	579	Markowitz Martin	ZZZ	0:44:37	21:17	23:20	M40	20	4:28 min/km
68	418	Wroblewski Dirk	TV Frisch Auf Lennep	0:44:43	21:10	23:33	M45	13	4:28 min/km
69	303	Volkmer Andreas	*Schwalmtal	0:44:44	21:20	23:24	M45	14	4:28 min/km
70	573	Orosz Richard	TSV Köln-Weiss	0:45:00	21:53	23:07	M35	7	4:30 min/km
71	58	Cawello Dr. Willi	*Monheim am Rhein	0:45:01	21:04	23:56	M55	3	4:30 min/km
72	517	Oenings Walter	Leichtathletik	0:45:32	21:33	23:59	M55	4	4:33 min/km
73	286	Swiatek Christoph	*Wuppertal	0:45:56	22:00	23:56	M30	8	4:36 min/km
74	134	Humburg Marcel	Alfterer SC	0:45:58	21:16	24:42	MHK	10	4:36 min/km
75	32	Becker Rainer	Laktatjunkies Rheinlan	0:46:01	21:52	24:09	M35	8	4:36 min/km
76	1642	Kersting Friedel	*Köln	0:46:22	22:03	24:18	M60	4	4:38 min/km
77	584	Mittelmann Bert	T&B Runners	0:46:25	21:42	24:43	M35	9	4:39 min/km
78	594	Pniewski Bernd	*Köln	0:46:35	21:58	24:36	M55	5	4:40 min/km
79	438	Abel Robert	LT Gruiten-Neandertal	0:46:38	22:03	24:35	M50	7	4:40 min/km
80	583	Melchert Christian	*Köln	0:46:40	22:30	24:09	M30	9	4:40 min/km
81	156	Koburg Udo	Sonntag um neun	0:47:05	22:37	24:28	M55	6	4:43 min/km
82	89	Gatz Uwe Christian	LT Saaler Mühle	0:47:13	22:38	24:35	M40	21	4:43 min/km
83	323	Wüst Hans Werner	*Köln	0:47:17	22:43	24:33	M60	5	4:44 min/km
84	562	Paetzel Andreas	Sportlich-Team-Bornhei	0:47:21	22:57	24:24	M50	8	4:44 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Männer

Seite 3

gedruckt 31.07.2011 12:59:33

85	111	Hansen Christoph	Cologne Allblacks	0:47:34	22:29 25:04	M45	15	4:45 min/km
86	389	Mithöfer Marcel	Midu	0:48:01	23:47 24:13	MSA	1	4:48 min/km
87	344	Duchscherer Andre	Midu	0:48:05	23:47 24:17	M40	22	4:49 min/km
88	1643	Klein Stephan	LT Düsseldorf-Süd	0:48:27	23:06 25:21	M50	9	4:51 min/km
89	392	Ohl Heinz	*Nümbrecht	0:48:28	22:42 25:45	M55	7	4:51 min/km
90	581	Huppertz Horst	LG HUSKIES	0:48:47	23:19 25:28	M45	16	4:53 min/km
91	537	Bonikowski Matthias	*Erfstadt	0:49:00	23:43 25:17	M45	17	4:54 min/km
92	413	Vierbuchen Gerhard	kein	0:49:04	23:19 25:45	M55	8	4:54 min/km
93	63	Debald Volker	ASV Wesseling 1985 e	0:49:13	23:18 25:55	M65	1	4:55 min/km
94	25	Baldsiefen Jan	O-Runners	0:49:20	23:03 26:17	MHK	11	4:56 min/km
95	527	Stumm Holger	LT Ahrweiler	0:49:23	23:18 26:04	M40	23	4:56 min/km
96	96	Glanz Ekkehard	Sonntag um neun	0:49:31	23:08 26:23	M55	9	4:57 min/km
97	1654	Koglin Bodo		0:49:35	23:30 26:05	M65	2	4:58 min/km
98	547	Christophel Werner	TV Refrath	0:49:41	23:24 26:16	M75	1	4:58 min/km
99	554	Fiebrich Mario	*Köln	0:50:09	24:41 25:27	M40	24	5:01 min/km
100	232	Rahmen Heinz-Hubert	*Frechen	0:50:10	24:18 25:51	M60	6	5:01 min/km
101	582	Moga Bruno	LG Huskies	0:50:10	24:08 26:02	M55	10	5:01 min/km
102	437	Paech Thomas	*Erkelenz	0:50:16	23:17 26:59	M50	10	5:02 min/km
103	399	Schmelting Jürgen	*Duisburg	0:50:25	25:26 24:59	MHK	12	5:03 min/km
104	294	Urban Volker	*Hürth	0:50:37	24:30 26:07	M40	25	5:04 min/km
105	391	Nitzke Marcel	*Köln	0:50:55	23:54 27:00	M30	10	5:06 min/km
106	533	Claus Lackmann	*Köln	0:51:00	23:51 27:09	M40	26	5:06 min/km
107	107	Gutermuth Herbert	*Gummersbach	0:51:06	24:30 26:36	M60	7	5:07 min/km
108	390	Neubauer Joseph	*Euskirchen	0:51:14	24:29 26:45	M35	10	5:07 min/km
109	376	Lasek Michael	SC KALINOWO	0:51:18	23:37 27:41	M55	11	5:08 min/km
110	129	Honal Martin	Köln	0:51:51	24:22 27:29	M35	11	5:11 min/km
111	380	Lill Simon	Running is for lovers!	0:51:54	24:57 26:56	MHK	13	5:11 min/km
112	223	Peters Jens	*Bonn	0:51:58	24:11 27:47	M55	12	5:12 min/km
113	444	Lazer Horst	Tri Power Rhein Sieg	0:52:21	24:27 27:53	M50	11	5:14 min/km
114	264	Schoss Manfred	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:59	24:47 28:12	M70	1	5:18 min/km
115	449	Berg Martin		0:53:01	25:18 27:43	M40	27	5:18 min/km
116	1646	Koch Marcel		0:53:07	25:18 27:49	M40	28	5:19 min/km
117	448	Koln Eckhard		0:53:26	25:42 27:44	M60	8	5:21 min/km
118	538	Wolff Ludger	*Köln	0:53:29	25:21 28:08	M60	9	5:21 min/km
119	403	Schumacher Jens	*Bonn	0:53:36	26:05 27:31	M30	11	5:22 min/km
120	203	Möller Michael	LT Saaler Mühle	0:53:38	26:05 27:33	M45	18	5:22 min/km
121	569	Bumiller Wilhelm	*Köln	0:53:49	24:27 29:21	M75	2	5:23 min/km
122	443	Dahl Norbert	TTVG Phönix Biesfeld	0:54:19	24:38 29:40	M55	13	5:26 min/km
123	433	Nagel Joerg-Robert	TB-Bürgsteinfurt	0:54:20	25:42 28:38	M55	14	5:26 min/km
124	195	Meyer Frank	*Köln	0:54:26	26:05 28:21	M40	29	5:27 min/km
125	251	Schmelting René	*Köln	0:54:35	25:26 29:08	MHK	14	5:28 min/km
126	503	Müller Ralf	Running Shoes Spich	0:54:53	27:23 27:30	M45	19	5:29 min/km
127	126	Hoffmann Michael	*Schwetzingen	0:55:34	28:32 27:02	M45	20	5:33 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Männer

Seite 4

gedruckt 31.07.2011 12:59:33

128	283	Stepanek Jan	SSK Kerpen	0:56:20	28:17 28:02	M30	12	5:38 min/km
129	21	Adamczyk Jörg	O-Runners	0:56:28	26:19 30:08	M40	30	5:39 min/km
130	1651	Nguyen Bernard		0:57:11	27:51 29:19	M60	10	5:43 min/km
131	1649	Richter Thomas		0:57:13	27:31 29:41	M40	31	5:43 min/km
132	194	Menzen Peter	LT Buga Düsseldorf 199	0:57:28	28:53 28:34	M50	12	5:45 min/km
133	259	Schneider Hubert	Laufftreff Morsbach	0:57:46	27:23 30:23	M50	13	5:47 min/km
134	439	Schütz Hubert		0:57:46	26:45 31:00	M60	11	5:47 min/km
135	518	Carlé Thomas	*Köln	0:58:06	28:30 29:35	M40	32	5:49 min/km
136	27	Baum Dr. Clemens	*Bergisch Gladbach	0:58:06	27:34 30:32	M70	2	5:49 min/km
137	247	Scherbaum Ralph	1/2 Marathon Köln rrh.	0:58:20	29:18 29:01	M45	21	5:50 min/km
138	566	Becker Norbet J.	Sportfelchen e.V.	0:58:57	27:26 31:30	M50	14	5:54 min/km
139	150	Kern Thorsten	O-Runners	0:59:53	27:07 32:46	M40	33	5:59 min/km
140	64	Deiters Lothar	GSV-Porz/Köln	0:59:59	28:49 31:09	M75	3	5:60 min/km
141	285	Stücke Eckhard	*Lage	1:00:13	28:46 31:26	M55	15	6:01 min/km
142	351	Freuding Manfred	*Köln	1:00:17	29:20 30:57	M30	13	6:02 min/km
143	31	Becker Patrick	Sportcables	1:00:20	28:08 32:11	M40	34	6:02 min/km
144	447	Wiesen Rolf		1:00:58	28:53 32:04	M45	22	6:06 min/km
145	155	Klose Sebastian	*Düsseldorf	1:01:25	30:02 31:23	MHK	15	6:09 min/km
145	128	Hofmann Michael	*Meerbusch	1:01:25	30:02 31:23	MHK	15	6:09 min/km
147	160	Köthke Knut	*Düsseldorf	1:01:26	30:02 31:23	M35	12	6:09 min/km
148	301	Vogel Dirk	Duisburger Ruderverein	1:02:36	29:30 33:05	M50	15	6:16 min/km
149	1657	Middeldorf Joerg		1:02:36	29:30 33:05	M30	14	6:16 min/km
150	229	Pohl Walter	DARC	1:04:53	30:12 34:41	M45	23	6:29 min/km
151	543	Schneider Guido	SV Bergisch Gladbach 1	1:04:59	32:41 32:18	M40	35	6:30 min/km
152	441	Becker Tobias		1:05:00	32:41 32:18	MHK	17	6:30 min/km
153	590	Mose Rüdiger	LC-Weilerswist	1:05:00	31:10 33:50	M50	16	6:30 min/km
154	370	Hsu Oliver	Die Allerletzten	1:07:50	32:49 35:01	M45	24	6:47 min/km
155	231	Pütz Horst	*Köln	1:08:24	31:49 36:35	M45	25	6:50 min/km
156	452	Heidbrink Thomas	*Köln	1:09:50	29:45 40:04	M30	15	6:59 min/km
157	575	Tutt Karl	1.FC Köln	1:09:54	34:37 35:17	M50	17	6:59 min/km
158	116	Heidelmann Bernd	LAV Bad Godesberg	1:11:22	33:44 37:37	M50	18	7:08 min/km
159	411	Vetter Herbert	*Wuppertal	1:12:25	33:34 38:51	M55	16	7:15 min/km
160	451	Oberheim Ralf	GSV Porz-Köln	0:22:21	22:21 00:00	M40	36	2:14 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Frauen

Seite 5  
gedruckt 31.07.2011 12:59:33

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Bruttozeit	Runden	AK	AK-Platz	Geschwindigkeit
1	300	Viebahn Christl	LAZ Puma Troisdorf/	0:37:02	17:22 19:40	W35	1	3:42 min/km
2	402	Schön Maïke	*Hürth	0:37:12	17:22 19:50	WHK	1	3:43 min/km
3	436	Vielhaber Felicitas	Tusem Essen	0:37:46	17:52 19:54	WHK	2	3:47 min/km
4	555	Lamberty Anja		0:38:39	18:03 20:36	WHK	3	3:52 min/km
5	542	Neumann Bianca	: anlauf	0:43:52	21:00 22:51	W35	2	4:23 min/km
6	147	Kays Linda	Lgo-Bochum	0:44:01	20:57 23:03	W30	1	4:24 min/km
7	563	Hinze Katja	LG Gummersbach	0:44:33	21:16 23:17	W35	3	4:27 min/km
8	535	Rentergent Carola	SG Zons	0:44:43	21:16 23:26	W45	1	4:28 min/km
9	72	Dulak Daniela	SSK Kerpen	0:46:24	22:02 24:22	W35	4	4:38 min/km
10	1658	Methner Annette	Rhein-Erft Akademie	0:46:39	23:45 22:54	W45	2	4:40 min/km
11	140	Janssen Sylvia	Huppertzshof Runners	0:47:19	22:30 24:49	W40	1	4:44 min/km
12	578	Gnann Susanne		0:47:57	22:22 25:35	W45	3	4:48 min/km
13	1653	Meyer Joanna	TV Refrath	0:48:29	22:42 25:47	W35	5	4:51 min/km
14	326	Zange Gabi	GSV Porz Köln	0:48:31	23:08 25:22	W50	1	4:51 min/km
15	255	Schmitter Rabea	RTC Frechen 80	0:49:19	23:24 25:55	WHK	4	4:56 min/km
16	237	Reiche Jutta	LT Ahrweiler	0:49:21	23:19 26:02	W60	1	4:56 min/km
17	572	Matthiesen Claudia		0:49:21	23:09 26:12	W40	2	4:56 min/km
18	201	Möbus Vera	cubo azul de palma	0:49:37	23:51 25:45	W40	3	4:58 min/km
19	558	Niewerth Petra	TUS Köln rrh	0:49:38	23:16 26:21	W45	4	4:58 min/km
20	395	Rizza Julia	*Köln	0:49:49	22:47 27:02	WHK	5	4:59 min/km
21	347	Esser Thekla	*Köln	0:49:49	22:47 27:02	WHK	6	4:59 min/km
22	598	Mansith Daniela	DMT Düsseldorf	0:49:50	23:51 25:59	W35	6	4:59 min/km
23	29	Bechthold Angela	Elmars LT	0:50:34	24:30 26:04	W30	2	5:03 min/km
24	245	Sander Beate	LT Ahrweiler	0:50:44	24:24 26:20	W45	5	5:04 min/km
25	442	Kiefer Karin	DSHS Köln	0:51:00	24:24 26:36	WHK	7	5:06 min/km
26	515	Lehmann Heike	SSF Bonn Triathlon	0:51:24	24:06 27:17	W40	4	5:08 min/km
27	377	Leist Indra	CSV Marathon Krefeld	0:52:22	24:40 27:41	W30	3	5:14 min/km
28	397	Ruthe Martina	T&B Runners	0:53:19	24:47 28:32	W35	7	5:20 min/km
29	362	Harttrampf Dr. Anne	*Freiburg	0:53:51	25:36 28:15	W30	4	5:23 min/km
30	528	Sander Carolin	*Bad Neuenahr-Ahrwei	0:54:25	26:29 27:55	WHK	8	5:27 min/km
31	254	Schmitt Monika	LT Wischlingen Dortmu	0:55:54	26:53 29:01	W45	6	5:35 min/km
32	311	Wasserhess Barbara	Essener Fechtsportgem	0:56:16	27:02 29:13	W40	5	5:38 min/km
33	149	Kern Susanne	O-Runners	0:56:27	26:19 30:08	W40	6	5:39 min/km
34	540	Bombek Alexandra	*Wermelskirchen	0:57:02	27:09 29:53	W35	8	5:42 min/km
35	1650	Nguyen Sabine		0:57:11	27:51 29:19	W45	7	5:43 min/km
36	112	Hansen Nicol	Cologne Allblacks	0:57:55	27:25 30:30	W40	7	5:48 min/km
37	235	Rehberg Birgit	LT-Lauffrosch	0:58:10	27:24 30:45	W50	2	5:49 min/km
38	94	Gibaldo Brigitte	*Leichlingen	0:58:22	27:46 30:36	W40	8	5:50 min/km
39	516	Fuß Ivonne	SSF Bonn	0:58:28	27:05 31:23	W35	9	5:51 min/km
40	165	Krams Sabine	*Wiehl	0:59:17	28:32 30:44	W45	8	5:56 min/km
41	120	Heller Marlene	*Köln	0:59:43	28:23 31:19	W55	1	5:58 min/km

# Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

## 10km Lauf

Frauen

Seite 6

gedruckt 31.07.2011 12:59:33

42	576	Waldorf Elisabeth	LG Laacher See	0:59:50	28:18 31:32	W45	9	5:59 min/km
43	577	Fronnert Marita	LG Laacher See	0:59:51	28:18 31:33	W50	3	5:59 min/km
44	401	Schmitz-Verhjnjak Sylvia	TEAM RAFA	0:59:52	28:34 31:18	W60	2	5:59 min/km
45	34	Beer Silvia	*Kerpen	1:00:19	28:48 31:30	W50	4	6:02 min/km
46	453	Comkieln Silvia	*Wuppertal	1:00:19	28:19 32:00	W45	10	6:02 min/km
47	586	Komossa Ilona	TAV Bad Duffys Bonn	1:00:41	29:34 31:06	W50	5	6:04 min/km
48	81	Everschor Petra	TFG Nippes 1878 e. V.	1:00:43	30:00 30:43	WHK	9	6:04 min/km
49	364	Hausmann Leonie	*Köln	1:01:07	30:13 30:54	WJA	1	6:07 min/km
50	312	Weeger Sandra	*Köln	1:01:16	28:41 32:35	W40	9	6:08 min/km
51	580	Hermanns Claudia	TAV Bad Duffys Bonn	1:01:32	29:34 31:58	W40	10	6:09 min/km
52	346	Elsner Tanith	*Köln	1:02:13	28:41 33:31	WSC	1	6:13 min/km
53	317	Wetzel Kirsten	*Köln	1:03:29	30:11 33:17	W40	11	6:21 min/km
54	556	Pöll Gisela	*Köln	1:04:00	30:00 34:00	W65	1	6:24 min/km
55	85	Figueroa Carrasco Lidia	Cologne Allblacks	1:04:33	30:18 34:14	W35	10	6:27 min/km
56	446	Mose Lisa-Marie		1:04:59	31:07 33:52	WSA	1	6:30 min/km
57	355	Goldmann Svetlana	*Trier	1:05:45	31:02 34:43	WHK	10	6:35 min/km
58	382	Lob Stephanie	Die Allerletzten	1:07:50	32:50 34:59	W40	12	6:47 min/km
59	410	Vetter Heidi	*Wuppertal	1:09:51	34:14 35:36	W50	6	6:59 min/km
60	574	Tutt Franziska	KEC	1:09:51	34:37 35:14	WJA	2	6:59 min/km
61	412	Vetter Sabrina	*Wuppertal	1:12:23	34:14 38:08	WHK	11	7:14 min/km
62	148	Kern Claudia	O-Runners	1:24:31	40:06 44:25	W45	11	8:27 min/km