

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

Männer

10 Meilen Lauf

Seite 1

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M30							
1	1699	Zellner Markus	Depotrunners Bracht	0:59:50	M30	9	3:44 min/km
2	1690	Krannich Ingmar	ART-Düsseldorf	1:03:06	M30	13	3:57 min/km
3	1715	Schober Christian	Tud Köln rrrh.	1:09:49	M30	35	4:22 min/km
4	319	Winkelhausen Jörg	*Odenthl	1:13:56	M30	48	4:37 min/km
5	261	Schofield Jeremy	TRI POWER Rhein-Sieg	1:18:51	M30	92	4:56 min/km
6	84	Feldhaus Mathias J.	Lünten	1:18:59	M30	95	4:56 min/km
7	454	Gustrau Thomas	Lauf Tipps	1:19:23	M30	101	4:58 min/km
8	292	Tischer Norman	Initech Runners	1:21:07	M30	109	5:04 min/km
9	268	Schulze Guido	Lauf Tipps	1:22:40	M30	120	5:10 min/km
10	409	Tiegel Christoph	*Köln	1:29:12	M30	160	5:35 min/km
11	118	Heinze Tobias	*Bergisch Gladbach	1:30:41	M30	166	5:40 min/km
12	457	Majewski Martin		1:32:43	M30	176	5:48 min/km
13	1716	Schneider Thorsten		1:34:55	M30	188	5:56 min/km
14	396	Romanczyk Waldemar	Initech Runners	1:39:36	M30	197	6:14 min/km
Altersklasse Männer M35							
1	456	Smeets Roger		0:52:56	M35	1	3:19 min/km
2	1681	Fricke Marc	Non-Stop-Ultra	0:55:42	M35	5	3:29 min/km
3	470	Reumann John	Taconic Road Runners	0:57:58	M35	7	3:37 min/km
4	1664	Skopnik Manuel	TV Refrath	0:58:35	M35	8	3:40 min/km
5	293	Tombeux René	FC Deutsche Post NL Köln- West	1:03:29	M35	16	3:58 min/km
6	1722	Mückenheim Sven	Runningcoach.ch	1:04:40	M35	20	4:03 min/km
7	215	Oberndörfer Martin	LLG St. Augustin	1:05:56	M35	24	4:07 min/km
8	137	Jacobi Till	*Köln	1:11:34	M35	41	4:28 min/km
9	1710	Albert David		1:14:49	M35	58	4:41 min/km
10	200	Mies Thorsten	*Sprockhövel	1:15:55	M35	65	4:45 min/km
11	1702	Welbers Andre	Schäl Sick Runners	1:16:52	M35	73	4:48 min/km
12	313	Weghaus Stephan	*Köln	1:18:11	M35	85	4:53 min/km
13	383	Magiera Johann	*Remscheid	1:19:08	M35	98	4:57 min/km
14	455	Kluth Thomas	Lauf Tipps	1:21:06	M35	108	5:04 min/km
15	332	Battenberg Carsten	*Gevelsberg	1:21:25	M35	113	5:05 min/km
16	468	Kunze Björn	TG Neuss	1:26:41	M35	143	5:25 min/km
17	318	Wienand Dirk	*Pulheim	1:27:25	M35	149	5:28 min/km
18	1698	Schieback Roman	Depotrunners Bracht	1:32:04	M35	174	5:45 min/km
19	350	Fiegler Marian	*Düsseldorf	1:33:55	M35	183	5:52 min/km
20	419	Wurch Oliver	*Wuppertal	1:35:13	M35	189	5:57 min/km
21	381	Lindner Oliver	*Duisburg	1:36:32	M35	191	6:02 min/km
22	367	Hildebrand Thomas	*Sprockhövel	1:44:47	M35	206	6:33 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Männer

Seite 2

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M40							
1	1700	Wienecke Thorsten	42tausend / NAO PT	1:00:17	M40	10	3:46 min/km
2	57	Carbach Frank	Laufmonster	1:03:08	M40	14	3:57 min/km
3	62	Daub Patrick	*Köln	1:04:01	M40	18	4:00 min/km
4	211	Nielsen Jens	*Düsseldorf	1:06:32	M40	26	4:10 min/km
5	465	Dr. Kirchknopf Hans	Finishline St. Pölten	1:08:22	M40	29	4:16 min/km
6	1682	Gronau Robert		1:08:51	M40	30	4:18 min/km
7	230	Preußner Martin	*Bonn	1:09:07	M40	32	4:19 min/km
8	1689	Fischer Horst	ART Düsseldorf	1:10:54	M40	38	4:26 min/km
9	1683	Niekrawietz Peter		1:11:43	M40	42	4:29 min/km
10	1724	Grabmeier Stephan	run for my own	1:12:08	M40	43	4:31 min/km
11	1663	Schmitz Oliver	DUV	1:13:18	M40	47	4:35 min/km
12	1705	Koebe Martin	Stadtsparkasse Köln	1:14:54	M40	59	4:41 min/km
13	328	Zimmermann Frank	VFL Engelskirchen	1:14:59	M40	60	4:41 min/km
14	1684	Kohl Andreas	Montaplan Parkveedel	1:15:30	M40	63	4:43 min/km
15	95	Gilberg Thomas	*Köln	1:16:15	M40	69	4:46 min/km
16	141	Jöris Markus	ART Düsseldorf	1:17:13	M40	75	4:50 min/km
17	1718	Eversberg Eckhard		1:17:51	M40	83	4:52 min/km
18	1733	Kreube Volker	KSK Team	1:18:58	M40	94	4:56 min/km
19	41	Biehn Helmut	Lichtkreis Köln e.v.	1:19:15	M40	99	4:57 min/km
20	1701	Ackermann Detlev	ASV Köln e.V.	1:21:50	M40	117	5:07 min/km
21	1726	Schütz Volker	BMT Beethovenpark Köln	1:23:17	M40	124	5:12 min/km
22	357	Graf Christian	*Koeln	1:23:53	M40	126	5:15 min/km
23	102	Graessner Prof. Dr.	Little Oaks	1:24:51	M40	130	5:18 min/km
24	469	Hölters Frank	*Pulheim	1:25:48	M40	135	5:22 min/km
25	45	Blindert Uwe	*Köln	1:25:49	M40	136	5:22 min/km
26	121	Hennig Carsten	*Jüchen	1:27:44	M40	152	5:29 min/km
27	322	Wübbold Frank	*Wuppertal	1:29:26	M40	162	5:35 min/km
28	74	Eckert Bjoern	*Koeln	1:30:33	M40	164	5:40 min/km
29	368	Hill Karsten	*Aschaffenburg	1:32:53	M40	178	5:48 min/km
30	181	Lorenz André	Lauftreff Siebengebirge	1:36:34	M40	192	6:02 min/km
31	519	Carlé Thomas	*Köln	1:37:45	M40	194	6:07 min/km
32	87	Garito Adrian	FC Deutsche Post NL Köln- West	1:40:38	M40	201	6:17 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Männer

Seite 3

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M45							
1	460	Dieteren Jean-Pierre	AV Caesar Beek	0:57:49	M45	6	3:37 min/km
2	274	Singer Michael	TV Refrath	1:00:21	M45	11	3:46 min/km
3	1691	Schirmer Rüdiger	ART Düsseldorf	1:03:19	M45	15	3:57 min/km
4	228	Pöhler Frank	TV Refrath	1:04:24	M45	19	4:02 min/km
5	1685	Cam Cengiz	Montaplan-Parkveedel	1:05:28	M45	22	4:06 min/km
6	307	Wagner Helmut	Brühler TV 1897	1:05:50	M45	23	4:07 min/km
7	42	Biermann Klaus	LT TV Dünnwald 1905 eV	1:06:04	M45	25	4:08 min/km
8	1725	Jacob Michael	TV Refrath	1:07:55	M45	27	4:15 min/km
9	1667	Wotzlaw Mathias	ASV Köln Triathlon	1:09:20	M45	33	4:20 min/km
10	154	Klingen Reinhard	QS Frechen	1:09:23	M45	34	4:20 min/km
11	1666	Kyrion Frank	LLG St. Augustin	1:11:29	M45	40	4:28 min/km
12	119	Heitmann Mario	*Köln	1:12:40	M45	45	4:33 min/km
13	75	Eisermann Stephan	Team Erdinger Alkoholfrei	1:13:09	M45	46	4:34 min/km
14	310	Walpert Jens	42tausend / NAO PT	1:14:00	M45	49	4:37 min/km
15	299	Verleger Achim	TVG Kaiserau	1:14:04	M45	50	4:38 min/km
16	60	Cremer Jürgen	*Köln	1:14:06	M45	51	4:38 min/km
17	101	Gottschlich Dr. Winfried	*Köln	1:14:21	M45	54	4:39 min/km
18	1707	Mesic Mario	EL TREN	1:15:18	M45	61	4:42 min/km
19	157	Köller Peter	LT Kettwig 2000	1:15:56	M45	66	4:45 min/km
20	50	Braukmann Lutz	Lauf Tipps	1:17:15	M45	76	4:50 min/km
21	466	Riepelmeier Ulrich		1:17:28	M45	78	4:51 min/km
22	1680	Lutz Michael	GEA-Lyophil Running Team	1:17:29	M45	79	4:51 min/km
23	253	Schmidtman Volker	Köln Triathlon e.V.	1:17:37	M45	80	4:51 min/km
24	221	Peitsch Volker	*Swisttal	1:17:44	M45	81	4:52 min/km
25	114	Hauser Peter	Fifty-Minutes	1:17:47	M45	82	4:52 min/km
26	135	Icks Wolfgang	Lauffreunde Blücherpark Köln	1:18:14	M45	87	4:53 min/km
27	51	Braun Peter	TSV Bonn rrrh. und Freunde	1:18:19	M45	89	4:54 min/km
28	1660	Berger Stefan	GSV Porz Köln	1:20:51	M45	106	5:03 min/km
29	100	Goffart Ralf	KT von 1843 ev	1:20:52	M45	107	5:03 min/km
30	124	Heuschötter Klaus	Fifty-Minutes	1:21:43	M45	116	5:06 min/km
31	321	Wolf Klaus	*Kettig	1:22:28	M45	119	5:09 min/km
32	450	Berger Uwe		1:23:01	M45	123	5:11 min/km
33	1720	Gontermann Marko	TuS 1910 Driedorf	1:23:23	M45	125	5:13 min/km
34	1669	Powitz Bernd	ABC-Team Bonn	1:24:23	M45	128	5:16 min/km
35	1675	Kley Wolfgang		1:25:10	M45	133	5:19 min/km
36	162	Kohlstrung Marcus	*Köln	1:25:14	M45	134	5:20 min/km
37	225	Pickhard Holger	Point One Runners	1:26:12	M45	139	5:23 min/km
38	296	Van der Ven Dr. Christian	*Köln	1:26:29	M45	141	5:24 min/km
39	1641	Watteroth Hans-Jürgen	*Pulheim	1:27:26	M45	150	5:28 min/km
40	175	Kujas Michael	*Remscheid	1:27:52	M45	154	5:30 min/km
41	284	Stetter Peter	Lichtscheid Runner	1:30:43	M45	167	5:40 min/km
42	359	Graf Wolfgang	*Köln	1:31:33	M45	171	5:43 min/km
43	337	Brückner Jörg	Lauftreff TuS 81 Opladen	1:32:52	M45	177	5:48 min/km
44	277	Sommerfeld Karl-Heinz	Team Luftwaffe Köln	1:33:08	M45	180	5:49 min/km
45	1714	Vidal Miguel	*Köln	1:37:46	M45	195	6:07 min/km
46	136	Ilius Mario	*Bonn	1:42:44	M45	204	6:25 min/km
47	105	Grimm Manfred	1. Kölner Laufstall	0:29:19	M45	211	1:50 min/km
48	327	Ziegert Jürgen	LLG St. Augustin	0:02:14	M45	212	0:08 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Männer

Seite 4

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M50							
1	71	Dudley Richard-James	Fronrunner Cologne	1:05:00	M50	21	4:04 min/km
2	1712	Dias Da Silva Jose Carlos	Laufmonster	1:08:16	M50	28	4:16 min/km
3	227	Podzus Horst	*Overath	1:14:17	M50	53	4:39 min/km
4	185	Macherey Peter	*Leverkusen	1:14:30	M50	55	4:39 min/km
5	1672	Knief Dirk	*Mülheim	1:14:48	M50	57	4:41 min/km
6	249	Schlichting Hans-Dieter	Roadrunner	1:15:20	M50	62	4:43 min/km
7	1665	van Ooyen Hans-Jürgen	Neukirchen Vluyn	1:16:12	M50	68	4:46 min/km
8	68	Droste Christian	*Königswinter	1:17:09	M50	74	4:49 min/km
9	199	Miebach Paul	*Köln	1:17:27	M50	77	4:50 min/km
10	1706	Brodowski Günter		1:18:18	M50	88	4:54 min/km
11	1670	Ahlborn Klaus	TuS Oberkassel	1:18:45	M50	91	4:55 min/km
12	73	Dupont Jürgen	LTD Köln-Dellbrück	1:19:01	M50	96	4:56 min/km
13	1677	Clauss Axel	DEK Hagen	1:19:22	M50	100	4:58 min/km
14	1723	Lippold Horst	*Köln	1:19:23	M50	102	4:58 min/km
15	1728	Michollek Wolfgang	GSV Porz Köln	1:19:25	M50	103	4:58 min/km
16	178	Lehnert Wolfgang	HuGoS Cölle	1:20:31	M50	105	5:02 min/km
17	103	Graf Michael	TuS Oberkassel 1896	1:21:14	M50	110	5:05 min/km
18	1730	Scheu Peter		1:21:25	M50	112	5:05 min/km
19	1644	Schmees Bernd	*Köln	1:25:54	M50	138	5:22 min/km
20	298	Vering Wilfried	FC Deutsche Post NL Köln- West	1:26:22	M50	140	5:24 min/km
21	324	Wurda Werner	SC Fortuna Köln	1:27:06	M50	146	5:27 min/km
22	263	Schorn Walter	LT Saaler Mühle	1:27:09	M50	147	5:27 min/km
23	22	Adorf Thomas	New York Road Runners	1:27:42	M50	151	5:29 min/km
24	462	Küpper Andreas		1:28:26	M50	156	5:32 min/km
25	508	Teutloff Volker	LL Duisburg	1:28:55	M50	159	5:33 min/km
26	222	Peter Ronald	HLG 98 Wuppertal	1:29:42	M50	163	5:36 min/km
27	180	Leyendecker Matthias	*KÖLN	1:31:30	M50	170	5:43 min/km
28	37	Beringhoff Georg	FG Köln	1:31:45	M50	173	5:44 min/km
29	1711	Eisele Mathias	42 tausend	1:32:08	M50	175	5:46 min/km
30	214	Nuyken Jochen	TriCologne	1:33:10	M50	182	5:49 min/km
31	472	Emmerich Roland	*Köln	1:34:28	M50	185	5:54 min/km
32	304	Volkmer Rainer	LT Sommersberg	1:38:30	M50	196	6:09 min/km
33	270	Schwandrau Rolf	*Remscheid	1:39:57	M50	200	6:15 min/km
34	159	Königstein Thomas	*Neuss	1:45:19	M50	207	6:35 min/km
35	1732	Lenk Michael		1:59:20	M50	209	7:28 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Männer

Seite 5

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M55							
1	1671	Mielczarek Norbert	Rhein-Erft Akademie	1:08:53	M55	31	4:18 min/km
2	1648	Bonn Dietmar	BSG Leybold Köln	1:10:10	M55	36	4:23 min/km
3	267	Schultheiß Volker	Team Erdinger Alkoholfrei	1:14:08	M55	52	4:38 min/km
4	1703	Klein Norbert	*Köln	1:14:33	M55	56	4:40 min/km
5	44	Bleibaum Ernesto	BSG-BML Bonn	1:16:01	M55	67	4:45 min/km
6	158	Köngeter Hans	SCB Horrem	1:16:21	M55	70	4:46 min/km
7	1678	Dr. Schmitz Wolfgang		1:16:26	M55	71	4:47 min/km
8	207	Müller Ralf	Schnaufgruppe	1:16:31	M55	72	4:47 min/km
9	79	Evers Felix	ASV Köln Team 42	1:17:58	M55	84	4:52 min/km
10	1721	Splittgerber-Bertenburg	*Solingen	1:18:11	M55	85	4:53 min/km
11	252	Schmidt Uwe	LT Hennef / Sieg	1:18:55	M55	93	4:56 min/km
12	36	Bender Matthias	SSF Bonn Triathlon	1:20:31	M55	104	5:02 min/km
13	234	Reda Karl-Heinz	ERGOsports Köln	1:21:23	M55	111	5:05 min/km
14	217	Orlikowski Manfred	*Remscheid	1:21:38	M55	114	5:06 min/km
15	115	Heidchen Michael	LeoGoesRunning Team	1:22:53	M55	121	5:11 min/km
16	171	Krüger Horst	*Bergisch Gladbach	1:22:55	M55	122	5:11 min/km
17	53	Breidenbach Peter	Der Badorfer	1:24:48	M55	129	5:18 min/km
18	306	Wagner Helmut	*Dormagen	1:25:50	M55	137	5:22 min/km
19	474	Frenser Uwe	Berufsfeuerwehr Köln	1:26:57	M55	145	5:26 min/km
20	459	Thelen Richard	Alfterer SC	1:27:19	M55	148	5:27 min/km
21	1731	Stuka Raimund	ABS Lass Laufen Klettenberg	1:34:08	M55	184	5:53 min/km
22	320	Wirth Burkhard	*Euskirchen	1:36:10	M55	190	6:01 min/km
23	464	Schütz Peter		1:41:35	M55	202	6:21 min/km
24	236	Rehren Peter	taunus-praxis-team	1:43:56	M55	205	6:30 min/km
Altersklasse Männer M60							
1	138	Jäger Peter	ESV Gremberghoven	1:03:46	M60	17	3:59 min/km
2	1674	Levermann Werner	Ford FCSD	1:15:36	M60	64	4:44 min/km
3	65	Derst Norbert	*Würselen	1:19:05	M60	97	4:57 min/km
4	24	Andernach Helmut	Lauf Tipps	1:21:42	M60	115	5:06 min/km
5	30	Becker Claus	cegelec wallabies	1:24:53	M60	131	5:18 min/km
6	273	Silah Sami	*Köln	1:30:38	M60	165	5:40 min/km
7	1645	Fritzsche Matthias	*Köln	1:31:01	M60	169	5:41 min/km
8	1719	Vogler Wolfgang	Fairer Handel e.V.	1:31:41	M60	172	5:44 min/km
9	109	Hafermann Wolfgang	TUS Bonn-Oberkassel	1:33:00	M60	179	5:49 min/km
10	1679	Schwarz Werner	42 tausend NAO PT	1:33:10	M60	181	5:49 min/km
11	61	Dalheimer Jürgen	D/dorfer TV	1:34:39	M60	186	5:55 min/km
12	1687	Pankratow Arnold	LT Bittermark Dortmund	1:34:44	M60	187	5:55 min/km
13	1692	Gröppel Frank	SC Pulheim	1:37:38	M60	193	6:06 min/km
Altersklasse Männer M65							
1	33	Becker Walter	LLG 80 Nordpark Köln	1:18:33	M65	90	4:55 min/km
2	35	Bender Eddy	*Köln	1:21:56	M65	118	5:07 min/km
3	1673	Levermann Hermann	Polizei Köln	1:24:18	M65	127	5:16 min/km
4	308	Walker Dieter	TV Rheinau 1893	1:24:57	M65	132	5:19 min/km
5	49	Böttcher Werner	SC Fortuna Bonn	1:29:24	M65	161	5:35 min/km
Altersklasse Männer M70							
1	1688	Mentz Peter	LC Eifel-Runners	1:27:48	M70	153	5:29 min/km
2	1652	Brunner Ulrich	*Köln	1:28:37	M70	158	5:32 min/km
3	142	John Gerd	1/2Marathon Köln rrh.	1:30:51	M70	168	5:41 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Männer

Seite 6

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M75							
1	1668	Jakobs Hans	LC Duisburg	1:42:10	M75	203	6:23 min/km
2	0	Maaßen Günter	RTC Frechen	1:51:56	M75	208	6:60 min/km
3	467	Janzen Viktor		2:06:26	M75	210	7:54 min/km
Altersklasse Männer MHK							
1	476	Somssich Erik	Run^2 by Runnerspoint	0:54:44	MHK	2	3:25 min/km
2	1709	Winterholler Andreas	TV Refrath	0:54:52	MHK	3	3:26 min/km
3	588	Dahl Simon	Bunert Runing Team	0:55:09	MHK	4	3:27 min/km
4	352	Führmann Thilo	BC Mainz 1965	1:10:52	MHK	37	4:26 min/km
5	473	Prede Robert	*Köln	1:10:58	MHK	39	4:26 min/km
6	407	Siebert Steve	*Köln	1:12:25	MHK	44	4:32 min/km
7	276	Sitte Matthias	*Köln	1:26:39	MHK	142	5:25 min/km
8	1729	Frenser Frank		1:26:57	MHK	144	5:26 min/km
9	349	Felix Marek	Initech Runners	1:28:05	MHK	155	5:30 min/km
10	28	Bayraktar Sadik	Team Handelshof	1:28:31	MHK	157	5:32 min/km
11	339	Bukowski Mateusz	Initech Runners	1:39:37	MHK	198	6:14 min/km
12	415	Wiktorin Christoph	*Köln	1:39:45	MHK	199	6:14 min/km
Altersklasse Männer MJA							
1	262	Schommers Lukas	ASV Köln	1:01:06	MJA	12	3:49 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Frauen

Seite 7

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W30							
1	463	Dörfers Judith	ART Düsseldorf	1:10:20	W30	4	4:24 min/km
2	1704	Michels Astrid	Sparkasse Köln Bonn	1:15:01	W30	6	4:41 min/km
3	241	Rosen Sabine	42tausend / NAO PT	1:23:37	W30	16	5:14 min/km
4	210	Nicklaus Cristin	*Köln	1:24:45	W30	17	5:18 min/km
5	343	Dominguez Boveda	*Düsseldorf	1:33:55	W30	42	5:52 min/km
6	91	Gerharz Sarah	TSV Bonn rrrh. und Freunde	1:38:57	W30	52	6:11 min/km
7	471	Alvarez Burbano		1:41:38	W30	55	6:21 min/km
Altersklasse Frauen W35							
1	187	Malan Dr. Daniela	ASD Atletica Valpellice	1:21:47	W35	14	5:07 min/km
2	220	Patten Sonja	LT Cloversoft	1:22:54	W35	15	5:11 min/km
3	461	Jens Doreen		1:26:25	W35	22	5:24 min/km
4	213	Nieth Sonja	LT Hennef/Sieg	1:27:55	W35	28	5:30 min/km
5	305	Voß Anika	Rheinsport	1:28:06	W35	29	5:30 min/km
6	125	Hörster Heike	*Langenfeld	1:32:50	W35	41	5:48 min/km
7	216	Olding Stefanie	*Köln	1:36:48	W35	46	6:03 min/km
8	378	Leßmann Bernadette	ohne	1:38:57	W35	50	6:11 min/km
9	1708	Kley Sandra		1:41:50	W35	56	6:22 min/km
10	52	Breer Sandra	*Köln	1:42:28	W35	57	6:24 min/km
11	144	Kaiser Kathrin	BSG BMU	1:47:33	W35	62	6:43 min/km
12	360	Grote Jutta	Turbine Marl	1:53:07	W35	65	7:04 min/km
13	387	Meiburg Jill	*Bonn	1:57:58	W35	70	7:22 min/km
Altersklasse Frauen W40							
1	1662	Schäpers Silke	TV Refrath	1:06:43	W40	1	4:10 min/km
2	275	Singer Sabine	TV Refrath	1:14:21	W40	5	4:39 min/km
3	173	Küttner Christiane	*Köln	1:18:22	W40	8	4:54 min/km
4	560	Nowakowska Gertruda		1:21:18	W40	13	5:05 min/km
5	1697	Klußmann Tanja	1. Kölner Laufstall	1:26:28	W40	23	5:24 min/km
6	358	Graf Erika	*Koeln	1:27:28	W40	27	5:28 min/km
7	174	Kujas Claudia	*Remscheid	1:28:44	W40	30	5:33 min/km
8	315	Went Melanie	*Köln	1:28:59	W40	31	5:34 min/km
9	1717	Berger Carola	BSG Stadt Köln	1:34:15	W40	43	5:53 min/km
10	333	Becker Julia	*Vettelschoß	1:38:57	W40	50	6:11 min/km
11	88	Garito Rosamunde	FC Deutsche Post NL Köln- West	1:40:38	W40	54	6:17 min/km
12	82	Federhen Ling Ling	*Bonn	1:57:15	W40	69	7:20 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 31.Juli 2011

10 Meilen Lauf

Frauen

Seite 8

gedruckt 02.08.2011 21:12:03

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W45							
1	1659	Lennartz Birgit	LLG St. Augustin	1:09:51	W45	3	4:22 min/km
2	186	Macherey-Diese Silke	*Leverkusen	1:18:21	W45	7	4:54 min/km
3	76	Endrulat Ulrike	LT Saaler Mühle	1:19:11	W45	10	4:57 min/km
4	258	Schneehagen Kirsten	SSF Bonn	1:19:38	W45	11	4:59 min/km
5	458	Thelen Beate	Afterer SC	1:20:28	W45	12	5:02 min/km
6	197	Miebach Andrea	*Köln	1:26:48	W45	25	5:26 min/km
7	272	Siemons Elisabeth	*Köln	1:26:59	W45	26	5:26 min/km
8	168	Pereira Irene		1:30:24	W45	34	5:39 min/km
9	38	Bickendorf Marion	Running TV Bedburg	1:32:08	W45	37	5:46 min/km
10	282	Stein-Bremerich Gabi	Glühwürmchen	1:32:42	W45	40	5:48 min/km
11	169	Krogull Monika	Kölner Ausdauer- u. Laufschule	1:35:01	W45	44	5:56 min/km
12	1686	Kegalj Silvana	LT Bittermark Dortmund	1:35:52	W45	45	5:60 min/km
13	244	Rupietta Susanne	*Köln	1:37:31	W45	47	6:06 min/km
14	23	Ahl Madeleine	*Bonn	1:42:44	W45	58	6:25 min/km
15	0	Close Manuela	Respectyourbody.de	0:47:45	W45	71	2:59 min/km
16	188	Malorny Martina	Lichtscheid Runner	0:35:32	W45	73	2:13 min/km
Altersklasse Frauen W50							
1	1676	Gebehart Beate	TV Refrath	1:19:01	W50	9	4:56 min/km
2	78	Eschment-Schnitzler Ruth	Running TV Bedburg	1:25:42	W50	20	5:21 min/km
3	151	Kisters-Woike Brigitte	LG Donatus Ertstadt	1:29:09	W50	32	5:34 min/km
4	1713	Beyer Birgit	Elmars Kenianer	1:30:12	W50	33	5:38 min/km
5	243	Rotscheid Doris	Fifty-Minutes	1:30:54	W50	35	5:41 min/km
6	69	Droste Martina	*Königswinter	1:32:23	W50	38	5:46 min/km
7	248	Schlichting Alexandra	Roadrunner	1:32:30	W50	39	5:47 min/km
8	130	Hubrig-Schaumburg	LT Hennef / Sieg	1:37:54	W50	48	6:07 min/km
9	164	Kramp Lydia	ASV Köln Team 42	0:32:38	W50	72	2:02 min/km
Altersklasse Frauen W55							
1	110	Hajek Verena	Laufmonster	1:25:37	W55	19	5:21 min/km
2	1694	Schwarte Christel	*hilden	1:39:30	W55	53	6:13 min/km
3	1727	Klefisch Malgorzata	Hospizverein Köln-Mülheim	1:43:41	W55	59	6:29 min/km
4	170	Krüger Doris	*Bergisch Gladbach	1:55:00	W55	66	7:11 min/km
5	240	Rohrmoser Felicitas	Laufmariechen Köln	1:55:59	W55	67	7:15 min/km
6	239	Rohrmoser Eva-Maria	Laufmariechen Köln	1:56:49	W55	68	7:18 min/km
Altersklasse Frauen W60							
1	340	DAmico Irma	*München	1:44:04	W60	60	6:30 min/km
Altersklasse Frauen W70							
1	309	Walker Helga	TV Rheinau 1893	1:26:19	W70	21	5:24 min/km
2	1695	Maaßen Helga	LAV Habbelrath	1:51:54	W70	64	6:60 min/km
Altersklasse Frauen WHK							
1	1693	Fischer Vanessa	TUWI Adenau	1:06:49	WHK	2	4:11 min/km
2	43	Blanco Sandra	*Köln	1:25:16	WHK	18	5:20 min/km
3	80	Everschor Karin	TFG 1878 Köln-Nippes e.V.	1:26:39	WHK	24	5:25 min/km
4	375	Küpper Carolin	lauftipps	1:31:48	WHK	36	5:44 min/km
5	341	DAmico Sylvia	*München	1:38:15	WHK	49	6:08 min/km
6	431	Kremer Dajana	SC Fretter	1:44:13	WHK	61	6:31 min/km
7	70	Droste Stephanie	*Königswinter	1:48:51	WHK	63	6:48 min/km