

Die 10 Meilen von Köln am 28.Juli 2013

5km Lauf

Männer

Seite 1
gedruckt 28.07.2013 15:00:00

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M30							
1	593	Gröppel Till	Pulheimer SC	0:17:21	M30	2	3:28 min/km
2	598	Schober Christian	SV AXA Cologne Triathlon	0:21:41	M30	9	4:20 min/km
3	416	Gehrmann Jan	*Köln	0:27:24	M30	29	5:29 min/km
4	541	Adler Phillip		0:35:39	M30	52	7:08 min/km
Altersklasse Männer M35							
1	608	Klemz Björn	Honduras Gang	0:19:15	M35	4	3:51 min/km
2	117	Emonds Reiner	*Düsseldorf	0:20:33	M35	7	4:07 min/km
3	604	Egger Andy	Team Handelshof	0:23:08	M35	15	4:38 min/km
4	504	Schulze Andy	*Köln	0:24:38	M35	18	4:56 min/km
5	582	Molitor Peter		0:24:54	M35	21	4:59 min/km
6	445	Kischlat Jan	*Köln	0:25:23	M35	25	5:05 min/km
Altersklasse Männer M40							
1	590	Högner Oliver		0:22:40	M40	14	4:32 min/km
2	606	Lieschied Joachim	TuS Köln rrh.	0:24:13	M40	17	4:51 min/km
3	594	Barschbach Markus	FHDW	0:25:06	M40	22	5:01 min/km
4	53	Ackermann Detlev	pronovaBKK	0:25:19	M40	24	5:04 min/km
5	544	Gibermann Michael		0:26:51	M40	27	5:22 min/km
6	505	Schwind Michael	*Köln	0:27:11	M40	28	5:26 min/km
7	129	Frank Peter	Running Gag Cologne	0:33:30	M40	47	6:42 min/km
Altersklasse Männer M45							
1	601	Göpfert Ralf	LT Cloversoft	0:20:51	M45	8	4:10 min/km
2	238	Müller Ralf	Team Luftwaffe Köln	0:22:02	M45	10	4:24 min/km
3	292	Schmitz Georg	LG Eifel Runners	0:22:09	M45	11	4:26 min/km
4	316	Seeger Burkhard	LGO Bochum	0:23:35	M45	16	4:43 min/km
5	537	Schneider Ingo		0:24:51	M45	20	4:58 min/km
6	51	Abels Olaf	Lufthansa Pinguine	0:25:40	M45	26	5:08 min/km
7	623	Müller Thomas		0:29:35	M45	36	5:55 min/km
8	399	Bernau Gerd	*Köln	0:31:59	M45	43	6:24 min/km
9	586	Zingsheim Guido	GSV Porz	0:32:24	M45	44	6:29 min/km
10	540	Pario Fink		0:35:39	M45	53	7:08 min/km
Altersklasse Männer M50							
1	353	Volkmer Andreas	*Schwalmtal	0:22:39	M50	12	4:32 min/km
2	126	Finkensiep Dirk	LGO Bochum	0:24:38	M50	19	4:56 min/km
3	101	Dömmecke Andreas	*Köln	0:27:39	M50	30	5:32 min/km
4	510	Teklic Tomislav	SC Aqua Köln	0:32:33	M50	45	6:31 min/km
Altersklasse Männer M55							
1	81	Bosch Michael	LLG 80 Nordpark Köln	0:19:45	M55	6	3:57 min/km
2	377	Würpel Klaus	LGO Bochum	0:22:40	M55	13	4:32 min/km
3	470	Niermann Michael	*Bornheim	0:32:55	M55	46	6:35 min/km
4	610	Heibelmann Bernd		0:35:37	M55	51	7:08 min/km
Altersklasse Männer M60							
1	293	Schmitz Manfred	Team Schmitz	0:30:26	M60	40	6:05 min/km
2	532	Markwa Uwe		0:33:32	M60	48	6:43 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 28.Juli 2013

5km Lauf

Männer

Seite 2
gedruckt 28.07.2013 15:00:00

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Männer M65							
1	328	Spillecke Rainer	*uetersen	0:28:06	M65	31	5:37 min/km
2	425	Heimann Bernd	*Düsseldorf	0:41:47	M65	56	8:22 min/km
Altersklasse Männer M70							
1	386	Abels Hans-Heinrich	*Bonn	0:47:46	M70	57	9:33 min/km
Altersklasse Männer M75							
1	226	Meyer Otto	Kall	0:34:59	M75	49	6:60 min/km
Altersklasse Männer MHK							
1	589	Ralenovsky Arthur	TV Refrath	0:16:41	MHK	1	3:20 min/km
2	393	Bartl Andreas	*Velbert	0:25:12	MHK	23	5:02 min/km
3	553	Hoffmann Nils		0:28:17	MHK	32	5:40 min/km
4	396	König Michael	*Bad Säckingen	0:28:18	MHK	33	5:40 min/km
5	491	Schlüchtermann Christian	*Köln	0:29:10	MHK	34	5:50 min/km
6	545	Gibermann Ilja		0:30:12	MHK	38	6:02 min/km
7	423	Haubold Marcel	*Köln	0:30:12	MHK	39	6:03 min/km
8	539	Menzel Christoph		0:30:36	MHK	42	6:07 min/km
9	536	Richert Sven	ASG Elsdorf	0:35:36	MHK	50	7:07 min/km
10	535	Heerstraß Oliver	ASG Elsdorf	0:36:00	MHK	54	7:12 min/km
Altersklasse Männer MU12							
1	421	Haltermann Paul	*Krefeld-Hüls	0:29:57	MU12	37	5:59 min/km
2	496	Schmitz Pascal	TuS-Wesseling	0:30:26	MU12	41	6:05 min/km
Altersklasse Männer MU16							
1	556	Feyer Jan		0:29:34	MU16	35	5:55 min/km
2	420	Haltermann Leo	*krefled	0:36:10	MU16	55	7:14 min/km
Altersklasse Männer MU18							
1	440	Jolk Tim	TVD Denzlingen	0:19:44	MU18	5	3:57 min/km
Altersklasse Männer MU20							
1	515	Ull Johannes	*frechen	0:17:59	MU20	3	3:36 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 28.Juli 2013

5km Lauf

Frauen

Seite 3
gedruckt 28.07.2013 15:00:00

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen W30							
1	597	Lehmann Kerstin		0:24:50	W30	5	4:58 min/km
2	546	Becker Anika		0:25:39	W30	7	5:08 min/km
3	415	Gehrmann Helene	*Köln	0:27:41	W30	11	5:32 min/km
4	587	Opitz Simone	Maing Mows	0:27:58	W30	14	5:36 min/km
5	581	Fuchshuber Kiwga	Bunert Köln	0:29:17	W30	17	5:52 min/km
6	427	Henkelmann Julia	*Köln	0:33:06	W30	23	6:37 min/km
7	503	Schultz Nadine	*Niederkassel	0:40:07	W30	35	8:01 min/km
Altersklasse Frauen W35							
1	179	Kanditt Katja	OSC Waldniel	0:20:28	W35	1	4:06 min/km
2	607	Keßling Silvia	*Köln	0:27:48	W35	13	5:34 min/km
3	519	Vom Berg Jennyfer	*Niederkassel	0:34:35	W35	26	6:55 min/km
4	549	Estermann Melanie		0:39:45	W35	32	7:57 min/km
5	282	Sänger Monika	BGS RheinEnergie	0:40:01	W35	34	8:00 min/km
Altersklasse Frauen W40							
1	267	Podobinski Stephanie	*Köln	0:27:41	W40	12	5:32 min/km
2	559	Wetzel Kirsten	ESV-Gremberghoven	0:32:01	W40	21	6:24 min/km
Altersklasse Frauen W45							
1	599	Schewe Yvonne		0:28:54	W45	16	5:47 min/km
2	534	Giel Jacqueline	Gecko's Soul Korea	0:34:31	W45	25	6:54 min/km
3	214	Malorny Martina	Lichtscheid Runner Wuppertal	0:34:58	W45	27	6:60 min/km
4	620	Rheidt Iris	1.FC Spich	0:35:52	W45	30	7:11 min/km
5	548	Estermann Sylvia		0:39:46	W45	33	7:57 min/km
Altersklasse Frauen W50							
1	477	Pechan Ursula	*Sankt Augustin	0:32:33	W50	22	6:31 min/km
2	447	Klopfer Inge	*Köln	0:35:39	W50	28	7:08 min/km
Altersklasse Frauen W55							
1	615	Vossen Karin	LSV Porz	0:28:28	W55	15	5:42 min/km
2	538	Schneider Clara		0:29:41	W55	18	5:56 min/km
3	435	Hofmann Renate	*Köln	0:34:26	W55	24	6:53 min/km
Altersklasse Frauen W65							
1	338	Süß-Dahmen Renate	LT Saaler Mühle	0:36:07	W65	31	7:13 min/km
Altersklasse Frauen WHK							
1	340	Szameitat Larissa Birgit	*Bornheim	0:21:32	WHK	2	4:18 min/km
2	543	Gottlob Kirsten		0:22:45	WHK	4	4:33 min/km
3	516	Valle Blanchard	BlaDe Runners	0:25:25	WHK	6	5:05 min/km
4	176	Joos Liane	*Köln	0:27:15	WHK	10	5:27 min/km
5	475	Pantheil Johanna	*Unna	0:29:58	WHK	19	5:60 min/km
6	487	Klopfstock Tina	*Hürth	0:29:58	WHK	20	5:60 min/km
7	542	Stawinoga Florence Marie		0:35:39	WHK	28	7:08 min/km
Altersklasse Frauen WU14							
1	437	Hoyer Mia	*Köln	0:27:11	WU14	9	5:26 min/km

Die 10 Meilen von Köln am 28.Juli 2013

5km Lauf

Frauen

Seite 4
gedruckt 28.07.2013 15:00:00

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
Altersklasse Frauen WU18							
1	84	Brassat Simone	TV Refrath	0:22:33	WU18	3	4:31 min/km
Altersklasse Frauen WU20							
1	547	Shpak Anna		0:26:53	WU20	8	5:23 min/km