

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 1
gedruckt 08.12.2013 12:09:00

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	AK-Platz	Bruttozeit	Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	319	Fricke Marc	Non-Stop-Ultra Brakel	0:33:53	1974 M35	1	0:33:53	11:08 * 11:06 * 11:38	3:23 min/km
2	3092	Möller Jonah	LT DSHS Köln	0:34:14	1990 MHK	1	0:34:14	11:09 * 11:22 * 11:41	3:25 min/km
3	168	Camminady Thomas	Aachener TG	0:34:18	1989 MHK	2	0:34:18	11:09 * 11:18 * 11:51	3:26 min/km
4	1201	Trems Torsten	central-team.de	0:35:03	1977 M35	2	0:35:03	11:09 * 11:35 * 12:19	3:30 min/km
5	155	Bunte Marian	*Köln	0:35:04	1989 MHK	3	0:35:08	11:06 * 11:34 * 12:22	3:30 min/km
6	3108	Steinmetz Roland	TG Triathlon Team Witten	0:35:45	1976 M35	3	0:35:45	11:30 * 11:48 * 12:25	3:35 min/km
7	395	Gröppel Till	Original Bootcamp	0:36:04	1982 M30	1	0:36:05	11:25 * 12:00 * 12:39	3:36 min/km
8	3330	Ley Jürgen	central-team.de	0:36:33	1971 M40	1	0:36:34	11:34 * 12:16 * 12:42	3:39 min/km
9	686	Kurz Till	Mach3 Köln e.V.	0:37:23	1973 M40	2	0:37:23	11:53 * 12:25 * 13:04	3:44 min/km
10	3088	Mucha Bastian		0:37:40	1983 M30	2	0:37:41	12:25 * 12:24 * 12:50	3:46 min/km
11	813	Müller Daniel	DSHS Köln	0:37:45	1991 MHK	4	0:37:48	11:50 * 12:40 * 13:14	3:47 min/km
12	246	Emig Thorsten	*Paris	0:37:49	1969 M40	3	0:37:51	12:21 * 12:28 * 12:59	3:47 min/km
13	904	Poischen Thomas	BSG RheinEnergie	0:38:05	1970 M40	4	0:38:10	12:39 * 12:29 * 12:56	3:49 min/km
14	2175	Lahey Johannes	*Erkelenz	0:38:19	1994 MJA	1	0:38:22	12:01 * 12:50 * 13:27	3:50 min/km
15	1165	Stötzel Martin	*Palma de Mallorca	0:38:35	1964 M45	1	0:38:37	12:32 * 12:39 * 13:23	3:52 min/km
16	2362	Mußemann Sebastian	Spoho Erstis	0:38:47	1994 MJA	2	0:38:52	12:24 * 12:55 * 13:27	3:53 min/km
17	167	Cam Cengiz	Laktatkönige	0:38:53	1966 M45	2	0:38:56	12:25 * 12:55 * 13:31	3:53 min/km
18	2492	Probst Chris	Bonner Herzen	0:38:56	1970 M40	5	0:39:19	12:45 * 12:58 * 13:12	3:54 min/km
19	705	Ledwig Christopher	Cologne Crew	0:39:01	1973 M40	6	0:39:03	12:32 * 12:39 * 13:50	3:54 min/km
20	975	Ruhnke Robert	Uta Oehl	0:39:06	1958 M55	1	0:39:07	12:24 * 12:53 * 13:48	3:55 min/km
21	655	Kräker Thorsten	Superpunk	0:39:18	1969 M40	7	0:39:20	12:50 * 13:03 * 13:24	3:56 min/km
22	920	Quantius Andreas	*Köln	0:39:26	1970 M40	8	0:39:27	12:23 * 13:25 * 13:37	3:57 min/km
23	931	Reichel Patrick	*Aachen	0:39:33	1989 MHK	5	0:39:39	12:29 * 13:04 * 13:59	3:57 min/km
24	2165	Kullmann Tim	*Köln	0:39:36	1992 MHK	6	0:39:43	12:59 * 12:58 * 13:38	3:58 min/km
25	1115	Siemer Mark	*KÖLN	0:39:36	1977 M35	4	0:39:44	13:00 * 12:59 * 13:35	3:58 min/km
26	2343	Müller Daniel	*Unna	0:39:36	1993 MHK	7	0:39:41	14:55 * 16:21 * 08:19	3:58 min/km
27	1344	Ackermann Stefan	JFG Elsavatal	0:39:41	1994 MJA	3	0:39:52	13:08 * 13:08 * 13:25	3:58 min/km
28	1148	Steil Heiko	Telefonica runner	0:39:42	1976 M35	5	0:40:04	13:04 * 13:07 * 13:31	3:58 min/km
29	2819	Thiele Jan	*Köln	0:39:44	1994 MJA	4	0:39:46	12:50 * 13:20 * 13:34	3:58 min/km
30	2561	Rost Dr. Steffen	FSD Running Orcas	0:39:46	1976 M35	6	0:39:52	13:06 * 13:17 * 13:22	3:59 min/km
31	1273	Weiß Gerrit	*Köln	0:39:51	1976 M35	7	0:40:12	12:55 * 13:20 * 13:35	3:59 min/km
32	501	Hölle Magnus	*Köln	0:39:54	1984 MHK	8	0:40:01	12:57 * 13:24 * 13:32	3:59 min/km
33	1995	Kästner Valentin	*Bonn	0:39:55	1991 MHK	9	0:40:16	13:08 * 13:24 * 13:22	3:60 min/km
34	1713	Freese Simon	*Wuppertal	0:39:56	1973 M40	9	0:39:59	12:53 * 13:16 * 13:47	3:60 min/km
35	1065	Schröder René	*Köln	0:40:02	1978 M35	8	0:40:23	12:47 * 13:11 * 14:03	4:00 min/km
36	3317	Cohrs Jonathan	Lebensdurst-ICH e.V.	0:40:04	1987 MHK	10	0:40:08	12:55 * 13:22 * 13:47	4:00 min/km
37	163	Butz Andreas	Team Laufcampus	0:40:06	1965 M45	3	0:40:09	12:55 * 13:16 * 13:55	4:01 min/km
38	1118	Sina Christoph	LC Euskirchen	0:40:09	1967 M45	4	0:40:20	13:18 * 13:11 * 13:39	4:01 min/km
39	227	Dudley Richard-James	Team Erdinger Alkoholfrei	0:40:10	1961 M50	1	0:40:11	13:20 * 13:07 * 13:42	4:01 min/km
40	1193	Thüs Andreas	Laufmonster	0:40:14	1970 M40	10	0:40:17	13:04 * 13:21 * 13:48	4:01 min/km
41	2758	Stell Björn	RV Komet Delia Köln	0:40:20	1975 M35	9	0:40:27	12:58 * 13:31 * 13:50	4:02 min/km
42	702	Laub Michael	LG Donatus Erftstadt	0:40:21	1959 M50	2	0:40:26	12:51 * 13:31 * 13:57	4:02 min/km
43	2644	Schnaible Marvin	*Köln	0:40:29	1994 MJA	5	0:40:32	12:56 * 13:35 * 13:57	4:03 min/km
44	3316	Abel Bastian	Lebensdurst-ICH e.V.	0:40:29	1987 MHK	11	0:40:32	12:56 * 13:35 * 13:57	4:03 min/km
45	151	Buhr Holger	RSV Staubwolke Refrath	0:40:35	1974 M35	10	0:40:38	12:53 * 13:34 * 14:07	4:04 min/km
46	3314	Schäfer Gerd	Uni Köln	0:40:41	1969 M40	11	0:40:43	13:42 * 13:33 * 13:24	4:04 min/km
47	1338	Zwickert Patrick	Lavakraft	0:40:41	1968 M45	5	0:41:05	13:33 * 13:17 * 13:50	4:04 min/km
48	1214	Uhlig Patrick	Laufen gegen Leiden	0:40:42	1976 M35	11	0:40:44	12:49 * 13:30 * 14:22	4:04 min/km
49	56	Becker Tobias	LC Euskirchen	0:40:49	1971 M40	12	0:40:59	13:20 * 13:31 * 13:57	4:05 min/km
50	2997	Zimmermann Patrik	*Bad Essen	0:40:51	1988 MHK	12	0:40:54	12:56 * 13:34 * 14:19	4:05 min/km
51	3106	Wichmann Thomas	Lauftreff Köln Süd	0:40:53	1967 M45	6	0:40:58	13:23 * 13:37 * 13:52	4:05 min/km
52	3035	Gossling Reinhard		0:40:58	1972 M40	13	0:41:01	13:02 * 13:33 * 14:22	4:06 min/km
53	3028	Fritsch Jürgen		0:40:59	1964 M45	7	0:41:12	13:42 * 13:26 * 13:51	4:06 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 2

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

54	1852	Hartmann Lars	*Lichtenau	0:41:04	1994 MJA	6	0:41:23	14:12 * 13:35 * 13:16	4:06 min/km
55	113	Bornemann Thomas	central-team.de	0:41:11	1968 M45	8	0:41:15	13:09 * 13:41 * 14:20	4:07 min/km
56	49	Baum Sebastian	Team NiK	0:41:18	1986 MHK	13	0:41:25	13:12 * 13:55 * 14:10	4:08 min/km
57	276	Evertz Ralph	*Walhorn	0:41:18	1962 M50	3	0:41:25	13:44 * 13:32 * 14:02	4:08 min/km
58	2889	Vranken John	SRV Kreuzgasse Köln	0:41:19	1997 MJB	1	0:41:33	13:12 * 14:08 * 13:58	4:08 min/km
59	2293	Menz Timo	*Köln	0:41:30	1994 MJA	7	0:41:34	13:38 * 13:45 * 14:07	4:09 min/km
60	285	Faßbender Tilo	*Hürth	0:41:48	1979 M30	3	0:42:01	13:19 * 13:57 * 14:31	4:11 min/km
61	949	Respondenk Markus	OPTIMUM Sportbrillen	0:41:50	1991 MHK	14	0:41:54	13:22 * 13:58 * 14:29	4:11 min/km
62	1609	Drabiniok Tobias	Tobias Drabiniok	0:41:53	1981 M30	4	0:41:57	12:59 * 13:35 * 15:18	4:11 min/km
63	90	Blieschies Ruediger	Laktatkönige	0:41:54	1962 M50	4	0:41:56	13:44 * 13:53 * 14:16	4:11 min/km
64	1049	Schöller Robert	LC Euskirchen	0:41:56	1969 M40	14	0:42:05	14:21 * 13:37 * 13:57	4:12 min/km
65	1702	Frank Sauer	*Köln	0:42:02	1980 M30	5	0:42:10	13:12 * 14:08 * 14:41	4:12 min/km
66	1257	Waschull Mario	Young-Drive	0:42:09	1973 M40	15	0:42:12	13:23 * 13:59 * 14:47	4:13 min/km
67	666	Kretschmer Holger	*Köln	0:42:13	1975 M35	12	0:42:26	13:35 * 13:48 * 14:49	4:13 min/km
68	986	Schaffranek Daniel	LG Donatus Erftstadt	0:42:15	1977 M35	13	0:42:24	13:43 * 13:59 * 14:33	4:14 min/km
69	3058	Strack Paul		0:42:17	1962 M50	5	0:42:26	14:02 * 14:05 * 14:09	4:14 min/km
70	732	Lönhardt Michael	Laktatkönige	0:42:18	1961 M50	6	0:42:20	13:43 * 13:54 * 14:40	4:14 min/km
71	2316	Mimberg Gero	RTHC Bayer Leverkusen	0:42:19	1981 M30	6	0:42:32	13:22 * 14:05 * 14:52	4:14 min/km
72	1076	Schultz Klaus	*Ratingen	0:42:19	1966 M45	9	0:42:38	13:54 * 13:53 * 14:31	4:14 min/km
73	267	Esser Lutz	Köln läuft!	0:42:19	1961 M50	7	0:42:27	13:44 * 13:54 * 14:39	4:14 min/km
74	1471	Bootz Julius	*Köln	0:42:20	1993 MHK	15	0:42:31	14:02 * 13:58 * 14:18	4:14 min/km
75	1117	Sievert Alexander	*Koeln	0:42:27	1969 M40	16	0:43:05	14:16 * 13:58 * 14:12	4:15 min/km
76	582	Keldenich Stephan	*Hürth	0:42:30	1972 M40	17	0:42:44	13:34 * 14:03 * 14:52	4:15 min/km
77	664	Krep Ralf	*Köln	0:42:34	1974 M35	14	0:43:01	14:18 * 14:00 * 14:14	4:15 min/km
78	736	Loizzi Davide	Geronto-Style	0:42:38	1985 MHK	16	0:42:49	13:51 * 14:16 * 14:30	4:16 min/km
79	645	Kopitz Sebastian	NetCologne	0:42:40	1985 MHK	17	0:42:41	12:57 * 14:36 * 15:05	4:16 min/km
80	284	Faßbender Christian	ASV Köln Triathlon	0:42:40	1972 M40	18	0:42:53	13:51 * 14:02 * 14:47	4:16 min/km
81	2017	Karch Fabian	Köln läuft!	0:42:46	1992 MHK	18	0:43:16	13:55 * 14:10 * 14:40	4:17 min/km
82	1264	Wehner Silvio	mas Training	0:42:53	1981 M30	7	0:43:00	13:40 * 13:55 * 15:17	4:17 min/km
83	1169	Striegler Daniel	LT Saaler Mühle	0:42:53	1985 MHK	19	0:43:08	13:33 * 14:13 * 15:06	4:17 min/km
84	1677	Fetz Kristopher	Spoho Erstis	0:42:55	1994 MJA	8	0:43:03	13:14 * 14:05 * 15:35	4:18 min/km
85	1811	Grüger Bastian	Spoho Erstis	0:42:55	1994 MJA	9	0:43:03	13:15 * 14:05 * 15:35	4:18 min/km
86	2194	Leite-Frank Niklas	*Köln	0:42:58	1992 MHK	20	0:43:01	13:09 * 14:35 * 15:13	4:18 min/km
87	740	Lotze Sven	RSV Aachen	0:43:05	1972 M40	19	0:43:22	13:21 * 14:27 * 15:16	4:19 min/km
88	1758	Gestrich Christopher	Bonner Herzen	0:43:09	1982 M30	8	0:43:31	14:03 * 14:22 * 14:43	4:19 min/km
89	420	Hahn Klaus-Peter	TSV Viktoria Mühlheim	0:43:17	1954 M55	2	0:43:25	14:01 * 14:15 * 15:00	4:20 min/km
90	318	Freyaldenhoven Jan	Köln läuft!	0:43:17	1983 M30	9	0:43:29	13:40 * 14:21 * 15:16	4:20 min/km
91	223	Drewniok Stephan	*Köln	0:43:18	1974 M35	15	0:43:32	13:49 * 14:37 * 14:51	4:20 min/km
92	527	Hunold Maximilian	*Köln	0:43:19	1989 MHK	21	0:43:32	14:41 * 14:14 * 14:22	4:20 min/km
93	89	Bleier Alexander	*Cologne	0:43:23	1984 MHK	22	0:43:43	13:43 * 14:32 * 15:07	4:20 min/km
94	1537	Cetkovic Petar	SRV Kreuzgasse Köln	0:43:24	1997 MJB	2	0:43:38	13:34 * 14:26 * 15:23	4:20 min/km
95	1051	Schöneweis Christian	Laufteam Köln	0:43:31	1974 M35	16	0:43:39	13:54 * 14:30 * 15:05	4:21 min/km
95	596	Kiesel Ralf	*Bergisch Gladbach	0:43:31	1959 M50	8	0:44:05	14:18 * 14:04 * 15:08	4:21 min/km
97	1855	Hauck Andreas	Laktatkönige	0:43:38	1960 M50	9	0:43:39	13:49 * 14:38 * 15:10	4:22 min/km
98	2835	Thorwirth Maximilian	Pacemaker	0:43:42	1995 MJA	10	0:43:43	13:36 * 15:05 * 14:59	4:22 min/km
99	2229	Löhr Moritz	TEAM-MAD	0:43:42	1995 MJA	11	0:43:43	13:36 * 15:05 * 15:00	4:22 min/km
100	39	Bäker Thomas	*Köln	0:43:43	1964 M45	10	0:43:54	14:09 * 14:30 * 15:04	4:22 min/km
101	1200	Tolle Leif	Die wilden 9+x	0:43:50	1975 M35	17	0:44:13	14:35 * 14:32 * 14:42	4:23 min/km
102	1448	Blumentritt Felix	*Bonn	0:43:50	1990 MHK	23	0:43:56	14:02 * 14:44 * 15:03	4:23 min/km
103	467	Herbst Jonas	*Köln	0:43:51	1995 MJA	12	0:44:18	14:17 * 14:36 * 14:56	4:23 min/km
104	1667	Fechter Felix	Spoho Erstis	0:43:52	1992 MHK	24	0:44:15	15:00 * 14:17 * 14:34	4:23 min/km
105	722	Ligocki Joachim	Köln läuft!	0:44:00	1958 M55	3	0:44:17	14:31 * 14:32 * 14:56	4:24 min/km
106	1245	Wagner Holger	*Olpe	0:44:01	1977 M35	18	0:44:15	14:23 * 14:31 * 15:06	4:24 min/km
107	2426	Oswald Thomas	LG RWE Power	0:44:02	1962 M50	10	0:44:20	14:52 * 14:22 * 14:47	4:24 min/km
108	677	Kühn Axel	Mach3 Köln e.V.	0:44:03	1967 M45	11	0:44:22	14:18 * 14:37 * 15:07	4:24 min/km
109	1286	Wicht Stephan	Köln läuft!	0:44:03	1969 M40	20	0:44:11	13:39 * 14:14 * 16:09	4:24 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 3

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

110	3101	Schödder Günter	Team Laufcampus	0:44:10	1963 M50	11	0:44:24	14:34 * 14:33 * 15:02	4:25 min/km
111	1662	Preis Gregor	*Eschenburg	0:44:11	1993 MHK	25	0:44:28	14:00 * 14:37 * 15:32	4:25 min/km
112	3067	Gerken Sebastian		0:44:11	1986 MHK	26	0:44:13	14:06 * 14:44 * 15:21	4:25 min/km
113	243	Eisermann Stephan	ISI-RUNNER	0:44:13	1966 M45	12	0:44:22	13:59 * 14:42 * 15:32	4:25 min/km
114	763	Matschull Frank	fuer meine Jungs	0:44:15	1967 M45	13	0:44:26	14:10 * 14:47 * 15:16	4:26 min/km
115	2474	Poerting Jan	*Essen	0:44:17	1994 MJA	13	0:44:35	14:58 * 14:51 * 14:26	4:26 min/km
116	1614	Drössler Tobias	Spoho Erstis	0:44:18	1993 MHK	27	0:44:20	13:53 * 14:56 * 15:28	4:26 min/km
117	857	Oehmichen Pascal	AFUH	0:44:20	1984 MHK	28	0:44:47	14:29 * 14:48 * 15:02	4:26 min/km
118	2882	Von Baeyer Richard	*Köln	0:44:20	1967 M45	14	0:44:55	14:46 * 14:33 * 15:01	4:26 min/km
119	140	Brune Frederik	AFUH	0:44:21	1985 MHK	29	0:44:47	14:29 * 14:48 * 15:02	4:26 min/km
120	3011	Ziegler Dr. Michael	Marathon Finanz AG	0:44:22	1964 M45	15	0:44:37	14:47 * 14:30 * 15:05	4:26 min/km
121	708	Lehnigk Matthias	SCREENWORKS TV	0:44:22	1963 M50	12	0:44:57	14:55 * 14:36 * 14:51	4:26 min/km
122	2280	Masseli Franz	Bonner Herzen	0:44:24	1982 M30	10	0:44:48	14:13 * 14:58 * 15:12	4:26 min/km
123	581	Keldenich Martin	*Hürth	0:44:24	1980 M30	11	0:44:37	14:27 * 15:00 * 14:56	4:26 min/km
124	946	Renner Michael	*Köln	0:44:24	1963 M50	13	0:44:33	14:21 * 14:34 * 15:28	4:26 min/km
125	1235	Vollmer Tobias	Köln läuft!	0:44:25	1980 M30	12	0:44:55	14:12 * 14:43 * 15:29	4:27 min/km
126	1298	Wittmer Clemens	Die leichtfüßigen Vier	0:44:30	1970 M40	21	0:45:05	14:29 * 14:48 * 15:13	4:27 min/km
127	648	Kopp Sebastian	1. FC Sinwaschonda	0:44:31	1985 MHK	30	0:44:48	14:55 * 14:51 * 14:45	4:27 min/km
128	728	Linsmann Kai	LC Euskirchen	0:44:33	1978 M35	19	0:44:44	14:11 * 14:40 * 15:40	4:27 min/km
129	2717	Setzer Sven	*Köln	0:44:36	1994 MJA	14	0:44:55	14:57 * 14:51 * 14:46	4:28 min/km
130	1498	Broc Lucas	Spoho Erstis	0:44:37	1995 MJA	15	0:44:59	15:05 * 14:35 * 14:56	4:28 min/km
131	768	Mausbach Gerd	Lauftreff Decksteiner	0:44:37	1963 M50	14	0:44:38	14:35 * 14:39 * 15:22	4:28 min/km
131	1939	Holschuh Jens	1. FC Sinwaschonda	0:44:37	1977 M35	20	0:44:52	13:57 * 15:03 * 15:36	4:28 min/km
133	3070	Botschehr Johannes	Sport Treff Bonn	0:44:37	1959 M50	15	0:44:42	14:02 * 14:25 * 16:09	4:28 min/km
134	866	Osbahr Sven	*Koeln	0:44:37	1966 M45	16	0:44:48	14:30 * 14:43 * 15:23	4:28 min/km
135	1248	Wahl Guido	best of the rest	0:44:41	1978 M35	21	0:44:47	14:08 * 15:07 * 15:25	4:28 min/km
136	1632	Ehlert Bastian	*Köln	0:44:41	1992 MHK	31	0:44:49	13:50 * 14:54 * 15:56	4:28 min/km
137	3107	Müller Guido H.	Cologne Speed Team e.V.	0:44:43	1967 M45	17	0:44:49	14:04 * 14:57 * 15:42	4:28 min/km
138	796	Milz Ralf	Vorwärts Köln	0:44:44	1961 M50	16	0:44:55	15:06 * 14:37 * 15:00	4:28 min/km
139	945	Renard Dirk	Köln läuft!	0:44:45	1972 M40	22	0:45:23	14:22 * 14:55 * 15:27	4:29 min/km
140	2542	Röer Fiete	*Köln	0:44:45	1982 M30	13	0:45:00	14:21 * 14:58 * 15:26	4:29 min/km
141	102	Böffgen Roman	LG Hardcoke	0:44:45	1967 M45	18	0:45:23	14:22 * 14:56 * 15:26	4:29 min/km
142	3068	Bohnes Dieter	Sportlich Team Barnheim	0:44:47	1963 M50	17	0:45:20	14:54 * 14:40 * 15:12	4:29 min/km
143	236	Edeling Alexander	*Köln	0:44:49	1984 MHK	32	0:45:09	13:55 * 15:02 * 15:51	4:29 min/km
144	352	Gerhard Rolf	*Köln	0:44:49	1979 M30	14	0:45:12	14:27 * 15:00 * 15:21	4:29 min/km
145	1142	Staschko Peter	Stb. Schauf	0:44:50	1965 M45	19	0:45:16	14:45 * 14:39 * 15:25	4:29 min/km
146	1325	Ziessow Dieter	RSV Daadetal	0:44:55	1963 M50	18	0:45:10	14:45 * 14:50 * 15:19	4:30 min/km
147	1680	Fiege Lorenz	*Köln	0:45:00	1992 MHK	33	0:45:01	12:30 * 15:41 * 16:47	4:30 min/km
148	2078	Klueß Selden	*Gering	0:45:01	1993 MHK	34	0:45:08	13:38 * 14:37 * 16:45	4:30 min/km
149	616	Klöppner Sven	Hardtseemafia Triathlon	0:45:04	1977 M35	22	0:45:15	14:33 * 14:56 * 15:33	4:30 min/km
150	1777	González León José	*Köln	0:45:05	1980 M30	15	0:45:25	14:33 * 14:52 * 15:38	4:31 min/km
151	1712	Fredel Daniel	SV Böblingen	0:45:06	1990 MHK	35	0:45:10	15:21 * 14:43 * 15:01	4:31 min/km
152	651	Kosubek Robert	Rakete Reissdorf	0:45:06	1976 M35	23	0:45:43	14:42 * 14:44 * 15:39	4:31 min/km
153	1365	Asseburg-Wietfeldt Tim	Vanilla Sky	0:45:12	1980 M30	16	0:45:25	14:20 * 15:25 * 15:27	4:31 min/km
154	2956	Winterhoff Max	jean-jaques lauf brigade	0:45:13	1994 MJA	16	0:45:38	15:02 * 14:50 * 15:21	4:31 min/km
155	2248	Lüttschwager Finn	*Königswinter	0:45:15	1990 MHK	36	0:45:19	15:08 * 14:51 * 15:15	4:32 min/km
156	36	Baars Dr. Henning	*Köln	0:45:16	1971 M40	23	0:45:43	15:01 * 15:01 * 15:13	4:32 min/km
157	213	Dörffler Friedrich		0:45:16	1961 M50	19	0:45:32	14:30 * 14:54 * 15:51	4:32 min/km
158	1168	Stricker Marcel	*Köln	0:45:21	1985 MHK	37	0:45:31	14:59 * 15:34 * 14:47	4:32 min/km
159	55	Becker Rainer	*Köln	0:45:25	1972 M40	24	0:45:44	15:01 * 15:02 * 15:21	4:33 min/km
160	884	Peigne Andre	Telefonica runner	0:45:27	1980 M30	17	0:45:49	14:32 * 15:12 * 15:42	4:33 min/km
161	1931	Hofmann Jan	*Köln	0:45:33	1984 MHK	38	0:45:55	15:00 * 14:55 * 15:37	4:33 min/km
162	994	Schepers Thomas	1. Kölner Laufstall	0:45:35	1965 M45	20	0:45:56	15:02 * 15:03 * 15:29	4:34 min/km
163	3032	Graulich Manuel	FC Heidenheim	0:45:35	1980 M30	18	0:45:40	15:17 * 14:46 * 15:31	4:34 min/km
164	367	Gladis Jens	Köln läuft!	0:45:37	1976 M35	24	0:45:54	14:29 * 15:02 * 16:05	4:34 min/km
165	1611	Dreuw Volker	*Swisttal	0:45:37	1994 MJA	17	0:45:42	14:33 * 14:26 * 16:37	4:34 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 4

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

166	2598	Scheel Tobias	*Köln	0:45:37	1992	MHK	39	0:45:42	14:34 * 14:57 * 16:05	4:34 min/km
167	2613	Schlieben Oliver	FKK Köln Sülz	0:45:39	1987	MHK	40	0:46:10	15:19 * 14:59 * 15:20	4:34 min/km
168	3064	Fischer Benjamin		0:45:40	1995	MJA	18	0:45:41	14:04 * 15:19 * 16:16	4:34 min/km
169	1238	Von Seht Enno	*Köln	0:45:44	1982	M30	19	0:45:58	15:04 * 14:53 * 15:46	4:34 min/km
170	1806	Groneck Max	*Köln	0:45:44	1977	M35	25	0:46:19	15:08 * 14:56 * 15:39	4:34 min/km
171	152	Buhs Andreas	ASV Köln Triathlon	0:45:44	1983	M30	20	0:45:58	15:04 * 14:53 * 15:47	4:34 min/km
172	654	Kräft Thorsten	Fortuna 95	0:45:45	1977	M35	26	0:46:05	15:00 * 15:14 * 15:31	4:35 min/km
173	1869	Heine Frederik	*Hürth	0:45:46	1991	MHK	41	0:45:56	14:51 * 15:18 * 15:36	4:35 min/km
174	3333	Biedermann Thomas	SG TÜV Rheinland	0:45:47	1966	M45	21	0:46:02	14:33 * 15:17 * 15:56	4:35 min/km
175	2650	Schnitzerling Max	*Köln	0:45:50	1992	MHK	42	0:46:14	15:29 * 15:18 * 15:02	4:35 min/km
176	2082	Knierim Thorsten	RSV 1896 Euskirchen	0:45:51	1983	M30	21	0:46:22	14:37 * 15:15 * 15:58	4:35 min/km
177	2543	Röhrscheid Johannes	Spoho Erstis	0:45:51	1987	MHK	43	0:45:56	14:55 * 15:17 * 15:38	4:35 min/km
178	2446	Peña Alberto	*Köln	0:45:54	1988	MHK	44	0:46:00	14:59 * 15:18 * 15:35	4:35 min/km
179	991	Scheidler Uwe	ISI-RUNNER	0:45:55	1963	M50	20	0:46:06	14:44 * 15:15 * 15:56	4:36 min/km
180	1323	Zienke Stefan	*Köln	0:45:56	1963	M50	21	0:46:23	15:07 * 15:04 * 15:43	4:36 min/km
181	497	Hinz Philipp	*Köln	0:45:56	1998	MSA	1	0:46:06	14:52 * 15:29 * 15:34	4:36 min/km
182	2182	Larisch Stefan	Spoho Erstis	0:46:01	1984	MHK	45	0:46:29	15:20 * 15:00 * 15:41	4:36 min/km
183	891	Peters Joachim	Blitz Brothers	0:46:02	1974	M35	27	0:46:28	15:11 * 15:11 * 15:39	4:36 min/km
184	1442	Bloch Sven	*Köln	0:46:02	1994	MJA	19	0:46:29	15:20 * 14:59 * 15:42	4:36 min/km
185	1653	Erkeling Achim	TTC Brauweiler	0:46:04	1972	M40	25	0:46:28	15:09 * 15:15 * 15:39	4:36 min/km
186	1904	Heuser Andreas	*Köln	0:46:06	1980	M30	22	0:46:22	15:13 * 15:13 * 15:39	4:37 min/km
187	1084	Schwartz Dieter	*Köln	0:46:07	1959	M50	22	0:46:40	15:23 * 15:04 * 15:39	4:37 min/km
188	2576	Sadeghian Sascha	*Siegburg	0:46:07	1971	M40	26	0:46:37	14:59 * 15:08 * 15:59	4:37 min/km
189	700	Laroche Peter	*Köln	0:46:07	1972	M40	27	0:46:34	14:56 * 15:17 * 15:53	4:37 min/km
190	2796	Szillat Tim	Spoho Erstis	0:46:08	1991	MHK	46	0:46:39	15:23 * 14:49 * 15:55	4:37 min/km
191	615	Klockner Uli	vegan runners	0:46:09	1961	M50	23	0:46:21	14:43 * 15:19 * 16:06	4:37 min/km
192	877	Pascoletti Thomas	Mapicon.de	0:46:10	1961	M50	24	0:46:24	14:32 * 15:23 * 16:13	4:37 min/km
193	3072	Buß Simon	Spoho	0:46:12	1987	MHK	47	0:46:41	15:51 * 15:03 * 15:17	4:37 min/km
194	3051	Ugowski Niklas		0:46:14	1995	MJA	20	0:46:32	15:08 * 15:16 * 15:48	4:37 min/km
195	1673	Feldkamp Juri	*Köln	0:46:15	1977	M35	28	0:46:57	15:20 * 15:28 * 15:26	4:38 min/km
196	305	Fiß Lars	hardtseemafia Triathlon	0:46:17	1977	M35	29	0:46:28	14:38 * 15:17 * 16:20	4:38 min/km
197	1636	Eisenbraun Jan	Spoho Erstis	0:46:23	1994	MJA	21	0:46:50	15:21 * 14:59 * 16:02	4:38 min/km
198	1147	Steffens Volker	*Pulheim	0:46:25	1965	M45	22	0:46:42	14:40 * 15:34 * 16:11	4:39 min/km
199	1089	Schwert Sascha	LG RWE Power	0:46:29	1987	MHK	48	0:46:37	15:01 * 15:13 * 16:14	4:39 min/km
200	2976	Wunn David	*Hürth	0:46:30	1980	M30	23	0:46:38	13:45 * 15:31 * 17:14	4:39 min/km
201	24	Arens Sebastian	Team Magenta	0:46:31	1978	M35	30	0:48:36	15:04 * 15:36 * 15:50	4:39 min/km
202	201	Dethlefs Wilfried	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:33	1956	M55	4	0:46:53	15:03 * 15:25 * 16:03	4:39 min/km
203	2177	Lambertz Sebastian	Performanz Productions	0:46:34	1987	MHK	49	0:47:11	15:04 * 15:29 * 16:00	4:39 min/km
204	1976	Jauer Jannik	*Köln	0:46:37	1994	MJA	22	0:46:55	15:00 * 15:19 * 16:17	4:40 min/km
205	496	Hinz Günter	www.hinz-koeln.de	0:46:37	1965	M45	23	0:46:47	14:52 * 15:29 * 16:15	4:40 min/km
206	922	Radics Zsolt	GL8 Sport	0:46:39	1970	M40	28	0:47:18	14:42 * 15:34 * 16:21	4:40 min/km
207	1867	Heil Jonathan	jean-jaques lauf brigade	0:46:42	1994	MJA	23	0:47:06	15:02 * 15:32 * 16:07	4:40 min/km
208	1112	Siekman Manuel	*Köln	0:46:42	1984	MHK	50	0:47:01	14:50 * 15:24 * 16:27	4:40 min/km
209	2535	Rißmayer Matthias	Spoho Erstis	0:46:42	1994	MJA	24	0:47:15	15:38 * 15:22 * 15:41	4:40 min/km
210	1842	Hammann Tim	*Köln	0:46:43	1994	MJA	25	0:46:45	14:36 * 15:40 * 16:26	4:40 min/km
211	1499	Broclawski Adrian	*Köln	0:46:43	1994	MJA	26	0:47:16	15:39 * 15:22 * 15:41	4:40 min/km
212	1388	Bartmann Simon	jean-jaques lauf brigade	0:46:47	1995	MJA	27	0:47:12	15:02 * 15:31 * 16:12	4:41 min/km
213	3003	Zürn Frederik	jean-jaques lauf brigade	0:46:48	1993	MHK	51	0:47:13	15:01 * 15:32 * 16:13	4:41 min/km
214	1327	Ziglowski Dirk	*Erfstadt	0:46:50	1970	M40	29	0:47:08	15:20 * 15:42 * 15:47	4:41 min/km
215	851	NOWAK ANDREAS	Laktatkönige	0:46:50	1951	M60	1	0:47:07	15:04 * 15:24 * 16:21	4:41 min/km
216	1655	Ernst Adrian	SRV Kreuzgasse Köln	0:46:51	1999	MSA	2	0:47:06	14:05 * 14:53 * 17:53	4:41 min/km
217	1743	Geiger Lukas	TuS Frammersbach	0:46:55	1994	MJA	28	0:47:22	15:25 * 15:21 * 16:08	4:42 min/km
218	2902	Walz Andreas	*Köln	0:46:56	1964	M45	24	0:47:22	15:25 * 15:44 * 15:46	4:42 min/km
219	2639	Schmitz Eckhard	*Huert	0:46:58	1969	M40	30	0:47:16	15:20 * 15:42 * 15:55	4:42 min/km
220	1099	Seifert Christian	*Köln	0:46:58	1980	M30	24	0:47:08	15:00 * 15:35 * 16:22	4:42 min/km
221	2455	Pfennig Daniel	FKK Köln Sülz	0:46:58	1986	MHK	52	0:47:28	15:20 * 15:01 * 16:37	4:42 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 5

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

222	1289	Wilkens Robert	SG Sportfreunde 69	0:46:59	1964	M45	25	0:47:11	14:52 * 15:38 * 16:28	4:42 min/km
223	1907	Heyden Nils	jean-jacques lauf brigade	0:47:00	1992	MHK	53	0:47:26	15:02 * 15:31 * 16:26	4:42 min/km
224	2126	Kramer Gerd	gerd kramer	0:47:03	1961	M50	25	0:47:34	15:17 * 15:33 * 16:12	4:42 min/km
225	956	Riha Robert	*Köln	0:47:04	1981	M30	25	0:47:47	14:53 * 15:50 * 16:21	4:42 min/km
226	942	Reißmann Frank	*Köln	0:47:05	1976	M35	31	0:47:44	15:29 * 15:35 * 16:00	4:43 min/km
227	3111	Böhmer Heiko	Crew Colone	0:47:09	1970	M40	31	0:47:29	15:15 * 15:45 * 16:08	4:43 min/km
228	1137	Ständer Mathias	Borussia Dortmund	0:47:13	1966	M45	26	0:47:53	15:05 * 15:50 * 16:17	4:43 min/km
229	1188	Thiemermann Norbert	Norbert Thiemermann	0:47:13	1963	M50	26	0:47:34	15:17 * 15:41 * 16:15	4:43 min/km
230	1223	Van Lunteren Roger	Cologne Crew	0:47:15	1971	M40	32	0:47:36	15:14 * 15:45 * 16:16	4:44 min/km
231	1812	Grünwald Jonas	Dshs-Köln	0:47:18	1994	MJA	29	0:47:23	14:31 * 15:57 * 16:49	4:44 min/km
232	1474	Bork Julian	*Köln	0:47:20	1984	MHK	54	0:47:51	15:29 * 15:43 * 16:07	4:44 min/km
233	2557	Rossmann Bastian	Spoho Erstis	0:47:20	1993	MHK	55	0:47:38	15:16 * 15:36 * 16:27	4:44 min/km
234	1977	Jelen Ulf	Spoho Erstis	0:47:21	1992	MHK	56	0:47:31	15:16 * 15:41 * 16:22	4:44 min/km
235	2922	Weiser Jonas	Spoho Erstis	0:47:22	1993	MHK	57	0:47:26	15:01 * 15:29 * 16:51	4:44 min/km
236	1021	Schmitt Uwe	Köln läuft!	0:47:23	1965	M45	27	0:47:53	15:02 * 15:27 * 16:52	4:44 min/km
237	1973	Januschka Markus	*Eitorf	0:47:24	1987	MHK	58	0:47:57	15:38 * 15:52 * 15:53	4:44 min/km
238	437	Haub Erivan	*Köln	0:47:24	1960	M50	27	0:47:31	15:25 * 15:50 * 16:09	4:44 min/km
239	1567	Degenhardt Olaf	*Pulheim	0:47:25	1967	M45	28	0:47:47	14:57 * 15:43 * 16:44	4:45 min/km
240	1990	Junggeburth Niklas	*Elsdorf	0:47:25	1991	MHK	59	0:47:25	13:52 * 16:25 * 17:07	4:45 min/km
241	504	Hoffmann Michael	Hardtseemafia Triathlon	0:47:27	1963	M50	28	0:47:38	14:42 * 15:54 * 16:50	4:45 min/km
242	958	Ripp Dieter	VTC Köln	0:47:28	1956	M55	5	0:47:40	15:35 * 15:40 * 16:12	4:45 min/km
243	2512	Reimann Christian	*Köln	0:47:28	1968	M45	29	0:47:58	15:41 * 15:46 * 16:00	4:45 min/km
244	2638	Schmitz Christian	*Köln	0:47:29	1988	MHK	60	0:47:55	15:25 * 15:37 * 16:26	4:45 min/km
245	1120	Snyders Henk	*Köln	0:47:30	1985	MHK	61	0:47:59	15:51 * 15:46 * 15:53	4:45 min/km
246	989	Scharfenstein Kai	MAS Institut	0:47:33	1964	M45	30	0:47:39	15:10 * 15:46 * 16:36	4:45 min/km
247	782	Mesic Mario	Rheinrunner	0:47:38	1965	M45	31	0:48:14	15:30 * 15:46 * 16:21	4:46 min/km
248	417	Hadenfeld Dr. Karsten	*Köln	0:47:44	1974	M35	32	0:48:12	15:33 * 15:54 * 16:15	4:46 min/km
249	3033	Brands Robert		0:47:45	1961	M50	29	0:48:10	15:16 * 15:47 * 16:40	4:47 min/km
250	1314	Zahren Marcus	*Köln	0:47:48	1969	M40	33	0:48:22	15:06 * 16:07 * 16:34	4:47 min/km
251	715	Ley Thomas	Lt Rösratherstraße	0:47:51	1965	M45	32	0:48:23	15:27 * 15:45 * 16:39	4:47 min/km
252	64	Bell Dr. Markus	*Köln	0:47:53	1971	M40	34	0:48:15	15:36 * 15:48 * 16:29	4:47 min/km
253	2788	Struckmeier Jannik	*Köln	0:47:55	1989	MHK	62	0:48:00	15:33 * 16:12 * 16:09	4:48 min/km
254	3043	Urban Joseph		0:47:57	1994	MJA	30	0:48:00	15:36 * 16:13 * 16:07	4:48 min/km
255	1220	Van Dinter Michael	TV Orken	0:48:00	1974	M35	33	0:48:40	15:27 * 15:55 * 16:37	4:48 min/km
256	1151	Steinbach Dr. Markus	*Köln	0:48:02	1962	M50	30	0:48:10	14:53 * 15:55 * 17:13	4:48 min/km
257	2809	Teppich Robin	*Köln	0:48:12	1989	MHK	63	0:48:44	15:22 * 15:29 * 17:19	4:49 min/km
258	1641	El-Edrissi Omar	*Köln	0:48:12	1987	MHK	64	0:48:43	15:34 * 15:50 * 16:47	4:49 min/km
259	1506	Brungs Asher David	ARC Rhenus Bonn	0:48:14	1987	MHK	65	0:48:47	16:06 * 16:24 * 15:43	4:49 min/km
260	2065	Kleinsorg Stephan	*Mönchengladbach	0:48:16	1966	M45	33	0:48:51	15:00 * 15:55 * 17:19	4:50 min/km
261	324	Fritsch Jörn	*Oberursel	0:48:19	1979	M30	26	0:48:45	15:22 * 16:11 * 16:45	4:50 min/km
262	1612	Drewes Michael	Köln läuft!	0:48:22	1984	MHK	66	0:48:34	15:13 * 16:03 * 17:06	4:50 min/km
263	1309	Wüst Hans Werner	*Köln	0:48:25	1950	M60	2	0:48:45	15:41 * 15:48 * 16:55	4:51 min/km
264	1275	Weisser Dieter	Wekeln Runners	0:48:27	1967	M45	34	0:48:44	15:40 * 15:59 * 16:47	4:51 min/km
265	409	Gut Till	*Köln	0:48:28	1977	M35	34	0:49:04	15:20 * 15:58 * 17:09	4:51 min/km
266	277	Ewertowski Jan	*Köln	0:48:31	1986	MHK	67	0:48:50	16:20 * 16:23 * 15:46	4:51 min/km
267	1400	Becker Ben-Micha	*Köln-Weiden	0:48:33	1994	MJA	31	0:49:02	16:13 * 16:02 * 16:17	4:51 min/km
268	2790	Stuhlmacher Moritz	*Wohltorf	0:48:34	1992	MHK	68	0:49:13	15:37 * 16:15 * 16:41	4:51 min/km
269	859	Övermöhle Matthias	congstar	0:48:35	1964	M45	35	0:49:00	15:27 * 16:01 * 17:06	4:52 min/km
270	1282	Weyer Oliver	congstar	0:48:36	1977	M35	35	0:49:01	15:31 * 16:45 * 16:19	4:52 min/km
271	2828	Thissen Jan	Spoho Erstis	0:48:37	1994	MJA	32	0:48:42	15:34 * 16:13 * 16:49	4:52 min/km
272	334	Funk Kay	*Köln	0:48:41	1970	M40	35	0:49:10	15:40 * 16:03 * 16:56	4:52 min/km
273	574	Katzwinkel Peter	ASV	0:48:47	1968	M45	36	0:49:28	15:55 * 16:18 * 16:33	4:53 min/km
274	2686	Schuhmann Marc	*Köln	0:48:49	1990	MHK	69	0:48:49	14:18 * 15:20 * 19:10	4:53 min/km
275	217	Domgörgen Eike	DJK LC Vettweiß	0:48:51	1978	M35	36	0:49:05	15:42 * 16:25 * 16:43	4:53 min/km
276	535	Huxoll Robert	*Köln	0:48:53	1975	M35	37	0:49:09	15:15 * 16:18 * 17:20	4:53 min/km
277	910	Prieß Frank	TSV Bayer Dormagen	0:48:55	1966	M45	37	0:49:16	15:43 * 16:15 * 16:55	4:54 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 6

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

278	731	Löhr Peter	Lufthansa Sportverein	0:48:58	1962	M50	31	0:49:28	15:38 * 16:16 * 17:03	4:54 min/km
279	853	Nutz Manfred	*Köln	0:49:12	1958	M55	6	0:49:35	15:43 * 16:16 * 17:12	4:55 min/km
280	2975	Wunderlich Florian	*Dornburg	0:49:12	1985	MHK	70	0:49:29	15:32 * 16:44 * 16:55	4:55 min/km
281	2920	Weil Peter	*Leverkusen	0:49:16	1993	MHK	71	0:49:39	16:20 * 16:43 * 16:13	4:56 min/km
282	1349	Al-Naama Marcel	Uniplan	0:49:17	1978	M35	38	0:49:31	16:05 * 16:35 * 16:37	4:56 min/km
282	363	Giesen Franz	Stb. Schauf	0:49:17	1948	M65	1	0:49:44	15:59 * 16:16 * 17:02	4:56 min/km
284	915	Provenzano Sebastiano	Uniplan	0:49:18	1976	M35	39	0:49:32	16:05 * 16:35 * 16:37	4:56 min/km
285	1699	Fohrmann Dominik	*Köln	0:49:20	1988	MHK	72	0:49:38	16:35 * 16:46 * 15:58	4:56 min/km
286	2913	Weber Philipp	Spoho Erstis	0:49:24	1994	MJA	33	0:49:26	14:48 * 17:02 * 17:33	4:56 min/km
287	698	Langensiepen Günter	Laktatkönige Köln	0:49:25	1946	M65	2	0:49:42	15:57 * 16:28 * 17:00	4:57 min/km
288	71	Beuscher Armin	Laktatkönige	0:49:27	1958	M55	7	0:49:42	15:58 * 16:28 * 17:00	4:57 min/km
289	2453	Petri Jonas	Spoho Erstis	0:49:36	1989	MHK	73	0:50:11	16:36 * 16:36 * 16:23	4:58 min/km
290	2647	Schneider Jochen	*Leverkusen	0:49:39	1958	M55	8	0:50:17	16:14 * 16:21 * 17:03	4:58 min/km
291	1682	Meyer Patrick	Spoho Erstis	0:49:39	1993	MHK	74	0:50:14	16:35 * 16:36 * 16:27	4:58 min/km
292	2842	Töws Peter	*Köln	0:49:46	1987	MHK	75	0:50:03	15:17 * 16:31 * 17:57	4:59 min/km
293	389	Graumann Volker	Stb. Schauf	0:49:48	1965	M45	38	0:50:14	16:12 * 16:22 * 17:13	4:59 min/km
294	1683	Filip Max	Spoho Erstis	0:49:51	1992	MHK	76	0:50:14	16:13 * 17:03 * 16:35	4:59 min/km
295	3062	Steuding Johannes		0:49:53	1993	MHK	77	0:50:14	16:14 * 17:02 * 16:36	4:59 min/km
296	2554	Rosar Lennard	*Köln	0:49:54	1993	MHK	78	0:50:15	16:14 * 17:02 * 16:36	4:59 min/km
297	54	Becker Paul	LC Euskirchen	0:49:54	1959	M50	32	0:50:03	15:42 * 16:42 * 17:29	4:59 min/km
298	2957	Wirth Dr. Daniel	*Köln	0:49:54	1977	M35	40	0:50:23	16:07 * 16:47 * 16:59	4:59 min/km
299	1421	Bernhardt Franz	Spoho Erstis	0:49:58	1993	MHK	79	0:50:26	33:38 * 15:46 * 00:33	4:60 min/km
300	1018	Schmidt Matthias	Langsame Erna	0:49:58	1985	MHK	80	0:50:15	15:05 * 16:37 * 18:15	4:60 min/km
301	2490	Prinz Volker	BMT Beethovenpark Köln	0:50:02	1962	M50	33	0:50:33	16:09 * 16:44 * 17:08	5:00 min/km
302	1164	Stockmann Maik	Laufteam Köln	0:50:03	1975	M35	41	0:50:12	16:40 * 16:21 * 17:01	5:00 min/km
303	3032	Urban Andreas	Telefonica runner	0:50:04	1969	M40	36	0:50:26	16:28 * 15:13 * 18:23	5:00 min/km
304	1626	Dunst Harald	*Bergisch Gladbach	0:50:12	1961	M50	34	0:50:55	16:17 * 16:42 * 17:13	5:01 min/km
305	2801	Tanriver Okan	*Köln	0:50:14	1985	MHK	81	0:50:36	15:41 * 17:13 * 17:19	5:01 min/km
306	1549	Conradt Fabian	*Köln	0:50:22	1993	MHK	82	0:50:51	16:35 * 17:02 * 16:44	5:02 min/km
307	2587	Sauerwein Pascal	*Köln	0:50:28	1992	MHK	83	0:50:37	15:31 * 18:01 * 16:55	5:03 min/km
308	490	Heyden Andreas	Rakete Reissdorf	0:50:32	1973	M40	37	0:51:09	15:41 * 16:48 * 18:02	5:03 min/km
309	829	Nagelschmidt Achim	Stb. Schauf	0:50:36	1956	M55	9	0:51:00	16:02 * 16:56 * 17:38	5:04 min/km
310	640	Kolf Jan Alexander	*Köln	0:50:53	1983	M30	27	0:51:26	15:32 * 17:06 * 18:14	5:05 min/km
311	1020	SCHMIDTMANN	VORWÄRTS KÖLN	0:50:55	1963	M50	35	0:51:06	16:12 * 16:51 * 17:51	5:06 min/km
312	1684	Fink Dennis	*Wuppertal	0:51:06	1984	MHK	84	0:51:34	16:34 * 17:58 * 16:33	5:07 min/km
313	2292	Mentrup Johannes	Flügge Fööss	0:51:11	1982	M30	28	0:51:47	16:46 * 18:00 * 16:24	5:07 min/km
314	1949	Hubert Eduard	Spoho Erstis	0:51:16	1987	MHK	85	0:51:22	15:34 * 17:26 * 18:15	5:08 min/km
315	249	Engel Cornelius	*Koblenz	0:51:23	1976	M35	42	0:51:54	14:57 * 17:28 * 18:58	5:08 min/km
316	2257	Madadi-Sanjani Modjtaba	*Frechen	0:51:25	1959	M50	36	0:51:47	17:31 * 16:58 * 16:56	5:09 min/km
317	474	Herres Dirk	Köln läuft!	0:51:27	1968	M45	39	0:51:32	16:13 * 17:08 * 18:05	5:09 min/km
318	1553	Czekalla Claus	*Bergheim	0:51:31	1963	M50	37	0:52:09	17:22 * 17:14 * 16:54	5:09 min/km
319	1241	Voß Roland	Köln läuft!	0:51:35	1966	M45	40	0:51:55	15:35 * 17:23 * 18:36	5:10 min/km
320	685	Kupny Martin	Laktatkönige	0:51:41	1953	M60	3	0:51:58	16:19 * 17:03 * 18:18	5:10 min/km
321	863	Opilka Daniel	Flügge Fööss	0:51:42	1984	MHK	86	0:52:18	16:47 * 16:36 * 18:18	5:10 min/km
322	2672	Schröter Dr. Alexander	WiMa Colonia	0:51:46	1986	MHK	87	0:52:14	15:50 * 16:47 * 19:08	5:11 min/km
323	2605	Schiller Wolfgang	Bonner Herzen	0:51:58	1967	M45	41	0:52:21	16:28 * 17:22 * 18:07	5:12 min/km
324	3073	Bath Viktor		0:52:21	1982	M30	29	0:52:37	15:36 * 18:40 * 18:04	5:14 min/km
325	366	Gissot Yves	*Köln	0:52:21	1980	M30	30	0:52:50	15:29 * 16:01 * 20:50	5:14 min/km
326	2025	Kebekus Christian	*Köln	0:52:35	1983	M30	31	0:52:52	16:11 * 17:50 * 18:33	5:16 min/km
327	2705	Schwenk Lukas	*Köln	0:52:36	1985	MHK	88	0:52:52	15:59 * 18:02 * 18:33	5:16 min/km
328	586	Kelterbaum Michael		0:52:46	1984	MHK	89	0:53:25	17:22 * 17:16 * 18:07	5:17 min/km
329	50	Bauß Carsten	1. Kölner Laufstall	0:53:05	1965	M45	42	0:53:25	15:30 * 19:35 * 17:59	5:19 min/km
330	2817	Thelen Johannes	*Niederzier	0:53:50	1991	MHK	90	0:53:51	15:55 * 19:31 * 18:23	5:23 min/km
331	2146	Kretschmar Till	Vanilla Sky	0:54:04	1979	M30	32	0:54:17	16:38 * 18:01 * 19:23	5:24 min/km
332	1414	Benning Sebastian	*Köln	0:54:18	1980	M30	33	0:54:59	16:28 * 18:07 * 19:42	5:26 min/km
333	2104	Kohistani Zaki	Bonner Herzen	0:54:19	1978	M35	43	0:54:44	16:28 * 18:00 * 19:50	5:26 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Männer

Seite 7

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

334	2881	Von Auw Alexander	Agentur für Arbeit Köln	0:54:25	1989	MHK	91	0:54:40	16:41 *	17:50 *	19:54	5:27 min/km
335	1797	Groche Prof. Dr. Lutz	*Bremen	0:55:16	1981	M30	34	0:55:45	17:35 *	18:42 *	18:58	5:32 min/km
336	647	Kopp Jörg	*Königswinter	0:55:48	1960	M50	38	0:56:07	18:24 *	18:18 *	19:05	5:35 min/km
337	646	Kopka Markus	*Köln	0:55:52	1981	M30	35	0:56:17	16:37 *	19:01 *	20:13	5:35 min/km
338	2429	Oueriemmi Bassem	*köln	0:56:04	1986	MHK	92	0:56:40	16:10 *	19:03 *	20:51	5:36 min/km
339	652	Kotterba Peter	*kerpen-sindorf	0:56:17	1952	M60	4	0:56:50	17:52 *	18:36 *	19:48	5:38 min/km
340	2827	Thiessen Dr. Nils	Bonner Herzen	0:56:22	1977	M35	44	0:56:46	17:40 *	19:12 *	19:29	5:38 min/km
341	2522	Rensing Christian	Vanilla Sky	0:57:59	1981	M30	36	0:58:12	18:05 *	18:55 *	20:58	5:48 min/km
342	2802	Tasche Maik	*Köln	1:02:15	1976	M35	45	1:02:44	19:09 *	20:39 *	22:26	6:14 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Frauen

Seite 8
gedruckt 08.12.2013 12:09:00

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	AK-Platz	Bruttozeit	Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	658	Kramer Nina	LG Stadtwerke Hilden	0:35:11	1990 WHK	1	0:35:12	11:34 * 11:38 * 11:59	3:31 min/km
2	421	Hahn Susanne	SV schlau.com Saar 05	0:35:29	1978 W35	1	0:35:29	11:34 * 11:38 * 12:16	3:33 min/km
3	3105	Gaves Nadja	Domstadtläufer	0:38:21	1983 W30	1	0:38:25	12:30 * 12:39 * 13:11	3:50 min/km
4	1439	Blaise-Sohnius Adele	LG Donatus Erftstadt	0:39:18	1985 WHK	2	0:39:20	12:28 * 13:02 * 13:47	3:56 min/km
5	925	Rau Birgit	LC Euskirchen	0:39:25	1969 W40	1	0:39:27	12:50 * 13:03 * 13:31	3:57 min/km
6	3103	Börner Annika	Domstadtläufer	0:40:20	1989 WHK	3	0:40:24	13:03 * 13:28 * 13:49	4:02 min/km
7	1725	Fuß Laura	LT DSHS Köln	0:40:32	1994 WJA	1	0:40:34	12:56 * 13:22 * 14:13	4:03 min/km
8	2582	Salord Aude	TriathlonSteckel	0:40:35	1988 WHK	4	0:40:44	12:54 * 13:33 * 14:06	4:04 min/km
9	1491	Breuer Clarissa	*Düsseldorf	0:40:48	1980 W30	2	0:40:52	12:52 * 13:44 * 14:11	4:05 min/km
10	868	Ott Ida	Lebensdurst-ICH e.V.	0:40:51	1987 WHK	5	0:40:54	12:56 * 13:34 * 14:20	4:05 min/km
11	170	Valder Sarah	Laufsport Bunert Köln	0:41:52	1993 WHK	6	0:42:04	13:38 * 13:40 * 14:34	4:11 min/km
12	2217	Peblinski Cindy	*Köln	0:42:02	1976 W35	2	0:42:26	13:52 * 13:56 * 14:13	4:12 min/km
13	756	Marquardt Ines	XTrail-Aktiv	0:42:11	1974 W35	3	0:42:15	13:29 * 14:05 * 14:36	4:13 min/km
14	2242	Lüchtfeld Alice	Laufsport Bunert Köln	0:42:22	1992 WHK	7	0:42:33	13:46 * 13:37 * 14:57	4:14 min/km
15	498	Hinze Katja	Laufmonster	0:42:22	1972 W40	2	0:42:26	13:47 * 13:59 * 14:36	4:14 min/km
16	1133	Spielvogel Marlen	XTrail-Aktiv	0:42:39	1986 WHK	8	0:42:43	13:37 * 14:04 * 14:57	4:16 min/km
17	635	Kösler Daniela	XTrail-Aktiv	0:42:54	1977 W35	4	0:42:59	13:41 * 14:15 * 14:57	4:17 min/km
18	1000	Schikowski Irene	TG Konz	0:43:13	1962 W50	1	0:43:19	14:03 * 14:15 * 14:54	4:19 min/km
19	875	Papenfuß Verena	KTT01	0:43:18	1990 WHK	9	0:43:27	13:38 * 14:29 * 15:10	4:20 min/km
20	1427	Besten Olivia	Laufsport Bunert Köln	0:43:21	1981 W30	3	0:43:34	13:51 * 14:25 * 15:04	4:20 min/km
21	262	Eschweiler Marion	Laufmonster	0:43:27	1972 W40	3	0:43:39	14:14 * 14:22 * 14:51	4:21 min/km
22	1107	Servos Ulrike	LAV Habbelrath-Grefrath	0:43:35	1994 WJA	2	0:44:10	14:50 * 14:20 * 14:24	4:22 min/km
23	3102	Arendt Alexandra	Domstadtläufer	0:44:03	1986 WHK	10	0:44:07	14:15 * 14:34 * 15:12	4:24 min/km
24	1301	Wohlfahrt Antonia	Lebensdurst-Ich	0:44:23	1987 WHK	11	0:44:31	14:21 * 14:35 * 15:26	4:26 min/km
25	1755	Gerken Claudia	Spoho Erstis	0:44:27	1995 WJA	3	0:44:29	14:16 * 14:53 * 15:18	4:27 min/km
26	2339	Mrsic Adrijana	*Köln	0:44:28	1994 WJA	4	0:44:38	14:44 * 14:50 * 14:52	4:27 min/km
27	1103	Seminerio Dana	LV Pliezhausen 2012	0:44:37	1989 WHK	12	0:44:51	14:21 * 14:58 * 15:17	4:28 min/km
28	1048	Schöller Helga	LC Euskirchen	0:44:45	1969 W40	4	0:44:55	14:37 * 14:39 * 15:27	4:29 min/km
29	1910	Hieke Lisa	*Köln	0:44:49	1990 WHK	13	0:44:57	14:21 * 14:41 * 15:46	4:29 min/km
30	1756	Gerken Ulrike	Spoho Erstis	0:45:02	1988 WHK	14	0:45:04	14:13 * 15:00 * 15:48	4:30 min/km
31	3109	Kays Linda		0:45:07	1979 W30	4	0:45:28	14:56 * 14:49 * 15:21	4:31 min/km
32	1178	Szymczak Nicole	AYYO Team e.V.	0:45:14	1971 W40	5	0:45:35	14:56 * 14:54 * 15:23	4:31 min/km
33	510	Hohmann Tanja	XTrail-Aktiv	0:45:20	1979 W30	5	0:45:25	14:08 * 15:07 * 16:04	4:32 min/km
34	656	Krämer-Wolf Petra	LC Euskirchen	0:45:35	1974 W35	5	0:45:46	14:43 * 15:13 * 15:39	4:34 min/km
35	1086	Schwarz Denise	Original Bootcamp	0:45:41	1978 W35	6	0:45:48	14:33 * 15:16 * 15:51	4:34 min/km
36	392	Grimmelsmann Karina	*Köln	0:46:03	1984 WHK	15	0:46:25	15:09 * 15:08 * 15:45	4:36 min/km
37	1184	Thiel Melanie	*Köln	0:46:15	1978 W35	7	0:46:35	14:57 * 15:22 * 15:55	4:38 min/km
38	85	Blanz Sandra	*Köln	0:46:18	1983 W30	6	0:46:43	15:28 * 15:10 * 15:39	4:38 min/km
39	2060	Kleimann Mandy	Die Sportys	0:46:28	1990 WHK	16	0:46:39	14:57 * 15:24 * 16:06	4:39 min/km
40	602	Kisser Rosi	*Hamm (Sieg)	0:46:35	1990 WHK	17	0:47:06	15:27 * 15:30 * 15:36	4:39 min/km
41	337	Gäde Hannah	TriathlonSteckelCologne	0:46:38	1980 W30	7	0:46:54	14:53 * 15:37 * 16:08	4:40 min/km
42	2759	Stember Carolin	*Neuehrenfeld	0:46:54	1994 WJA	5	0:46:58	15:20 * 15:21 * 16:12	4:41 min/km
43	585	Kelterbaum Christiane	*Frechen	0:46:55	1986 WHK	18	0:47:11	15:20 * 15:27 * 16:07	4:42 min/km
44	2494	Pundt Julia	ASV Köln Triathlon	0:47:14	1990 WHK	19	0:47:39	15:13 * 15:46 * 16:15	4:43 min/km
45	928	Rehberg Claire	Flügge Fööss	0:47:31	1982 W30	8	0:48:08	14:53 * 15:32 * 17:05	4:45 min/km
46	3057	Nagel Bearix		0:47:33	1989 WHK	20	0:47:45	15:07 * 15:50 * 16:35	4:45 min/km
47	304	Fischer Sabine	Laufmonster	0:47:39	1961 W50	2	0:47:43	15:18 * 15:50 * 16:30	4:46 min/km
48	3318	Stickel-Zimmermann		0:47:51	1968 W45	1	0:47:57	15:07 * 16:04 * 16:39	4:47 min/km
49	723	Ligocki Sabine	Köln läuft!	0:47:53	1986 WHK	21	0:48:10	15:33 * 15:48 * 16:30	4:47 min/km
50	908	Prescha Kristiane	Köln läuft!	0:48:00	1967 W45	2	0:48:36	15:34 * 16:02 * 16:23	4:48 min/km
51	287	Feeken Silke	Frontrunners New York	0:48:00	1968 W45	3	0:48:40	15:27 * 15:55 * 16:37	4:48 min/km
52	3034	Rech-Heider Monika		0:48:05	1969 W40	6	0:48:46	15:20 * 15:53 * 16:51	4:49 min/km
53	2013	Kappel Ann Christin	*Kürten	0:48:42	1992 WHK	22	0:49:00	15:23 * 16:13 * 17:05	4:52 min/km

Kölner Nikolauslauf am 8. Dezember 2013 - 10km Toplauf

Ergebnisliste Frauen

Seite 9

gedruckt 08.12.2013 12:09:00

54	23	Appel Schiefer Marion		0:49:07	1960 W50	3	0:49:14	15:39 * 16:36 * 16:51	4:55 min/km
55	608	Klein Verena	*Reichshof	0:49:10	1985 WHK	23	0:49:28	15:53 * 16:24 * 16:52	4:55 min/km
56	774	Meibeck Anja	*Köln	0:49:14	1971 W40	7	0:49:54	15:25 * 16:23 * 17:25	4:55 min/km
57	1954	Hüpper Carolin	Leo läuft	0:49:45	1987 WHK	24	0:50:00	15:53 * 16:46 * 17:04	4:59 min/km
58	2376	Nentwig Anna	Leo läuft	0:49:45	1987 WHK	25	0:50:00	15:54 * 16:46 * 17:04	4:59 min/km
59	2678	Schüller Claudia	Die leichtfüßigen Vier	0:50:00	1966 W45	4	0:50:34	15:48 * 16:38 * 17:33	5:00 min/km
60	508	Hogrefe Britta	Laufteam Köln	0:50:03	1985 WHK	26	0:50:12	16:39 * 16:21 * 17:01	5:00 min/km
61	2903	Wandel Rosine	Die leichtfüßigen Vier	0:50:04	1968 W45	5	0:50:38	16:16 * 16:33 * 17:14	5:00 min/km
62	399	Grott Helga	BSG Commerzbank Köln	0:50:37	1948 W65	1	0:50:56	16:04 * 16:45 * 17:46	5:04 min/km
63	532	Husztí Orsolya	Team hun-Heart-Seedling	0:50:49	1976 W35	8	0:51:28	15:57 * 16:54 * 17:57	5:05 min/km
64	1590	Dierkes Wiebke	SV Hemer 1921 e.V.	0:51:57	1994 WJA	6	0:52:08	16:00 * 17:15 * 18:42	5:12 min/km
65	1764	Glade Anna Maria	*Köln	0:52:01	1992 WHK	27	0:52:25	16:20 * 17:33 * 18:08	5:12 min/km
66	1326	Ziessow Evi	*Siegen	0:52:16	1966 W45	6	0:52:49	16:38 * 17:28 * 18:08	5:14 min/km
67	3066	Müller Jorinna	Mach 3	0:52:32	1983 W30	9	0:52:40	16:16 * 17:47 * 18:27	5:15 min/km
68	2740	Stärk Lea	*Köln	0:53:03	1994 WJA	7	0:53:26	16:29 * 18:25 * 18:08	5:18 min/km
69	3113	Karis Eva	Kölner Haie	0:53:28	1983 W30	10	0:54:00	17:01 * 17:34 * 18:52	5:21 min/km
70	1956	Huppertz Luisa	Kölner Haie	0:53:28	1983 W30	11	0:54:01	17:00 * 17:34 * 18:52	5:21 min/km
71	164	Butz Gisela	Team Laufcampus	0:53:55	1965 W45	7	0:54:34	17:21 * 17:37 * 18:56	5:24 min/km
72	1096	Seewöster Dörte	Flügge Fööss	0:54:01	1982 W30	12	0:54:37	16:47 * 17:59 * 19:13	5:24 min/km
73	178	Combüchen Silvia	*Wuppertal	0:54:50	1966 W45	8	0:55:01	17:39 * 18:03 * 19:06	5:29 min/km
74	138	Bruda Ana Isabel	*Bonn	0:54:59	1985 WHK	28	0:55:32	17:11 * 18:17 * 19:30	5:30 min/km
75	2785	Strehle Susanne	*Bonn	0:55:13	1970 W40	8	0:55:45	17:17 * 18:34 * 19:20	5:31 min/km
76	1760	Gholami Parvin	Colonia	0:59:08	1963 W50	4	0:59:31	19:25 * 19:32 * 20:10	5:55 min/km
77	1640	El-Edrissi Nadia	*Köln	1:01:37	1993 WHK	29	1:02:09	19:18 * 21:02 * 21:16	6:10 min/km
78	2112	Kollmorgen Britta	Vanilla Sky	1:02:45	1973 W40	9	1:02:58	19:23 * 21:14 * 22:07	6:17 min/km