

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 1

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	AK-Platz	Bruttozeit	Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	3824	Mansouri Noureddine	TuS Köln rrh.	0:32:26	1981 M30	1	0:32:27	10:39 * 10:48 * 10:58	3:15 min/km
2	2619	Petursson Arnar	LT von Reykjavik	0:32:51	1991 M20	1	0:32:52	10:39 * 10:49 * 11:22	3:17 min/km
3	403	Abel Lucas	RUNNERS POINT RUN	0:32:53	1994 M20	2	0:32:54	10:39 * 10:50 * 11:23	3:17 min/km
4	113	Singbeil Daniel	Bunert - Der Kölner	0:33:39	1989 M20	3	0:33:40	10:47 * 11:06 * 11:45	3:22 min/km
5	3450	Bunte Marian	90DayBodychallenge	0:33:57	1989 M20	4	0:33:58	10:47 * 11:22 * 11:46	3:24 min/km
6	103	Franzky Johannes	ASV Köln Triathlon	0:34:32	1981 M30	2	0:34:33	10:47 * 11:24 * 12:21	3:27 min/km
7	72	Naundorf Lars	ASV Köln	0:35:09	1975 M40	1	0:35:10	11:14 * 11:37 * 12:17	3:31 min/km
8	3456	Kreitner Max	TuS Köln rrh.	0:35:24	1994 M20	5	0:35:25	10:45 * 12:16 * 12:23	3:32 min/km
9	3468	Müller Christian	CJD Frechen	0:35:38	1992 M20	6	0:35:40	11:15 * 11:53 * 12:28	3:34 min/km
10	343	Gillen Philippe	Mach3 Köln e.V.	0:35:52	1989 M20	7	0:35:56	11:16 * 12:11 * 12:23	3:35 min/km
11	235	Linden Sebastian	Rhein-Berg Runners	0:35:53	1989 M20	8	0:35:56	11:47 * 11:53 * 12:13	3:35 min/km
12	3494	Thater Jens	*köln	0:36:23	1975 M40	2	0:36:25	11:16 * 12:08 * 12:58	3:38 min/km
13	3469	Weiß Sebastian	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:36:26	1985 M30	3	0:36:42	11:54 * 12:00 * 12:31	3:39 min/km
14	3800	Gerl Michael	*Köln	0:36:51	1995 M20	9	0:36:57	11:47 * 12:12 * 12:51	3:41 min/km
15	276	Even Felix	SSF Bonn	0:37:00	1996 MU20	1	0:37:14	12:18 * 12:00 * 12:41	3:42 min/km
16	221	Kesete Hagos	Grenzenloser-Sportverein	0:37:11	1998 MU18	1	0:37:14	12:35 * 11:53 * 12:42	3:43 min/km
17	117	Tourney Christian	*köln	0:37:23	1984 M30	4	0:37:26	11:49 * 12:32 * 13:00	3:44 min/km
18	2592	Püschel Kai	ASV Köln Triathlon	0:37:27	1982 M30	5	0:37:30	11:54 * 12:19 * 13:14	3:45 min/km
19	3473	Wittland Mark	*Köln	0:37:31	1977 M35	1	0:37:33	11:54 * 12:36 * 12:59	3:45 min/km
20	3472	Neumann Frank	*Marienheide	0:37:56	1967 M45	1	0:38:10	12:14 * 12:25 * 13:16	3:48 min/km
21	396	Mucha Bastian	RUNNERS POINT RUN	0:38:00	1983 M30	6	0:38:08	12:25 * 12:39 * 12:55	3:48 min/km
22	45	Verch Marco	Mach3 Köln e.V.	0:38:20	1981 M30	7	0:38:22	11:54 * 13:03 * 13:22	3:50 min/km
23	2606	Scheibchen Jonas		0:38:32	1985 M30	8	0:38:33	11:59 * 13:06 * 13:26	3:51 min/km
24	26	Platt Lukas	*Mönchengladbach	0:38:32	1996 MU20	2	0:38:39	12:18 * 12:43 * 13:30	3:51 min/km
25	2607	Ritter Johannes		0:38:33	1965 M50	1	0:38:36	12:25 * 12:49 * 13:18	3:51 min/km
26	331	Ruhnke Robert	Höhenkonzepte Uta Oehl	0:38:39	1958 M55	1	0:38:41	12:27 * 12:50 * 13:21	3:52 min/km
27	404	Freyaldenhoven Jan	Köln läuft!	0:38:39	1983 M30	9	0:38:46	12:28 * 12:52 * 13:18	3:52 min/km
28	194	Diblik Jens	Fc Keldenich	0:38:50	1987 M20	10	0:38:56	12:32 * 12:55 * 13:22	3:53 min/km
29	2590	Heil Dietmar	1.FC Quadrath-Ichendorf	0:38:52	1968 M45	2	0:39:00	12:47 * 12:44 * 13:19	3:53 min/km
30	383	Pietrzak Krystian	Kieser Training	0:38:53	1983 M30	10	0:38:57	12:31 * 12:58 * 13:23	3:53 min/km
31	125	Schilb Christoph	Landau/Pfalz	0:38:53	1982 M30	11	0:38:57	12:24 * 12:46 * 13:42	3:53 min/km
32	2586	Klein Christoph	TV Attendorn	0:38:54	1972 M40	3	0:39:01	12:50 * 12:43 * 13:21	3:53 min/km
33	239	Zimmermann Chris	Shirtwood WK	0:38:58	1986 M20	11	0:39:11	12:15 * 12:59 * 13:43	3:54 min/km
34	223	Daroich Said	Grenzenloser-Sportverein	0:38:58	1994 M20	12	0:39:02	12:39 * 12:50 * 13:29	3:54 min/km
35	3474	Berndt Ralf	TuS Köln rrh.	0:39:13	1963 M50	2	0:39:15	12:25 * 13:04 * 13:43	3:55 min/km
36	2620	Decker Torre	Triathlon Sterkel Cologne	0:39:22	1990 M20	13	0:39:27	12:34 * 13:14 * 13:34	3:56 min/km
37	346	Ajdi Mehdi	*koeln	0:39:23	1989 M20	14	0:39:26	14:27 * 11:45 * 13:11	3:56 min/km
38	347	Chakib Wassim	*köln	0:39:24	1994 M20	15	0:39:26	14:27 * 11:45 * 13:11	3:56 min/km
39	307	Siemer Mark	MAS-Training	0:39:28	1977 M35	2	0:39:39	13:11 * 12:52 * 13:24	3:57 min/km
40	2581	Löer Lukas		0:39:28	1995 M20	16	0:39:35	13:05 * 12:55 * 13:27	3:57 min/km
41	382	Stula Sebastian	Kieser Training	0:39:30	1980 M35	3	0:39:35	12:56 * 13:07 * 13:26	3:57 min/km
42	2598	Krönkemeier Dennis	Kölner Triathlon Team 01	0:39:54	1990 M20	17	0:39:58	12:41 * 13:19 * 13:54	3:59 min/km
43	285	Rumpel Florian	TriathlonSteckelCologne	0:40:27	1979 M35	4	0:40:49	13:32 * 13:23 * 13:31	4:03 min/km
44	312	Moritz Ralf	Triple 2013	0:40:31	1968 M45	3	0:40:55	13:43 * 13:10 * 13:37	4:03 min/km
45	83	Hecker Dirk	*Hürth	0:40:37	1974 M40	4	0:40:40	12:53 * 13:25 * 14:18	4:04 min/km
46	228	Schovenberg Alexander	Team Erdinger Alkoholfrei	0:40:46	1984 M30	12	0:40:55	13:09 * 13:32 * 14:05	4:05 min/km
47	94	Theißen Michael	Laktatkönige	0:40:46	1959 M55	2	0:40:49	13:17 * 13:33 * 13:55	4:05 min/km
48	219	Akkus Orhan	RSG	0:40:50	1977 M35	5	0:40:52	12:51 * 13:40 * 14:18	4:05 min/km
49	250	Malmendier Liam	*Lontzen	0:40:54	1997 MU20	3	0:41:11	13:50 * 13:25 * 13:39	4:05 min/km
50	349	Oubaha Driss	Run Squad Cgn	0:40:59	1988 M20	18	0:41:06	13:09 * 14:05 * 13:44	4:06 min/km
51	298	Thiel Maximilian	Shirtwood WK	0:40:59	1991 M20	19	0:41:12	13:18 * 13:34 * 14:06	4:06 min/km
52	259	Probst Chris	Heart Team Bonn	0:41:03	1970 M45	4	0:41:08	12:57 * 13:33 * 14:31	4:06 min/km
53	286	Waldau Prof. Dr. Marius	Boxclub Kurze Rippe	0:41:03	1981 M30	13	0:41:08	12:53 * 13:53 * 14:16	4:06 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 2

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

54	3496	Geimer Christian	Die MANNschaft e.V.	0:41:06	1992 M20	20	0:41:08	12:45 *	13:44 *	14:36	4:07 min/km
55	201	Bornemann Thomas	central-team.de	0:41:07	1968 M45	5	0:41:09	13:12 *	13:43 *	14:11	4:07 min/km
56	319	Schuster Fabian	*Köln	0:41:07	1982 M30	14	0:41:22	13:31 *	13:39 *	13:56	4:07 min/km
57	21	Funk Kristian	*Köln	0:41:07	1977 M35	6	0:41:26	13:25 *	13:37 *	14:05	4:07 min/km
58	31	Jessel Tiamo	*Wegberg	0:41:07	1984 M30	15	0:41:13	12:49 *	13:45 *	14:32	4:07 min/km
59	3805	Wichmann Thomas	Lauftreff Köln Süd	0:41:08	1967 M45	6	0:41:18	13:40 *	13:38 *	13:49	4:07 min/km
60	3445	Köster-Eiserfunke Julian	BSG Sparkasse Iserlohn	0:41:13	1987 M20	21	0:41:25	13:10 *	13:43 *	14:20	4:07 min/km
61	387	Nazari Navid	Mosaik	0:41:16	1999 MU18	2	0:41:41	12:28 *	14:08 *	14:39	4:08 min/km
62	246	DÖLLING FABIAN	*Köln	0:41:17	1984 M30	16	0:41:20	13:19 *	13:44 *	14:13	4:08 min/km
63	2603	Heyer Sascha	KTT 01	0:41:18	1976 M35	7	0:41:21	13:04 *	13:46 *	14:27	4:08 min/km
64	104	Von Seht Enno	ASV Köln Triathlon	0:41:20	1982 M30	17	0:41:23	13:27 *	13:46 *	14:06	4:08 min/km
65	3444	Boksch Michael	LLG Nordpark	0:41:26	1958 M55	3	0:41:43	13:59 *	13:40 *	13:46	4:09 min/km
66	52	Weiß Gerrit	Mach3 Köln e.V.	0:41:27	1976 M35	8	0:41:33	13:10 *	13:54 *	14:22	4:09 min/km
67	76	Oswald Dr. THomas	*Köln	0:41:31	1962 M50	3	0:41:36	13:11 *	13:47 *	14:32	4:09 min/km
68	327	Wehner Silvio	mas Training	0:41:32	1981 M30	18	0:41:43	13:20 *	13:50 *	14:20	4:09 min/km
69	165	Owen Andrew	Team Ice Cream Glove	0:41:32	1973 M40	5	0:41:39	13:09 *	13:50 *	14:32	4:09 min/km
70	2574	Heinemeyer Joachim		0:41:33	1980 M35	9	0:41:53	13:36 *	13:48 *	14:07	4:09 min/km
71	3803	Ebert Benny	*Brühl	0:41:34	1984 M30	19	0:41:51	13:48 *	13:43 *	14:03	4:09 min/km
72	283	Peters Frank	The New Rat Pack	0:41:37	1976 M35	10	0:41:43	13:11 *	13:32 *	14:53	4:10 min/km
73	401	Kömpf Lukas	RUNNERS POINT Berlin	0:41:39	1989 M20	22	0:42:03	13:43 *	13:38 *	14:17	4:10 min/km
74	248	Fölling Carsten	Feuerwehr Aachen Mitte	0:41:40	1991 M20	23	0:41:54	13:47 *	13:53 *	13:59	4:10 min/km
75	3801	Nolte Martin	OLV Uslar	0:41:47	1967 M45	7	0:42:02	13:24 *	13:57 *	14:25	4:11 min/km
76	14	Piehler Björn	BSG DEVK Köln	0:41:48	1977 M35	11	0:41:57	13:33 *	13:57 *	14:16	4:11 min/km
77	410	Karch Fabian	Köln läuft!	0:41:52	1992 M20	24	0:41:59	13:59 *	13:54 *	13:58	4:11 min/km
78	3815	Neimeke Ralf	Superpunk	0:41:54	1970 M45	8	0:42:01	13:26 *	14:06 *	14:21	4:11 min/km
79	3488	Kemmesies Rainer	TuS Breitscheid	0:42:00	1961 M50	4	0:42:08	13:34 *	13:59 *	14:26	4:12 min/km
80	92	Cacciavillani León	VINCEROLA	0:42:05	2000 MU16	1	0:42:11	13:10 *	13:50 *	15:04	4:13 min/km
81	412	Fischer David	NetCologne	0:42:11	1983 M30	20	0:42:27	14:13 *	13:50 *	14:07	4:13 min/km
82	337	Metzmacher Thomas	...und tschüss!	0:42:17	1985 M30	21	0:42:35	13:23 *	14:04 *	14:50	4:14 min/km
83	59	Huss Klaus	Team Merheim	0:42:18	1967 M45	9	0:42:22	13:25 *	14:06 *	14:46	4:14 min/km
84	3452	Bippus Jürgen	*Frechen	0:42:24	1959 M55	4	0:42:42	14:01 *	13:43 *	14:40	4:14 min/km
85	3446	Lippok Ralf	RV Komet Delia Köln	0:42:24	1968 M45	10	0:42:32	13:23 *	13:48 *	15:12	4:14 min/km
86	2578	Trott Henry	Cologne Running Crew	0:42:25	1986 M20	25	0:42:40	14:01 *	13:55 *	14:29	4:15 min/km
87	2506	Finke Christian Olivier		0:42:29	1977 M35	12	0:42:35	13:15 *	14:10 *	15:03	4:15 min/km
88	371	Hartberger Maro	SG TÜV Rheinland	0:42:34	1978 M35	13	0:42:50	13:41 *	14:01 *	14:51	4:15 min/km
89	3459	Mieskes Kurt	MGV Oberbantenberg	0:42:34	1961 M50	5	0:42:44	13:41 *	14:06 *	14:47	4:15 min/km
90	198	Yu Bastian	*Köln	0:42:36	1981 M30	22	0:42:44	13:45 *	14:35 *	14:15	4:16 min/km
91	22	Last Christoph	TSG Valbert	0:42:37	1977 M35	14	0:42:38	12:52 *	14:09 *	15:35	4:16 min/km
92	2589	Hinte Franz	Bunert - der Kölner	0:42:38	1960 M55	5	0:42:56	13:58 *	14:00 *	14:39	4:16 min/km
93	345	Ledwig Christopher	Cologne Crew	0:42:38	1973 M40	6	0:42:52	13:52 *	14:13 *	14:32	4:16 min/km
94	35	Sievert Alexander	*Köln	0:42:44	1969 M45	11	0:43:13	13:48 *	14:02 *	14:53	4:16 min/km
95	149	Hofmann Peter	ASV Köln Lauftreff	0:42:44	1965 M50	6	0:42:57	13:42 *	14:20 *	14:42	4:16 min/km
96	287	Domke Andreas	Haus der Gesundheit	0:42:49	1974 M40	7	0:42:51	13:39 *	13:58 *	15:10	4:17 min/km
97	350	Pfeiffer Lukas	*Köln	0:42:49	1991 M20	26	0:43:00	14:32 *	13:58 *	14:18	4:17 min/km
98	81	Marek Adrian	Für Hürth	0:42:53	1972 M40	8	0:43:03	13:31 *	14:14 *	15:07	4:17 min/km
99	2600	Trier Martin	TSV Dieringhausen	0:43:02	1962 M50	7	0:43:08	13:45 *	14:10 *	15:05	4:18 min/km
100	179	Bützer Peter	Tri Team FS Düsseldorf	0:43:09	1978 M35	15	0:43:14	13:30 *	14:34 *	15:04	4:19 min/km
101	297	Baum Sebastian	*Köln	0:43:09	1986 M20	27	0:43:21	13:20 *	14:30 *	15:19	4:19 min/km
102	391	Schilling Benjamin	RUNNERS POINT RUN	0:43:10	1983 M30	23	0:43:30	14:23 *	14:01 *	14:45	4:19 min/km
103	3493	Döring Manuel	*Brauweiler	0:43:11	1984 M30	24	0:43:18	13:08 *	14:33 *	15:29	4:19 min/km
104	3448	Wiese Anton	Fronrunners Cologne	0:43:11	1997 MU20	4	0:43:20	14:05 *	14:16 *	14:50	4:19 min/km
105	342	Stremer Paul	*Köln	0:43:12	1996 MU20	5	0:43:33	14:37 *	15:22 *	13:11	4:19 min/km
106	253	Jörg Robert	*Köln	0:43:14	1995 M20	28	0:43:33	14:39 *	15:21 *	13:12	4:19 min/km
107	234	Krnezic Zdenko	Mach3 Köln e.V.	0:43:19	1976 M35	16	0:43:40	13:49 *	14:20 *	15:08	4:20 min/km
108	304	Scharwat Oliver	Fronrunners Cologne	0:43:21	1974 M40	9	0:43:30	14:05 *	14:15 *	15:00	4:20 min/km
109	77	Kirschenfauth Tomas	asv Köln	0:43:24	1967 M45	12	0:43:29	13:16 *	14:40 *	15:27	4:20 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 3

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

109	2615	Ständer Matthias	Borussia Dortmund	0:43:24	1966	M45	12	0:43:35	13:46 *	14:31 *	15:06	4:20 min/km
111	215	Lehdiah Aniss	*Bergisch Gladbach	0:43:26	1978	M35	17	0:43:29	13:47 *	14:35 *	15:03	4:21 min/km
112	140	Haas Christian	*Köln	0:43:26	1992	M20	29	0:43:45	14:32 *	14:33 *	14:20	4:21 min/km
113	167	Dörffler Friedrich	*Köln	0:43:29	1961	M50	8	0:43:46	14:08 *	14:20 *	14:59	4:21 min/km
114	320	Schmidt Florian	*Köln	0:43:30	1986	M20	30	0:43:50	13:55 *	14:29 *	15:05	4:21 min/km
115	352	Sevenich Philipp	WDR aktiv	0:43:30	1984	M30	25	0:43:50	13:47 *	14:21 *	15:21	4:21 min/km
116	291	Gestrich Christopher	heart Team Bonn	0:43:30	1982	M30	26	0:43:37	13:51 *	14:28 *	15:11	4:21 min/km
117	261	Welz Armin	Heart Team Bonn	0:43:30	1952	M60	1	0:43:37	13:51 *	14:28 *	15:11	4:21 min/km
118	2591	Flügel Marcus	KTT01	0:43:37	1977	M35	18	0:43:41	14:07 *	14:20 *	15:09	4:22 min/km
119	105	Krones Helmut	*Hürth	0:43:40	1964	M50	9	0:44:08	14:39 *	13:57 *	15:03	4:22 min/km
120	3486	Van de Braak Georg	Fronrunners Cologne	0:43:41	1974	M40	10	0:43:50	13:52 *	14:24 *	15:24	4:22 min/km
121	29	Reitemeier Robert	Witzhelden Runners	0:43:42	1986	M20	31	0:43:44	13:58 *	14:39 *	15:04	4:22 min/km
122	56	Beyer Michael	BroRunners	0:43:44	1967	M45	14	0:44:10	13:46 *	14:34 *	15:22	4:22 min/km
123	361	Weil Sebastian	*Köln	0:43:46	1981	M30	27	0:44:10	14:35 *	14:23 *	14:47	4:23 min/km
124	182	Joakimsson Thor	Trollmusic Running Team	0:43:52	1976	M35	19	0:44:07	14:06 *	14:55 *	14:50	4:23 min/km
125	252	Schneider Piet	*Kerpen-Manheim	0:43:52	1992	M20	32	0:44:13	14:36 *	14:29 *	14:45	4:23 min/km
126	204	Bieck Alexander	*Köln	0:43:57	1995	M20	33	0:44:17	14:31 *	14:33 *	14:52	4:24 min/km
127	2631	Juma Raman	Mosaik	0:44:01	1998	MU18	3	0:44:25	14:20 *	15:07 *	14:34	4:24 min/km
128	129	Klöppler Sven	Hardtseemafia Triathlon	0:44:03	1977	M35	20	0:44:39	14:30 *	14:29 *	15:03	4:24 min/km
129	3806	Kelp Dr. Torsten	*Bonn	0:44:04	1965	M50	10	0:44:16	14:45 *	14:51 *	14:27	4:24 min/km
130	42	Strittmatter Stefan	PSV Köln	0:44:07	1985	M30	28	0:44:26	14:42 *	14:32 *	14:53	4:25 min/km
131	2601	Suer Thomas		0:44:10	1963	M50	11	0:44:17	14:00 *	14:34 *	15:35	4:25 min/km
132	112	Vanek Nikolai	Bunert - Der Kölner	0:44:10	1984	M30	29	0:44:24	14:02 *	14:39 *	15:28	4:25 min/km
133	2617	Hill Jürgen		0:44:10	1979	M35	21	0:44:18	13:55 *	14:46 *	15:29	4:25 min/km
134	87	Schlochtermeyer Dr.	Decksteiner Rockets	0:44:11	1970	M45	15	0:44:18	13:55 *	14:46 *	15:29	4:25 min/km
135	3461	Beeremann Simon	*Lüdinghausen	0:44:15	1995	M20	34	0:44:32	14:39 *	14:46 *	14:49	4:26 min/km
136	189	Weber Moritz	Bunert - Der Kölner	0:44:17	1996	MU20	6	0:44:33	14:21 *	14:46 *	15:09	4:26 min/km
137	249	Seethaler Maximilian	*Köln	0:44:18	1996	MU20	7	0:44:38	14:47 *	14:28 *	15:03	4:26 min/km
138	3483	Fröhlich Dr. Oliver	*Düsseldorf	0:44:19	1971	M40	11	0:44:27	13:54 *	14:39 *	15:44	4:26 min/km
139	231	Stephan Heinz Michael	*Köln	0:44:22	1961	M50	12	0:44:27	14:03 *	14:35 *	15:44	4:26 min/km
140	44	Heinz Timo	*Köln	0:44:23	1985	M30	30	0:44:28	14:54 *	14:39 *	14:49	4:26 min/km
141	3485	Cleary Conor	*Köln	0:44:23	1992	M20	35	0:44:52	15:09 *	15:01 *	14:12	4:26 min/km
142	3821	Bardonner Nico	RUNNERS POINT RUN	0:44:24	1987	M20	36	0:44:37	14:23 *	14:47 *	15:13	4:26 min/km
143	334	Rähse Daniel	DSHS Köln	0:44:24	1997	MU20	8	0:44:46	15:24 *	14:52 *	14:07	4:26 min/km
144	3466	González Cardero	*Köln	0:44:28	1986	M20	37	0:45:01	14:36 *	14:33 *	15:18	4:27 min/km
145	148	Sauve Paul	*Köln	0:44:34	1970	M45	16	0:44:39	14:36 *	14:21 *	15:36	4:27 min/km
146	28	Kaufmann Markus	Witzhelden Runners	0:44:35	1987	M20	38	0:44:36	14:38 *	14:45 *	15:11	4:28 min/km
147	48	Schlatter Mark	*Rösrath	0:44:35	1972	M40	12	0:44:51	14:59 *	14:37 *	14:57	4:28 min/km
148	2599	Siekiera Steffen	Aachen Münchener	0:44:36	1984	M30	31	0:44:55	14:45 *	15:01 *	14:49	4:28 min/km
149	100	Anthes Klaus	Laktatkönige	0:44:39	1975	M40	13	0:44:46	14:58 *	14:58 *	14:42	4:28 min/km
150	358	Riha Robert	*Köln	0:44:42	1981	M30	32	0:44:59	14:14 *	15:04 *	15:24	4:28 min/km
151	154	Heger Dr. Steffen	Fronrunners Cologne	0:44:43	1964	M50	13	0:44:54	14:31 *	14:46 *	15:26	4:28 min/km
152	2611	Wittstamm Joachim	Fronrunners Cologne	0:44:45	1966	M45	17	0:44:56	14:23 *	14:51 *	15:30	4:29 min/km
153	362	Matschull Frank	für meine Jungs	0:44:45	1967	M45	18	0:45:00	14:27 *	15:00 *	15:17	4:29 min/km
154	3812	Kusterer David	LG Rasch	0:44:51	1982	M30	33	0:45:21	14:18 *	14:51 *	15:41	4:29 min/km
155	197	Hafer Felix	*Wiesbaden	0:44:54	1979	M35	22	0:45:11	13:56 *	15:07 *	15:50	4:29 min/km
156	3458	Adams Yannik	*Köln	0:44:54	1997	MU20	9	0:45:12	14:36 *	15:06 *	15:12	4:29 min/km
157	332	Guth Charly	Life Park Max Ingolstadt	0:44:56	1969	M45	19	0:45:09	14:52 *	14:56 *	15:07	4:30 min/km
158	325	Fugger Nicolas	LG Rasch	0:44:56	1987	M20	39	0:45:26	14:17 *	14:51 *	15:47	4:30 min/km
159	73	Uerlings Jochen	*Hürth	0:44:56	1987	M20	40	0:45:26	14:35 *	14:47 *	15:33	4:30 min/km
160	102	Eisermann Stephan	Team Erdinger Alkoholfrei	0:44:56	1966	M45	20	0:45:13	14:36 *	14:48 *	15:31	4:30 min/km
161	3819	Pankratz Lennart	*Köln	0:45:00	1988	M20	41	0:45:23	15:24 *	14:52 *	14:43	4:30 min/km
162	344	Müller Guido	Cologne Speed Team e.V.	0:45:01	1967	M45	21	0:45:04	14:17 *	15:00 *	15:43	4:30 min/km
163	289	Johannsen Holger	*Hennef	0:45:06	1970	M45	22	0:45:32	14:42 *	14:42 *	15:41	4:31 min/km
164	3455	Drecker Michael	Fronrunners Cologne	0:45:08	1956	M55	6	0:45:19	14:31 *	14:58 *	15:38	4:31 min/km
165	3482	Steven Daniel	*Köln	0:45:08	1976	M35	23	0:45:32	14:39 *	14:54 *	15:34	4:31 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 4

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

166	213	Heuser Andreas	*Köln	0:45:09	1980 M35	24	0:45:16	14:47 *	15:07 *	15:14	4:31 min/km
167	54	Oberbusch Patrick	Central-Team.de	0:45:10	1981 M30	34	0:45:25	14:51 *	14:48 *	15:30	4:31 min/km
168	108	Haker Christian	*Köln	0:45:13	1973 M40	14	0:45:28	14:45 *	15:00 *	15:26	4:31 min/km
169	384	Radics Zsolt	Kieser Training	0:45:13	1970 M45	23	0:45:43	15:01 *	14:37 *	15:35	4:31 min/km
170	262	Nickenig Georg	Heart Team Bonn	0:45:16	1964 M50	14	0:45:22	14:35 *	15:02 *	15:39	4:32 min/km
171	3463	Weithoff Johannes	*Köln	0:45:16	1987 M20	42	0:45:40	14:53 *	15:11 *	15:11	4:32 min/km
172	74	Strainchamps Paul	*Frechen	0:45:17	1991 M20	43	0:45:22	14:19 *	15:04 *	15:53	4:32 min/km
173	20	Dellgrün Hans-Jürgen	KölnTriathlon e.V.	0:45:18	1958 M55	7	0:45:31	14:43 *	14:55 *	15:40	4:32 min/km
174	2572	Lennarz Joachim		0:45:19	1975 M40	15	0:45:41	14:22 *	15:15 *	15:42	4:32 min/km
175	2575	Kemper Holger	LT DSHS Köln	0:45:22	1974 M40	16	0:45:32	14:14 *	15:16 *	15:51	4:32 min/km
176	277	Linssen Bastian	RunCore	0:45:23	1979 M35	25	0:45:38	14:46 *	15:15 *	15:20	4:32 min/km
177	101	Wett Matthias	Runners High	0:45:23	1972 M40	17	0:45:33	14:37 *	15:05 *	15:40	4:32 min/km
178	399	Drabiniok Tobias	RUNNERS POINT RUN	0:45:23	1981 M30	35	0:45:39	14:46 *	15:15 *	15:21	4:32 min/km
179	199	Breu Florian	Hickory Köln 08	0:45:23	1985 M30	36	0:45:45	14:54 *	15:00 *	15:28	4:32 min/km
180	136	Rombelsheim Benjamin	*Leverkusen	0:45:24	1982 M30	37	0:46:00	14:36 *	15:00 *	15:47	4:32 min/km
181	126	Blümel Sven	Wir laufen für unsere	0:45:24	1970 M45	24	0:45:54	14:40 *	15:11 *	15:32	4:32 min/km
182	3467	Zuza Ruiz de Alda Jaime	*Pamplona	0:45:30	1979 M35	26	0:46:02	14:53 *	15:00 *	15:36	4:33 min/km
183	411	Crusius Jan	Köln läuft!	0:45:31	1978 M35	27	0:45:56	14:33 *	15:05 *	15:52	4:33 min/km
184	3490	Theissen Yannick	*Braunsfeld	0:45:33	1996 MU20	10	0:45:37	14:24 *	15:21 *	15:47	4:33 min/km
185	142	Hinz Philipp	www.hinz-koeln.de	0:45:33	1998 MU18	4	0:45:45	15:01 *	15:04 *	15:28	4:33 min/km
186	2616	Hullmann Nico		0:45:34	1992 M20	44	0:45:51	14:55 *	14:52 *	15:47	4:33 min/km
187	270	Herpers Tim	TEAM BUDDIES	0:45:36	1992 M20	45	0:45:58	15:01 *	14:53 *	15:41	4:34 min/km
188	269	Herpers Jan	TEAM BUDDIES	0:45:36	1986 M20	46	0:45:59	15:01 *	14:53 *	15:42	4:34 min/km
189	162	Wilkens Robert	FC Keldenich	0:45:37	1964 M50	15	0:45:44	14:20 *	15:15 *	16:00	4:34 min/km
190	3804	Schödder Günter	Team Laufcampus	0:45:41	1963 M50	16	0:45:51	14:36 *	15:03 *	16:01	4:34 min/km
191	3438	Schwenck Christian	mas-Training	0:45:43	1974 M40	18	0:45:56	14:43 *	15:08 *	15:51	4:34 min/km
192	3478	Schmidt Jan	*Köln	0:45:43	1995 M20	47	0:46:04	15:04 *	16:06 *	14:33	4:34 min/km
193	3492	Miethe Lukas	*Köln-Junkersdorf	0:45:45	1995 M20	48	0:46:17	15:17 *	14:54 *	15:34	4:35 min/km
194	130	Heßling Lars	*Bergisch Gladbach	0:45:52	1977 M35	28	0:46:23	15:00 *	15:09 *	15:42	4:35 min/km
195	141	Hinz Günter	www.hinz-koeln.de	0:45:57	1965 M50	17	0:46:08	15:00 *	15:06 *	15:49	4:36 min/km
196	2395	Hünseler Holger	Team Erdinger Alkoholfrei	0:45:59	1971 M40	19	0:46:11	14:23 *	15:24 *	16:11	4:36 min/km
197	340	Konstantinidis Maximilian	*Köln	0:46:02	1995 M20	49	0:46:24	14:44 *	15:19 *	15:58	4:36 min/km
198	200	Zenner Christian	*Köln	0:46:04	1971 M40	20	0:46:35	14:27 *	15:15 *	16:20	4:36 min/km
199	313	Mathar Tobias	WSKKAL	0:46:04	1983 M30	38	0:46:20	14:12 *	15:20 *	16:31	4:36 min/km
200	220	Hock Michael	BSG RaBaz e. V.	0:46:04	1980 M35	29	0:46:36	15:34 *	15:11 *	15:19	4:36 min/km
201	212	Bitter Ingo	ASV Triathlon Köln	0:46:05	1974 M40	21	0:46:08	14:13 *	15:26 *	16:25	4:37 min/km
202	3437	Hecker Martin	*Frechen-Königsdorf	0:46:05	1979 M35	30	0:46:35	15:25 *	15:26 *	15:13	4:37 min/km
203	3808	Wohlgemuth Eckard	*Köln	0:46:08	1962 M50	18	0:46:18	14:26 *	15:12 *	16:29	4:37 min/km
204	366	Freund Paul	*Köln	0:46:09	1996 MU20	11	0:46:32	14:56 *	15:01 *	16:11	4:37 min/km
205	75	Kraus Egon	*Köln	0:46:11	1951 M60	2	0:46:25	14:46 *	15:31 *	15:53	4:37 min/km
206	3441	FERNANDEZ PAREJA	Mach3 Köln e.V.	0:46:13	1978 M35	31	0:46:21	14:42 *	15:11 *	16:18	4:37 min/km
207	336	Sistig Jörn	*Köln	0:46:15	1986 M20	50	0:46:23	14:13 *	15:30 *	16:30	4:38 min/km
208	372	Rothenberger Ralf	SG TÜV Rheinland	0:46:16	1960 M55	8	0:46:32	14:47 *	15:31 *	15:57	4:38 min/km
209	238	Schäfer Guido	Fronrunner Cologne	0:46:17	1967 M45	25	0:46:27	14:37 *	15:16 *	16:23	4:38 min/km
210	3631	Besinger Lars	Fronrunners Cologne	0:46:18	1972 M40	22	0:46:27	14:38 *	15:16 *	16:23	4:38 min/km
211	3451	Baum Prof. Dr. Klaus	Trainingsinstitut	0:46:20	1956 M55	9	0:46:38	14:55 *	15:27 *	15:58	4:38 min/km
212	3489	Ewert Stefan	KSK Köln	0:46:21	1977 M35	32	0:46:27	14:34 *	15:37 *	16:09	4:38 min/km
213	120	Buehner Jens	Currere humanum est	0:46:22	1975 M40	23	0:46:49	14:41 *	15:31 *	16:09	4:38 min/km
214	3811	Von Baeyer Richard	*Köln	0:46:25	1967 M45	26	0:46:58	15:31 *	15:14 *	15:39	4:39 min/km
215	293	Eckermann Lutz	Heart Team Bonn	0:46:28	1962 M50	19	0:46:40	14:40 *	15:31 *	16:16	4:39 min/km
216	93	Wiemer Maximilian	Feuerwehr Lohmar	0:46:30	1986 M20	51	0:46:41	15:01 *	15:38 *	15:50	4:39 min/km
217	355	Nowak Jannik	*Köln	0:46:31	1994 M20	52	0:46:42	14:33 *	15:20 *	16:37	4:39 min/km
218	2545	Vathke Dominik	LT DSHS Köln	0:46:31	1988 M20	53	0:46:58	15:25 *	15:21 *	15:44	4:39 min/km
219	3813	Schäffer Moritz	*Köln	0:46:32	1988 M20	54	0:46:57	14:53 *	15:29 *	16:10	4:39 min/km
220	144	Deuß Johannes	*Köln	0:46:33	1995 M20	55	0:46:54	14:45 *	15:19 *	16:28	4:39 min/km
221	2580	Kuhn Marko		0:46:33	1971 M40	24	0:46:59	14:45 *	15:41 *	16:06	4:39 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 5

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

222	90	Hagemann Björn	*Bockenem	0:46:35	1976 M35	33	0:46:48	14:37 *	15:31 *	16:26	4:40 min/km
223	127	Blümel Felix	Wir laufen für unsere	0:46:40	2002 MU14	1	0:47:09	14:40 *	15:18 *	16:40	4:40 min/km
224	3447	Moschenski Vladyslav	FC Hennef 05	0:46:43	1997 MU20	12	0:47:05	14:53 *	15:32 *	16:17	4:40 min/km
225	292	Masseli Franz	Heart Team Bonn	0:46:44	1982 M30	39	0:46:51	15:04 *	16:00 *	15:39	4:40 min/km
226	242	Tinnefeld Christian	*Köln	0:46:49	1985 M30	40	0:47:20	15:18 *	15:30 *	16:01	4:41 min/km
227	244	Heimrich Lukas	*Köln	0:46:49	1996 MU20	13	0:47:04	15:55 *	15:54 *	14:59	4:41 min/km
228	409	Steinbach Ulf	Köln läuft!	0:46:49	1975 M40	25	0:47:14	15:06 *	15:22 *	16:20	4:41 min/km
229	175	Engels Malte	Sonntagsläufer	0:46:50	1968 M45	27	0:47:16	15:05 *	15:37 *	16:07	4:41 min/km
230	164	Pfennig Daniel	*Köln	0:46:55	1986 M20	56	0:47:24	15:40 *	15:39 *	15:35	4:42 min/km
231	163	Schlieben Oliver	*Köln	0:46:55	1987 M20	57	0:47:23	15:41 *	15:38 *	15:35	4:42 min/km
232	23	Thiemermann Norbert	Team Erdinger Alkoholfrei	0:46:55	1963 M50	20	0:47:08	14:56 *	15:32 *	16:26	4:42 min/km
233	146	Hedemann Kai	*Köln	0:46:56	1987 M20	58	0:47:15	15:08 *	15:35 *	16:12	4:42 min/km
234	145	Vogel Jörg	*köln	0:46:56	1969 M45	28	0:47:06	14:54 *	15:41 *	16:21	4:42 min/km
235	174	Schwabe Bernd	Sonntagsläufer	0:46:58	1956 M55	10	0:47:26	15:19 *	15:35 *	16:03	4:42 min/km
236	282	Handke Max	*Köln	0:47:00	1994 M20	59	0:47:23	15:24 *	15:33 *	16:01	4:42 min/km
237	333	Hoffmann Jonas	*Köln	0:47:00	1995 M20	60	0:47:23	15:24 *	15:34 *	16:01	4:42 min/km
238	328	Gindorff Moritz	*Köln	0:47:01	1992 M20	61	0:47:28	15:24 *	15:21 *	16:14	4:42 min/km
239	245	Rehbein Lars	*Göttingen	0:47:02	1995 M20	62	0:47:25	15:31 *	15:30 *	16:00	4:42 min/km
240	310	Gharavi Vahid	*Köln	0:47:06	1981 M30	41	0:47:15	14:39 *	15:54 *	16:32	4:43 min/km
241	3462	Court Jürgen	KHTC BW Köln	0:47:07	1961 M50	21	0:47:34	15:49 *	15:14 *	16:03	4:43 min/km
242	339	Mönnink Mats	*Köln	0:47:07	1996 MU20	14	0:47:31	15:24 *	15:35 *	16:08	4:43 min/km
243	251	Petersmann Sebastian	*Köln	0:47:13	1982 M30	42	0:47:27	15:21 *	15:42 *	16:09	4:43 min/km
244	216	Fries Trutz	*Köln	0:47:16	1975 M40	26	0:47:54	15:50 *	15:34 *	15:51	4:44 min/km
245	61	Dowidat Maik	BroRunners	0:47:16	1973 M40	27	0:47:42	14:52 *	15:30 *	16:54	4:44 min/km
246	3443	Lego Mathias	*Düsseldorf	0:47:20	1993 M20	63	0:47:42	15:49 *	15:52 *	15:39	4:44 min/km
247	338	Leibfried Lukas	*Köln	0:47:26	1996 MU20	15	0:47:53	15:25 *	15:23 *	16:36	4:45 min/km
248	264	Rohner Marc	Heart Team Bonn	0:47:27	1979 M35	34	0:47:34	14:44 *	15:43 *	16:59	4:45 min/km
249	379	Struck Hans-Martin	BSG RheinEnergie	0:47:28	1962 M50	22	0:48:01	15:23 *	15:38 *	16:26	4:45 min/km
250	303	Behme Nick	*Mönchengladbach	0:47:29	1996 MU20	16	0:47:45	14:37 *	15:43 *	17:08	4:45 min/km
251	2621	Becker Frederik		0:47:30	1996 MU20	17	0:47:51	14:53 *	15:33 *	17:03	4:45 min/km
252	160	Horst Ingo	XTrail-Aktiv	0:47:31	1964 M50	23	0:48:03	15:23 *	16:00 *	16:06	4:45 min/km
253	159	Köper Johannes	XTrail-Aktiv	0:47:32	1974 M40	28	0:48:03	15:24 *	16:00 *	16:07	4:45 min/km
254	107	Strube Thomas	Justiz NRW	0:47:34	1976 M35	35	0:47:38	14:42 *	16:02 *	16:49	4:45 min/km
255	79	Knipprath Christoph	*Köln	0:47:36	1980 M35	36	0:48:06	15:37 *	15:38 *	16:20	4:46 min/km
256	2509	Bartmann Kosta		0:47:36	1977 M35	37	0:48:04	14:48 *	15:47 *	17:00	4:46 min/km
257	70	Torromacco Nicola Fabio	*Koeln	0:47:38	1982 M30	43	0:48:02	15:46 *	15:52 *	15:58	4:46 min/km
258	324	Jansen Dr. Philipp	*Köln	0:47:42	1979 M35	38	0:48:06	15:45 *	15:39 *	16:18	4:46 min/km
259	273	Lodemann Tim	*Köln	0:47:42	1984 M30	44	0:48:00	15:19 *	15:44 *	16:38	4:46 min/km
260	3817	Zahn Artur	*Niederkassel	0:47:42	1992 M20	64	0:55:07	15:19 *	16:05 *	16:18	4:46 min/km
261	150	Brzezinski Rafael	MILA	0:47:44	1986 M20	65	0:48:03	15:52 *	15:48 *	16:02	4:46 min/km
262	2626	Bast Thorsten	LG Hilden	0:47:44	1977 M35	39	0:48:13	15:01 *	16:30 *	16:12	4:46 min/km
263	284	Helme Thomas	BSG Beitragsservice	0:47:44	1993 M20	66	0:47:46	14:16 *	16:18 *	17:09	4:46 min/km
264	272	Fischer Maik	*Köln	0:47:44	1978 M35	40	0:48:03	15:19 *	15:44 *	16:41	4:46 min/km
265	275	Schölzke Patrik	Deutsche	0:47:46	1986 M20	67	0:48:07	14:51 *	15:59 *	16:55	4:47 min/km
266	357	Grimm Nils-Oliver	*Hürth	0:47:46	1996 MU20	18	0:55:06	15:23 *	16:05 *	16:17	4:47 min/km
267	202	Bentler Robinson	*Bonn	0:47:46	1993 M20	68	0:48:07	14:51 *	15:59 *	16:55	4:47 min/km
268	3460	Schmidt Julius	*Remscheid	0:47:49	1995 M20	69	0:48:13	15:25 *	15:34 *	16:50	4:47 min/km
269	3810	Wagner Jonas	*Breitenau	0:47:50	1994 M20	70	0:48:13	15:25 *	15:34 *	16:50	4:47 min/km
270	288	Steinbusch Thomas	Fronrunners Cologne	0:47:51	1968 M45	29	0:48:01	15:04 *	15:49 *	16:56	4:47 min/km
271	413	Funk Kay	Köln läuft	0:47:51	1970 M45	30	0:48:11	15:33 *	15:53 *	16:23	4:47 min/km
272	46	Ziese Ralf	*Bonn	0:48:03	1962 M50	24	0:48:29	16:15 *	16:15 *	15:33	4:48 min/km
273	258	Djalmpour Syrus	SC08Elsdorf	0:48:06	1965 M50	25	0:48:23	14:56 *	15:55 *	17:14	4:49 min/km
274	170	Wellm Felix	*Hennef	0:48:07	1998 MU18	5	0:48:26	14:57 *	16:01 *	17:07	4:49 min/km
275	192	Birkenfeld Gero	SV Bayer 08	0:48:07	1972 M40	29	0:48:27	15:33 *	15:53 *	16:40	4:49 min/km
276	318	Hermenau Matthias	*Köln	0:48:08	1996 MU20	19	0:48:37	15:29 *	15:33 *	17:05	4:49 min/km
277	3481	Steinbrenner Jan	*Köln	0:48:09	1996 MU20	20	0:48:38	15:29 *	15:33 *	17:07	4:49 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 6

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

278	243	Otto Achim	SC Janus - Fronrunner	0:48:11	1964 M50	26	0:48:20	14:47 *	16:18 *	17:06	4:49 min/km
279	233	Eddy HENRION	ssv gemund	0:48:25	1960 M55	11	0:48:34	15:04 *	16:05 *	17:16	4:51 min/km
280	3189	Steckel Manfred	TriathlonSteckelCologne	0:48:28	1955 M60	3	0:49:02	16:36 *	15:47 *	16:04	4:51 min/km
281	308	Schwartz Dieter	*Köln	0:48:31	1959 M55	12	0:48:59	16:02 *	15:56 *	16:32	4:51 min/km
282	207	Nacke Andreas	*Köln	0:48:32	1984 M30	45	0:48:57	14:45 *	16:03 *	17:42	4:51 min/km
283	205	Rojahn Daniel	*Köln	0:48:36	1979 M35	41	0:48:56	15:37 *	16:03 *	16:55	4:52 min/km
284	206	Baehr Sergej	*Hürth	0:48:37	1991 M20	71	0:48:56	15:40 *	16:01 *	16:55	4:52 min/km
285	203	Dluhosch Tobias	*Monheim am Rhein	0:48:37	1995 M20	72	0:48:56	15:38 *	16:03 *	16:55	4:52 min/km
286	323	Hipper Markus	*Köln	0:48:39	1994 M20	73	0:49:03	15:45 *	16:13 *	16:40	4:52 min/km
287	96	Vogels Prof. Dr. Tim	*Köln	0:48:39	1966 M45	31	0:49:17	15:48 *	16:04 *	16:47	4:52 min/km
288	2365	Miguez Felipe	*köln	0:48:43	1993 M20	74	0:49:12	15:57 *	15:58 *	16:48	4:52 min/km
289	178	Weiß Ingolf	Sonntagsläufer	0:48:49	1967 M45	32	0:49:16	15:06 *	16:15 *	17:27	4:53 min/km
290	184	Ripp Dieter	VTC Köln	0:48:50	1956 M55	13	0:49:07	15:54 *	16:12 *	16:44	4:53 min/km
291	3434	Mauel Mark	Köln läuft	0:48:51	1970 M45	33	0:49:16	15:47 *	16:21 *	16:42	4:53 min/km
292	229	Frühling Johann	*Köln	0:48:55	1996 MU20	21	0:48:59	15:14 *	16:45 *	16:56	4:54 min/km
293	230	Rappelt Ludwig	*Köln	0:49:00	1997 MU20	22	0:49:04	15:13 *	16:45 *	17:01	4:54 min/km
294	300	Thomeczek Dr. Christian	*Berg.-Gladbach	0:49:00	1957 M55	14	0:49:19	15:05 *	16:24 *	17:31	4:54 min/km
295	3439	Antoni Tobias	*Köln	0:49:12	1994 M20	75	0:49:39	15:38 *	15:40 *	17:53	4:55 min/km
296	2596	Mußemann Sebastian		0:49:15	1994 M20	76	0:49:30	14:59 *	16:12 *	18:03	4:56 min/km
297	1782	Leicht Mario	*Ehrenfeld	0:49:16	1992 M20	77	0:49:38	15:32 *	16:30 *	17:13	4:56 min/km
298	2597	Dürscheid Tobias		0:49:16	1991 M20	78	0:49:31	14:59 *	16:12 *	18:04	4:56 min/km
299	241	Rech David	*Köln	0:49:23	1995 M20	79	0:49:45	15:33 *	16:29 *	17:20	4:56 min/km
300	3487	Riethdorf Malte	*Köln	0:49:25	1989 M20	80	0:49:56	15:45 *	16:52 *	16:47	4:57 min/km
301	381	Rupenyan Shavarsh	Kieser Training	0:49:27	1967 M45	34	0:50:02	15:51 *	16:14 *	17:21	4:57 min/km
302	299	Ruschhaupt Mano	*Köln	0:49:28	1996 MU20	23	0:49:41	15:58 *	16:27 *	17:02	4:57 min/km
303	185	Gam Björn	Herr	0:49:28	1976 M35	42	0:49:35	15:45 *	16:29 *	17:14	4:57 min/km
304	3476	Selvanera Marco	*köln	0:49:28	1980 M35	43	0:49:56	15:57 *	16:28 *	17:03	4:57 min/km
305	1937	Linnartz Sven	DLRG Hürth	0:49:32	1972 M40	30	0:50:03	15:29 *	16:24 *	17:39	4:57 min/km
306	354	Keuenhof Frank	*Köln	0:49:37	1965 M50	27	0:50:10	16:48 *	16:24 *	16:24	4:58 min/km
307	12	Katzwinkel Peter	ASV-Köln	0:49:39	1968 M45	35	0:50:14	16:23 *	16:19 *	16:56	4:58 min/km
308	3484	Eversberg Arndt	*Köln	0:49:40	1962 M50	28	0:50:12	16:05 *	16:24 *	17:10	4:58 min/km
309	99	Beuscher Armin	Laktatkönige	0:49:43	1958 M55	15	0:49:51	15:39 *	16:36 *	17:27	4:58 min/km
310	296	Frantzen Frank	Ski Club Blau Rot	0:49:47	1958 M55	16	0:50:19	16:25 *	16:32 *	16:49	4:59 min/km
311	360	Heuer Michael	*Köln	0:49:48	1964 M50	29	0:50:19	16:27 *	16:31 *	16:49	4:59 min/km
312	25	Steffens Jörg	*Köln	0:49:54	1971 M40	31	0:49:58	15:37 *	16:57 *	17:20	4:59 min/km
313	43	Fischbach Felix	*Bonn	0:49:56	1985 M30	46	0:50:09	15:40 *	16:46 *	17:29	4:60 min/km
314	374	Thorausch Nathanael	LT DSHS Köln	0:49:58	2002 MU14	2	0:50:29	16:27 *	17:09 *	16:20	4:60 min/km
315	3471	Müller Jürgen	Fronrunner Cologne	0:49:58	1959 M55	17	0:50:35	16:23 *	16:29 *	17:05	4:60 min/km
316	267	Weber Marcel	Heart Team Bonn	0:49:59	1983 M30	47	0:50:09	15:37 *	16:33 *	17:48	4:60 min/km
317	266	Beiert Thomas	Heart Team Bonn	0:50:00	1986 M20	81	0:50:09	15:27 *	16:44 *	17:47	5:00 min/km
318	265	Horlbeck Fritz	Heart Team Bonn	0:50:00	1977 M35	44	0:50:09	15:38 *	16:32 *	17:49	5:00 min/km
319	41	Prieß Frank	*Pulheim	0:50:08	1966 M45	36	0:50:21	16:00 *	16:48 *	17:19	5:01 min/km
320	2550	Holzgreve Dennis		0:50:19	1979 M35	45	0:50:35	15:53 *	16:54 *	17:30	5:02 min/km
321	2576	Nerl Jonas		0:50:27	1975 M40	32	0:50:37	15:45 *	17:33 *	17:09	5:03 min/km
322	11	Hesseler Carlo	SV Hellas Siegburg	0:50:30	1974 M40	33	0:50:58	16:13 *	17:11 *	17:04	5:03 min/km
323	210	Kebekus Christian	*Köln	0:50:35	1983 M30	48	0:51:01	16:52 *	16:40 *	17:01	5:04 min/km
324	3449	Kahsnitz Stephan	*Köln	0:51:05	1982 M30	49	0:51:34	15:45 *	17:07 *	18:11	5:07 min/km
325	2604	Roden Peter	Kyra 2015	0:51:12	1963 M50	30	0:51:36	16:05 *	17:26 *	17:39	5:07 min/km
326	188	Langensiepen Dr. Günter	laktatkönige Köln	0:51:23	1946 M65	1	0:51:57	16:42 *	17:00 *	17:41	5:08 min/km
327	3440	Zanther Christian	*Frechen	0:51:23	1977 M35	46	0:51:54	16:32 *	17:03 *	17:47	5:08 min/km
328	180	Dollmaier Joerg	*Utrecht	0:51:28	1975 M40	34	0:52:03	16:38 *	17:09 *	17:41	5:09 min/km
329	348	Braun Alexander	FC Deutsche Post	0:51:30	1978 M35	47	0:51:35	15:37 *	16:59 *	18:53	5:09 min/km
330	121	Hudson Lee	Field Runners	0:51:32	1978 M35	48	0:52:03	16:03 *	17:21 *	18:07	5:09 min/km
331	397	Buron Sebastian	RUNNERS POINT RUN	0:51:34	1982 M30	50	0:52:03	15:58 *	16:42 *	18:53	5:09 min/km
332	301	Gierling Reinhard	*Pulheim	0:51:44	1961 M50	31	0:52:18	16:40 *	17:09 *	17:55	5:10 min/km
333	64	Brüggemann Timo	*Köln	0:52:13	1984 M30	51	0:52:40	16:54 *	17:24 *	17:54	5:13 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Männer

Seite 7

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

334	3465	Schwenk Lukas	*Köln	0:52:31	1985 M30	52	0:52:57	16:55 *	17:24 *	18:12	5:15 min/km
335	40	Djamalpour Darius	Team Erdinger Alkoholfrei	0:53:00	1964 M50	32	0:53:10	16:14 *	17:23 *	19:22	5:18 min/km
336	2588	Pranzich Marian		0:53:18	1952 M60	4	0:53:44	16:24 *	18:00 *	18:52	5:20 min/km
337	177	Scholz Günter	Sonntagsläufer	0:53:27	1960 M55	18	0:53:54	16:03 *	17:55 *	19:29	5:21 min/km
338	2602	Kester Marzari	TSV Dieringhausen	0:54:18	1969 M45	37	0:54:52	18:06 *	17:57 *	18:14	5:26 min/km
339	118	Martin Hautzel	1. Fc Lias Leo	0:54:44	1975 M40	35	0:55:16	17:16 *	18:16 *	19:11	5:28 min/km
340	2555	Pankhania Kanti		0:56:16	1960 M55	19	0:56:48	17:15 *	18:48 *	20:11	5:38 min/km

# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Frauen

Seite 8

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

Total.	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	AK-Platz	Bruttozeit	Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	271	Gaus Nadja	ASV Köln	0:37:31	1983 W30	1	0:37:33	11:54 * 12:29 * 13:07	3:45 min/km
2	365	Rüdiger Stefanie	Sonntagsgurken	0:39:34	1992 W20	1	0:39:44	12:50 * 13:07 * 13:36	3:57 min/km
3	106	Walter Verena	Iserlohner Tri Team	0:40:29	1981 W30	2	0:40:33	12:45 * 13:27 * 14:17	4:03 min/km
4	191	Jäger Ronja	LT DSHS Köln	0:40:59	1989 W20	2	0:41:12	13:53 * 13:25 * 13:40	4:06 min/km
5	380	Drumm-Becker Sabine	Kieser Training	0:41:15	1967 W45	1	0:41:19	13:23 * 13:48 * 14:03	4:08 min/km
6	373	Willnauer Lisa	SG TÜV Rheinland	0:42:30	1986 W20	3	0:42:46	14:08 * 13:57 * 14:24	4:15 min/km
7	2618	Hinte Franziska	Bunert - der Kölner	0:42:37	1996 WU20	1	0:42:56	13:58 * 14:00 * 14:39	4:16 min/km
8	400	Zunker Sandra	RUNNERS POINT RUN	0:42:53	1993 W20	4	0:43:13	14:24 * 14:01 * 14:27	4:17 min/km
9	405	Ganßmann Julia	Köln läuft!	0:43:09	1982 W30	3	0:43:14	14:03 * 14:17 * 14:48	4:19 min/km
10	402	Höflich Jana	RUNNERS POINT RUN	0:43:33	1988 W20	5	0:43:53	14:11 * 14:26 * 14:56	4:21 min/km
11	393	Ern Janett	RUNNERS POINT RUN	0:43:46	1985 W30	4	0:44:05	14:55 * 14:26 * 14:24	4:23 min/km
12	27	Kaufmann Annika	Witzhelden Runners	0:43:47	1988 W20	6	0:43:49	13:55 * 14:41 * 15:09	4:23 min/km
13	3807	Kelp Jule	Alfterer SC	0:44:04	2003 WU14	1	0:44:16	14:46 * 14:51 * 14:26	4:24 min/km
14	128	Laskey Nina	KHTC Blau-Weiss	0:44:13	1977 W35	1	0:44:28	14:07 * 14:39 * 15:25	4:25 min/km
15	256	Rockenhäuser Lisa-Marie	*Köln	0:44:13	1992 W20	7	0:44:25	14:13 * 14:46 * 15:13	4:25 min/km
16	116	Heinke Suzi	Suzis Rennstall Köln	0:44:17	1978 W35	2	0:44:35	14:34 * 14:38 * 15:04	4:26 min/km
17	190	Lüchtfeld Alice	Bunert - Der Kölner	0:44:19	1992 W20	8	0:44:32	14:23 * 14:46 * 15:09	4:26 min/km
18	329	Löffler Thea	*Köln	0:44:24	1996 WU20	2	0:44:46	15:25 * 14:52 * 14:07	4:26 min/km
19	237	Schmid Julia	ASV Köln	0:44:37	1978 W35	3	0:44:49	14:17 * 14:46 * 15:33	4:28 min/km
20	2573	De Vries Antje		0:44:42	1984 W30	5	0:45:03	14:22 * 14:54 * 15:26	4:28 min/km
21	166	Henneken Claudia Maria	SSC Köln	0:44:56	1985 W30	6	0:45:13	14:59 * 15:17 * 14:39	4:30 min/km
22	63	Schulz Alexa	Triathlon Team Buxtehude	0:45:11	1972 W40	1	0:45:14	14:21 * 15:04 * 15:46	4:31 min/km
23	151	Kösler Daniela	XTrail-Aktiv	0:45:16	1977 W35	4	0:45:48	14:36 * 15:05 * 15:34	4:32 min/km
24	156	Hohmann Tanja	XTrail-Aktiv	0:45:21	1979 W35	5	0:45:29	14:16 * 15:10 * 15:54	4:32 min/km
25	98	Giesenkirchen Barbara	*Köln	0:45:23	1989 W20	9	0:45:33	14:37 * 15:05 * 15:39	4:32 min/km
26	152	Kontio Anja	XTrail-Aktiv	0:45:28	1977 W35	6	0:45:37	14:22 * 15:09 * 15:57	4:33 min/km
27	341	Smeding-Terveer Maike	Bunert - Der Kölner	0:45:30	1991 W20	10	0:45:48	14:26 * 15:15 * 15:48	4:33 min/km
28	16	Feldman Yuliya	*Köln	0:46:10	1976 W35	7	0:46:25	15:00 * 15:20 * 15:49	4:37 min/km
29	171	Rehfeldt Christina	*Köln	0:46:16	1984 W30	7	0:46:41	15:49 * 15:24 * 15:02	4:38 min/km
30	62	Stiller-Unruh Tabea	LAUFMAMALAUFL	0:46:33	1981 W30	8	0:46:46	14:54 * 15:12 * 16:26	4:39 min/km
31	3818	Stickel-Zimmermann	mas training	0:46:41	1968 W45	2	0:46:54	14:55 * 15:30 * 16:16	4:40 min/km
32	187	Severiens Julia	Sonntagsgurken	0:46:50	1985 W30	9	0:47:02	15:03 * 15:46 * 16:01	4:41 min/km
33	123	Hacker Stefanie	*Köln	0:46:55	1978 W35	8	0:47:01	15:08 * 15:52 * 15:54	4:42 min/km
34	3464	Zündorf Sigrid	TV Refrath	0:47:01	1965 W50	1	0:47:28	15:57 * 15:21 * 15:43	4:42 min/km
35	232	Lupino Chiara	*Köln	0:47:06	1990 W20	11	0:47:11	15:05 * 15:50 * 16:10	4:43 min/km
36	281	Becker Christine	FC Keldenich	0:47:12	1979 W35	9	0:47:19	15:04 * 15:46 * 16:21	4:43 min/km
37	195	Berikoven Jenny	Fc Keldenich	0:47:13	1986 W20	12	0:47:19	15:04 * 15:46 * 16:21	4:43 min/km
38	415	Weber Natalie	Köln läuft	0:47:14	1974 W40	2	0:47:22	15:45 * 15:53 * 15:35	4:43 min/km
39	306	Schwarz Denise	MAS-Training	0:47:34	1978 W35	10	0:47:47	14:53 * 15:52 * 16:48	4:45 min/km
40	367	Rech-Heider Monika	*Köln	0:47:36	1969 W45	3	0:48:10	15:10 * 15:42 * 16:43	4:46 min/km
41	51	Raven Dr. Hanna	LAUFMAMALAUFL	0:47:43	1980 W35	11	0:47:58	15:02 * 15:53 * 16:47	4:46 min/km
42	369	Labisch Stephanie		0:47:44	1990 W20	13	0:48:09	15:48 * 15:39 * 16:16	4:46 min/km
43	69	Mencke Heike	*Köln	0:48:25	1981 W30	10	0:48:42	15:31 * 16:08 * 16:45	4:51 min/km
44	392	Schäfer Judith	RUNNERS POINT RUN	0:48:28	1987 W20	14	0:48:50	14:53 * 15:46 * 17:48	4:51 min/km
45	368	Meibeck Anja	*Köln	0:48:28	1971 W40	3	0:49:02	15:14 * 15:57 * 17:17	4:51 min/km
46	109	Cremer Michaela	*Bergisch Gladbach	0:48:33	1972 W40	4	0:48:47	15:59 * 15:53 * 16:40	4:51 min/km
47	3480	Jury Hannah	*Aachen	0:48:45	1995 W20	15	0:49:11	15:49 * 16:06 * 16:49	4:53 min/km
48	3479	Ross Fenella	*Aachen	0:48:45	1995 W20	16	0:49:11	15:49 * 16:06 * 16:49	4:53 min/km
49	3477	Künkler Kerstin	*Limbach	0:48:48	1966 W45	4	0:49:17	15:53 * 16:02 * 16:52	4:53 min/km
50	147	Brück Judith	*Bergisch Gladbach	0:49:08	1987 W20	17	0:49:22	15:59 * 16:04 * 17:04	4:55 min/km
51	260	Probst Felicitas	Heart Team Bonn	0:49:16	1977 W35	12	0:49:23	15:36 * 16:17 * 17:23	4:56 min/km
52	240	Breitkopf Annika	DSHS Köln	0:50:16	1997 WU20	3	0:50:34	15:31 * 16:53 * 17:52	5:02 min/km
53	157	Schmitz Katharina	XTrail-Aktiv	0:50:22	1984 W30	11	0:50:53	15:44 * 16:53 * 17:44	5:02 min/km



# Kölner Nikolauslauf am 6. Dezember 2015 - 10km Toplauf

## Ergebnisliste Frauen

Seite 9

gedruckt 07.12.2015 23:37:05

54	3470	Berger Janka	*Köln	0:50:27	1995 W20	18	0:50:44	15:36 *	17:03 *	17:48	5:03 min/km
55	3454	Horstmann Andrea	*Frechen	0:50:58	1966 W45	5	0:51:27	16:20 *	16:49 *	17:48	5:06 min/km
56	3802	Lemberg Paula	*Mülheim	0:50:59	1996 WU20	4	0:51:14	16:42 *	17:06 *	17:10	5:06 min/km
57	222	Schnelle Nathalie	Grenzenloser-Sportverein	0:51:16	1978 W35	13	0:51:27	15:46 *	17:09 *	18:20	5:08 min/km
58	359	Frey Silke	*Köln	0:51:25	1996 WU20	5	0:51:46	17:27 *	16:34 *	17:24	5:09 min/km
59	161	Huber Anna	*Köln	0:51:38	1992 W20	19	0:52:08	16:28 *	17:18 *	17:52	5:10 min/km
60	68	Salentin Eva	*Brühl	0:51:48	1976 W35	14	0:52:05	16:38 *	17:09 *	18:00	5:11 min/km
61	302	Schwarzer Janina	*Lüdenscheid	0:52:00	1996 WU20	6	0:52:14	16:44 *	17:06 *	18:10	5:12 min/km
62	13	Wandel Rosine	Die leichtfüßigen Vier	0:52:20	1968 W45	6	0:52:56	17:38 *	16:59 *	17:42	5:14 min/km
63	268	Wanning Annalena	Mach3	0:52:21	1987 W20	20	0:52:47	16:47 *	17:08 *	18:25	5:14 min/km
64	2595	Bruns Alexandra		0:52:40	1996 WU20	7	0:52:54	16:44 *	17:06 *	18:49	5:16 min/km
65	122	Safarowsky Nicole	ASV Köln	0:53:04	1978 W35	15	0:53:16	17:07 *	17:40 *	18:16	5:18 min/km
66	3272	Kranast Ute	Tennisclub Lese	0:53:48	1965 W50	2	0:54:00	16:13 *	18:49 *	18:45	5:23 min/km
67	19	Seliniotakis Nadine Diana	*Köln	0:55:10	1979 W35	16	0:55:22	17:10 *	18:19 *	19:40	5:31 min/km
68	2096	Hämmerling Claudia	*Köln	0:55:12	1981 W30	12	0:55:28	16:51 *	18:34 *	19:46	5:31 min/km