

# 10km-Lauf - Gesamtwertung

meine Insel Lauf - Norderney - 13. Juli 2019

## Männer

Platz	Startnr	Name	Verein*/Ort	Gesamt	Netto	AK-Pl	AK	Jahr	Runden
1	1109	Valentin David	LG Olympia Dortmund	0:32:35	0:32:35	1	MU23	97	0:15:56 * 0:16:38
2	803	Chrobok DR David	*Münster	0:35:52	0:35:51	1	M30	87	0:17:52 * 0:17:59
3	1008	Grigat Holger	MTV Aurich	0:36:54	0:36:54	1	M45	73	0:17:57 * 0:18:56
4	963	Assmann Ingo	LC Solbad Ravensberg	0:37:39	0:37:38	1	M40	79	0:18:30 * 0:19:08
5	878	Seitz Jonas	*Gevelsberg	0:38:15	0:38:08	1	MU20	00	0:19:51 * 0:18:16
6	50	Korte Jens	LSF-Münster	0:38:29	0:38:27	1	M50	69	0:19:13 * 0:19:13
7	860	Nietfeld York	*Grafschaft	0:38:34	0:38:32	2	M45	73	0:19:14 * 0:19:17
8	962	Glennemeier Kai	LC Paderborn	0:39:28	0:39:26	2	MU20	01	0:19:57 * 0:19:29
9	981	Post Simon	LSF Oldenburg	0:39:29	0:39:29	2	M30	88	0:20:00 * 0:19:29
10	1064	Klinkenberg jun. Enno	TV Norden	0:39:54	0:39:51	1	M35	84	0:19:59 * 0:19:52
11	1045	Bruns Christian	TSR Olympia Wilhelmshaven	0:40:06	0:40:03	2	M35	80	0:20:23 * 0:19:40
12	898	Zeremichael Berhe	*Norderney	0:40:13	0:40:11	3	M35	82	0:19:22 * 0:20:48
13	1078	Lückerath Michael		0:40:36	0:40:21	1	MU18	02	0:20:30 * 0:19:50
14	1051	Salverius Kay	TuS Norderney	0:40:47	0:40:46	4	M35	84	0:20:00 * 0:20:45
15	1116	Plumeyer Lars	Judo-Club Emden	0:41:07	0:41:04	3	M45	72	0:20:10 * 0:20:53
16	1029	Deiters Christoph	Ski Club Rheine	0:41:21	0:41:19	5	M35	84	0:19:43 * 0:21:35
17	1050	Heckel Maximilian	TuS Borgloh	0:42:50	0:42:46	2	MU18	02	0:21:09 * 0:21:37
18	1963	Kreuzer Dieter	Eintracht Delmenhorst	0:42:53	0:42:52	1	M55	63	0:21:04 * 0:21:47
19	1049	Heckel Markus	TuS Borgloh	0:43:02	0:43:00	2	M40	77	0:21:09 * 0:21:50
20	1042	Arkenau Caspar-Sebastian	Team PARI RunAIR	0:43:24	0:43:20	3	M40	75	0:21:05 * 0:22:15
21	992	Enns Waldemar	Lübbecker Berglöwen	0:43:30	0:43:29	2	M50	67	0:21:51 * 0:21:38
22	1047	Katzer Mathias	TuS Altenberge e. V	0:43:31	0:43:24	4	M45	74	0:21:30 * 0:21:54
23	1028	Homann Karsten	SG Stern Bremen	0:43:33	0:43:29	3	M50	68	0:21:32 * 0:21:57
24	886	Thies Björn	*Wagenhoff	0:43:36	0:43:33	3	M30	87	0:22:05 * 0:21:27
25	884	Stroeve Heinz	*Emlichheim	0:44:12	0:44:11	1	M70	49	0:21:45 * 0:22:25
26	1904	Dziambor Jochen	Skiclub Königsblau e.V.	0:44:18	0:44:17	4	M50	65	0:21:46 * 0:22:31
27	801	Bakker Holger	*Emden	0:44:20	0:44:10	6	M35	81	0:23:09 * 0:21:00
28	920	Hauke Jürgen	CLAAS	0:44:26	0:44:22	5	M45	70	0:21:47 * 0:22:34
29	1108	Lammering Jasper	FC Schütthorff 09	0:44:35	0:44:28	1	MHK	96	0:22:26 * 0:22:02
30	961	Landwehr Werner	LC Nordhorn	0:44:47	0:44:47	5	M50	68	0:00:00 * 0:00:00
31	814	Dragon Alexander	*Köln	0:44:51	0:44:35	4	M40	78	0:22:45 * 0:21:50
32	906	Faßbender Christian	ASV Köln Triathlon	0:44:55	0:44:51	6	M45	72	0:21:59 * 0:22:52
33	817	Gose Matthias	*Buxtehude	0:45:20	0:45:19	7	M35	82	0:22:05 * 0:23:14
34	1073	Verlage Daniel	Marathon Ibbenbüren	0:45:22	0:44:59	5	M40	79	0:23:33 * 0:21:26
35	444	Wagner Andreas	Marathon Soest e.V.	0:45:26	0:45:18	4	M30	88	0:21:57 * 0:23:21
36	1095	Ißelhorst Christian		0:45:45	0:45:42	8	M35	84	0:23:08 * 0:22:33
37	1026	Wolff Markus	SC Altenrheine	0:45:48	0:45:45	7	M45	74	0:22:28 * 0:23:16
38	1105	Herz Christian		0:45:51	0:45:28	5	M30	86	0:22:59 * 0:22:29
39	996	Luetkemeier Henning	Lübbecker Berglöwen	0:45:54	0:45:52	6	M50	68	0:22:52 * 0:23:00
40	819	Grunow Jan	*Halbmond	0:45:58	0:45:52	6	M40	75	0:22:57 * 0:22:54
41	988	Giezel Thomas	LT TuS Aurich-Ost	0:45:59	0:45:51	7	M40	75	0:22:41 * 0:23:10
42	1014	Alexander Henneberg	Papas Krieger	0:46:00	0:45:54	8	M45	71	0:22:38 * 0:23:16
43	1041	Wichner Thomas	Team Gehrs	0:46:05	0:46:01	8	M40	76	0:22:19 * 0:23:41
44	1076	Rutkowski Timo	DSC Wanne Eickel Judo	0:46:06	0:45:54	6	M30	86	0:21:59 * 0:23:54
45	910	Theis Frank	Blue-White-Dynamite	0:46:07	0:46:00	2	M55	64	0:23:03 * 0:22:57
46	815	Gerdas Christian	*Norden	0:46:20	0:46:15	7	M30	87	0:23:17 * 0:22:58
47	1035	Brinker Tim	SV Bawinkel	0:46:30	0:46:23	9	M35	83	0:23:51 * 0:22:31
48	1006	De Wall Michael	MTV Aurich	0:46:31	0:46:24	7	M50	69	0:23:37 * 0:22:46
49	843	Krause Philipp	*Weener	0:46:32	0:46:28	10	M35	82	0:23:01 * 0:23:27
50	828	Kajüter Burkhard	*Emsbüren	0:46:41	0:46:39	8	M50	66	0:23:09 * 0:23:29
51	10	Aus der Wieschen Anik	*Jever	0:46:50	0:46:47	9	M40	79	0:23:13 * 0:23:34
52	926	Teuber Julian	DLRG Mettingen e.V.	0:46:50	0:46:40	2	MHK	91	0:22:54 * 0:23:46
53	1079	Krämer Sven	Eisern Union	0:46:51	0:46:45	11	M35	80	0:23:13 * 0:23:31
54	896	Willers Christian	*Edeweicht	0:46:55	0:46:50	10	M40	76	0:23:04 * 0:23:46
55	1100	Becker Marcel		0:46:56	0:46:54	12	M35	82	0:23:21 * 0:23:33
56	918	Nietfeld- Yasar Yusuf	Burgläufer Dinklage	0:47:13	0:47:04	11	M40	77	0:23:11 * 0:23:52
57	1101	Pagel Patrick	SC Westermohe	0:47:14	0:47:10	13	M35	83	0:23:15 * 0:23:55
58	820	Gruyters Niklas	*Krefeld	0:47:25	0:47:03	3	MU20	01	0:23:34 * 0:23:28
59	1113	Fischer Kay		0:47:27	0:47:19	9	M45	74	0:23:06 * 0:24:12
60	1039	Thies Sören	SV Wagenhoff	0:47:40	0:47:36	8	M30	87	0:23:17 * 0:24:19
61	1044	Engelke Rolf	TKW Nienburg	0:47:44	0:47:40	9	M50	67	0:23:28 * 0:24:12
62	867	Roenspies DR Robin	*Dortmund	0:47:48	0:47:45	10	M50	66	0:23:31 * 0:24:14

## Männer

Platz	Startnr	Name	Verein*/Ort	Gesamt	Netto	AK-PI	AK	Jahr	Runden
63	893	Wächter Stefan	*Eiksmarka	0:47:53	0:47:36	14	M35	80	0:24:05 * 0:23:31
64	1971	Göbel Jens	*Herford	0:48:03	0:47:53	10	M45	71	0:23:24 * 0:24:29
65	1102	Radon Thomas		0:48:06	0:48:01	11	M50	69	0:24:04 * 0:23:56
66	912	Dönnebrink Ansgar	BSG Deutsche Bank Münster	0:48:12	0:48:08	11	M45	73	0:24:05 * 0:24:03
67	1056	Grasse Holger	TuS Zetel	0:48:14	0:48:08	12	M50	65	0:24:02 * 0:24:05
68	959	Bathen Jürgen	Laufftreff Lüdinghausen	0:48:26	0:48:09	12	M45	70	0:24:48 * 0:23:21
69	1036	Freese Christian	SV Bawinkel	0:48:28	0:48:18	15	M35	84	0:24:04 * 0:24:14
70	929	Bonke Heribert	ETuS Rheine	0:48:54	0:48:49	13	M45	70	0:24:21 * 0:24:27
71	1040	Gehrs Markus	Team Gehrs	0:48:59	0:48:54	12	M40	75	0:24:05 * 0:24:49
72	861	Pfeil Lion	*Gevelsberg	0:49:03	0:48:56	2	MU23	99	0:24:17 * 0:24:38
73	881	Siegmann Christoph	*Berlin	0:49:08	0:49:07	13	M50	65	0:24:47 * 0:24:20
74	1019	Möllers Tobias	Rüdi	0:49:14	0:49:11	13	M40	76	0:24:43 * 0:24:27
75	1119	Haugg Johann		0:49:14	0:49:01	16	M35	83	0:25:35 * 0:23:25
76	895	Wellenbrock Reiner	*Ramsloh	0:49:31	0:49:16	14	M50	67	0:24:58 * 0:24:17
77	900	Garms Onno	*Bonn	0:49:37	0:49:30	14	M45	74	0:24:01 * 0:25:29
78	1020	Kohl Christian	Running Gag	0:49:38	0:49:32	14	M40	76	0:24:01 * 0:25:31
79	856	Mühlena Harold	*Westermoordorf	0:49:41	0:49:29	15	M50	67	0:24:32 * 0:24:56
80	1067	Nanninga Jochen	TV Norden	0:49:41	0:49:29	16	M50	67	0:24:31 * 0:24:57
81	845	Kulisch Robin	*Norderney	0:49:42	0:49:36	3	MU23	99	0:25:44 * 0:23:51
82	977	Uphaus DR Frank	LG Rheine-Elte	0:49:47	0:49:41	15	M45	73	0:24:56 * 0:24:45
83	877	Schuster Christian	*Aachen	0:49:50	0:49:30	9	M30	88	0:24:42 * 0:24:47
84	880	Sicking Dirk	*Vreden	0:49:51	0:49:44	15	M40	76	0:25:07 * 0:24:36
85	1068	Breidenbach Frank	Union Biesfeld Triathlon	0:49:53	0:49:40	16	M45	70	0:25:17 * 0:24:23
86	913	Beyer Nico	BSG Klinik Norderney	0:49:57	0:49:46	3	MU18	03	0:23:45 * 0:26:00
87	869	Rottmann Malte	*Sande	0:49:58	0:49:44	16	M40	76	0:25:00 * 0:24:44
88	1115	Elfers Dietmar	TSV Büsum	0:50:02	0:49:55	1	M60	56	0:24:43 * 0:25:11
89	1025	Reeker Otto	SC Altenrheine	0:50:26	0:50:25	1	M65	50	0:25:32 * 0:24:52
90	1034	Kulisch Manfred	Surfverein Norderney	0:50:31	0:50:26	3	M55	60	0:25:45 * 0:24:40
91	922	Tuxhorn Björn	Deichreich	0:50:32	0:50:18	17	M45	74	0:25:02 * 0:25:16
92	1986	Schulte Maik	Die flotten Annos	0:50:39	0:50:25	10	M30	86	0:25:38 * 0:24:47
93	975	Roreger Torsten	LG Rheine-Elte	0:51:38	0:51:32	17	M50	69	0:26:27 * 0:25:05
94	950	Switon Rainer	Fun Runner VFL Gladbeck	0:51:39	0:51:30	4	M55	64	0:25:24 * 0:26:05
95	1058	Hauber Thomas	TV Altbach	0:51:46	0:51:30	5	M55	62	0:25:55 * 0:25:35
96	873	Schnepf Ralf	*Ratingen	0:51:56	0:51:45	6	M55	62	0:25:58 * 0:25:47
97	1112	Vogt Thomas	Gymnasium an der Hönne	0:52:02	0:51:50	17	M35	84	0:25:28 * 0:26:22
98	1024	Hinrichs Jost	SC Altenrheine	0:52:09	0:51:52	18	M50	65	0:25:50 * 0:26:02
99	1057	Schröder Jürgen	Tus Zetel	0:52:10	0:51:53	19	M50	67	0:25:35 * 0:26:18
100	1003	Herzog-Deblaere Benjamin	Herr	0:52:11	0:52:03	11	M30	85	0:26:35 * 0:25:27
101	1096	Rautart Heiko		0:52:21	0:52:04	18	M45	70	0:26:22 * 0:25:41
102	95	Grenz Maik	artivaAthletixTeam	0:52:23	0:52:11	19	M45	74	0:25:56 * 0:26:14
103	858	Nagl DR Philipp	*Wien	0:52:25	0:52:18	18	M35	82	0:25:57 * 0:26:20
104	1106	Stamme Lars	Hannover 96 Triathlon	0:52:34	0:52:20	7	M55	64	0:26:24 * 0:25:55
105	984	Klug Andreas	LT Prosper Haniel	0:52:38	0:52:35	20	M50	67	0:26:16 * 0:26:18
106	830	Kesting Jörg	*Bonn	0:52:43	0:52:29	8	M55	64	0:25:58 * 0:26:31
107	1013	Ries Torsten	OTB Osnabrück	0:52:45	0:52:20	17	M40	76	0:26:24 * 0:25:55
108	1088	Liwa Kai-Peter	SV Ofenerdock	0:52:48	0:52:40	21	M50	67	0:25:43 * 0:26:56
109	1082	Flägel Alberto		0:52:52	0:52:42	20	M45	73	0:25:51 * 0:26:51
110	824	Hüsges Frank	*Krefeld	0:52:56	0:52:46	18	M40	75	0:26:24 * 0:26:22
111	935	Schultz Heinz	FC. Old Smuggler	0:52:56	0:52:47	2	M70	49	0:26:28 * 0:26:19
112	818	Granzin Martin	*Groß-Gerau	0:52:57	0:52:31	21	M45	72	0:26:17 * 0:26:14
113	1111	Lohmann Marcus		0:53:25	0:53:18	22	M45	74	0:26:41 * 0:26:36
114	1080	Schlieth Wolfgang		0:53:29	0:53:23	19	M40	79	0:27:40 * 0:25:43
115	816	Göbel Benedikt	*Pottum	0:53:31	0:53:19	12	M30	87	0:25:41 * 0:27:37
116	1117	Schneider Christian		0:53:33	0:53:10	19	M35	84	0:27:04 * 0:26:05
117	831	Klaassen Andreas	*Gummersbach	0:53:36	0:53:30	20	M40	78	0:26:02 * 0:27:27
118	1069	Renken Thomas	Uplengener Laufftreff	0:53:45	0:53:26	23	M45	70	0:27:04 * 0:26:22
119	1038	Van Mark Malte	SV Nortmoor	0:53:47	0:53:35	20	M35	82	0:26:52 * 0:26:42
120	947	Hagedorn Klaus	FSG Arnsberg	0:53:49	0:53:37	2	M65	51	0:26:37 * 0:27:00
121	834	Klinger Martin	*Wildeshausen	0:53:49	0:53:42	24	M45	74	0:25:59 * 0:27:43
122	923	Rebbe Uwe	die dritte läuft	0:53:53	0:53:28	25	M45	70	0:26:53 * 0:26:35
123	1007	Fisacher Gerhard	MTV Aurich	0:53:55	0:53:46	21	M40	76	0:26:33 * 0:27:12
124	90	Wolf Christopher Andreas	LC SOLBAD RAVENSBERG	0:53:57	0:53:37	13	M30	87	0:26:34 * 0:27:03

## Männer

Platz	Startnr	Name	Verein*/Ort	Gesamt	Netto	AK-Pl	AK	Jahr	Runden
125	874	Schulte Jochen	*Köln	0:54:02	0:53:41	22	M50	69	0:26:53 * 0:26:47
126	1094	Steinke Rolf	SV Warsingsfehn	0:54:03	0:53:47	23	M50	67	0:26:30 * 0:27:17
127	967	Wierum Hans-Dieter	LC SOLBAD RAVENSBERG	0:54:16	0:54:12	3	M65	51	0:26:32 * 0:27:40
128	850	Lottmann Bernhard	*Oldenburg	0:54:21	0:54:00	26	M45	71	0:27:10 * 0:26:50
129	804	Cramer Friedrich	*Oldenburg	0:54:23	0:54:06	24	M50	65	0:27:25 * 0:26:40
130	854	Matull DR Stefan	*Köln	0:54:26	0:54:01	27	M45	70	0:27:08 * 0:26:53
131	1031	Lüdecke Ralf	Sonntagsläufer	0:54:27	0:54:15	2	M60	59	0:26:57 * 0:27:18
132	256	Otte Helmar	*Wilhelmshaven	0:54:30	0:54:25	22	M40	77	0:26:50 * 0:27:35
133	1093	von Görbitz Matthias		0:54:41	0:54:25	25	M50	66	0:27:16 * 0:27:09
134	711	Bargmann Michael	Marathon Ibbenbüren	0:54:46	0:54:25	26	M50	69	0:26:56 * 0:27:28
135	927	Hildebrandt Lothar	Emder LG	0:54:49	0:54:32	27	M50	68	0:27:23 * 0:27:09
136	964	Lüdemann Bernd	LC Solbad Ravensberg	0:54:52	0:54:47	3	M60	55	0:26:59 * 0:27:48
137	1110	Reinhardt Marcus		0:54:53	0:54:24	14	M30	89	0:28:04 * 0:26:19
138	890	Visser Sven	*Norderney	0:55:10	0:55:02	23	M40	77	0:26:42 * 0:28:19
139	1092	Sallawdt Stefan		0:55:10	0:54:42	28	M45	71	0:27:21 * 0:27:20
140	9946	Opitz Klaus	TVGronau	0:55:16	0:55:15	3	M70	46	0:26:54 * 0:28:21
141	938	Krause Patrick	Feuerwehr Lengerich	0:55:55	0:55:40	3	MHK	93	0:28:43 * 0:26:56
142	909	Beus Manfred	Bataver Lauftreff Emmerich	0:56:04	0:55:53	4	M60	56	0:27:36 * 0:28:16
143	8	Kernicke Matthias	LaufenderFahrlehrer.de	0:56:16	0:55:52	5	M60	58	0:28:30 * 0:27:22
144	810	Detmers Ingo	*Südbrookmerland	0:56:35	0:56:10	29	M45	73	0:29:00 * 0:27:09
145	907	Henniges Günter	ATS Nahmer/Hohenlimburg	0:56:41	0:56:17	4	M65	53	0:28:29 * 0:27:48
146	1104	Kettemann Matthias		0:56:43	0:56:36	21	M35	83	0:26:19 * 0:30:16
147	866	Rieß Ferdinand	*Oldenburg	0:56:46	0:56:35	6	M60	59	0:27:21 * 0:29:14
148	1087	Diehm Frank		0:56:55	0:56:48	9	M55	63	0:28:41 * 0:28:07
149	1074	Völker Florian	Marathon Ibbenbüren	0:57:06	0:56:45	22	M35	82	0:27:56 * 0:28:48
150	939	Meyer Carsten	Feuerwehr Lengerich	0:57:09	0:56:54	30	M45	70	0:28:45 * 0:28:09
151	936	Dellbrügge Hansi	Feuerwehr Lengerich	0:57:09	0:56:55	28	M50	66	0:28:45 * 0:28:09
152	956	Siebert Jens	KSV Baunatal e.V.	0:57:14	0:56:47	24	M40	77	0:28:59 * 0:27:47
153	1060	Vorm Walde Karl-Heinz	TV Jahn Hiesfeld	0:57:17	0:56:57	10	M55	60	0:28:12 * 0:28:45
154	835	Klüppel Hubert	*Rheinberg	0:57:19	0:57:01	11	M55	62	0:29:06 * 0:27:54
155	1965	Colakoglu-Sander Stefan	*Hamm	0:57:21	0:57:18	29	M50	65	0:28:54 * 0:28:24
156	2002	Beckmann Holger	TSV Bassum	0:57:24	0:57:11	25	M40	75	0:28:31 * 0:28:39
157	840	Koslowski Kai	*Wuppertal	0:57:28	0:57:09	30	M50	69	0:29:06 * 0:28:02
158	852	Maske Michael	*Bielefeld	0:57:35	0:57:25	26	M40	75	0:27:36 * 0:29:49
159	969	Trauernicht Jens	LG Die Trauernichts	0:57:51	0:57:29	12	M55	63	0:28:27 * 0:29:02
160	1098	Noack Jan		0:58:05	0:57:56	4	MU18	05	0:29:06 * 0:28:49
161	847	Lahl Sebastian	*Bremen	0:58:06	0:57:37	4	MHK	95	0:26:25 * 0:31:12
162	1004	Worms Andreas	Marathon Ibbenbüren	0:58:22	0:58:02	7	M60	59	0:29:16 * 0:28:46
163	1065	Klinkenborg sen. Enno	TV Norden	0:58:24	0:57:59	4	M70	49	0:29:07 * 0:28:51
164	822	Hövelmann Carsten	*Ihlow	0:58:37	0:58:12	31	M50	66	0:29:12 * 0:28:59
165	833	Kleymann Norbert	*Leer	0:58:37	0:58:08	13	M55	64	0:29:35 * 0:28:32
166	1048	Dierkes Tobias	TuS Bad Wünnenberg	0:58:39	0:58:22	23	M35	82	0:30:13 * 0:28:09
167	1071	Lehmann Ewald	WfbM Aurich-Wittmund	0:58:49	0:58:35	5	M65	54	0:29:49 * 0:28:46
168	941	Willems Heye	Fortuna Logabirum	0:58:56	0:58:45	6	M65	53	0:28:58 * 0:29:47
169	888	Tilly Peter	*Celle	0:58:56	0:58:31	31	M45	72	0:29:09 * 0:29:21
170	904	Licher Peter	1991	0:59:07	0:58:45	7	M65	53	0:29:26 * 0:29:19
171	87	Fillies Tobias	*Detmold	0:59:40	0:59:25	5	MU18	05	0:29:02 * 0:30:23
172	955	Janssen Detlef	Janssen-Crew	0:59:43	0:59:25	32	M50	67	0:29:44 * 0:29:41
173	864	Reimann Vincent	*Braunschweig	0:59:52	0:59:36	15	M30	89	0:30:25 * 0:29:11
174	937	Kipp Thomas	Feuerwehr Lengerich	1:00:19	1:00:03	33	M50	67	0:29:07 * 0:30:55
175	1084	Gläser Marcel		1:00:37	1:00:05	16	M30	88	0:30:44 * 0:29:21
176	862	Piehl Marco	*Münster	1:00:44	1:00:15	14	M55	64	0:30:47 * 0:29:27
177	871	Ruszkowski Daniel	*Münster	1:00:44	1:00:15	32	M45	70	0:30:49 * 0:29:26
178	1062	Janssen Georg	TV Norden	1:01:48	1:01:24	8	M65	50	0:29:39 * 0:31:45
179	987	Tinnemeyer Oswald	LT TuRa 07 Westrhauderfehn	1:01:56	1:01:34	9	M65	52	0:30:40 * 0:30:54
180	1027	Jasper Dieter	SC Gremmendorf	1:02:10	1:01:47	15	M55	61	0:31:15 * 0:30:31
181	1153	Horstmeier Thorben		1:02:48	1:02:22	27	M40	78	0:30:56 * 0:31:25
182	978	Kreienbaum Bernhard	LSF Muenster	1:03:09	1:03:05	1	M75	42	0:30:31 * 0:32:33
183	806	Dartmann Thomas	*Ahlen	1:03:21	1:03:09	17	M30	85	0:31:12 * 0:31:57
183	829	Karos Frank	*Ahlen	1:03:21	1:03:09	17	M30	86	0:31:12 * 0:31:57
185	911	Eggerstorff Fritz	BOX-CLUB Norden	1:03:21	1:03:09	10	M65	52	0:31:22 * 0:31:46
186	948	Rückmann Alfred	Fun Runner VfL Gladbeck	1:03:30	1:03:06	8	M60	59	0:31:12 * 0:31:54

# 10km-Lauf - Gesamtwertung

meine Insel Lauf - Norderney - 13. Juli 2019

## Männer

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Gesamt	Netto	AK-Pl	AK	Jahr	Runden
187	7	Güebier Sascha	CrewDog Pony Club	1:04:08	1:03:42	24	M35	84	0:32:12 * 0:31:29
188	1052	Schönemann Holger	TuS Norderney	1:04:35	1:04:10	34	M50	65	0:32:43 * 0:31:27
189	953	Harms Ina	Hundsmühler TV	1:05:43	1:05:24	35	M50	67	0:32:21 * 0:33:02
190	42	Janssen Andree	CrewDog Pony Club	1:05:58	1:05:32	25	M35	83	0:34:12 * 0:31:19
191	985	Röder Gunter	LT Röder Münden	1:07:38	1:07:18	11	M65	50	0:33:21 * 0:33:56
192	897	Wrase Jürgen	*Wülfrath	1:08:02	1:07:38	5	M70	49	0:33:36 * 0:34:01

## Frauen

Platz	Startnr	Name	Verein*/Ort	Gesamt	Netto	AK-PI	AK	Jahr	Runden
1	272	Engel Yvonne	LT Schweich	0:42:28	0:42:25	1	W40	77	0:21:12 * 0:21:13
2	974	Smid Nanke	LG Papenburg-Aschendorf	0:43:23	0:43:22	1	WU20	00	0:21:10 * 0:22:12
3	1016	Burkhardt Deike	Rennschnecken Westerstede	0:43:42	0:43:39	1	WHK	90	0:21:30 * 0:22:08
4	1077	Schmidt Maren	TuS Norderney	0:44:07	0:44:02	1	W30	85	0:21:53 * 0:22:09
5	1704	Schallenberg Janine	J. F. Ton & Licht	0:45:45	0:45:43	2	W30	89	0:22:37 * 0:23:06
6	970	Hammelmann Stefanie	LG Marienfeld	0:45:51	0:45:46	3	W30	85	0:22:39 * 0:23:07
7	1089	Stutz Kerstin	Aurich	0:46:56	0:46:54	2	W40	79	0:23:15 * 0:23:39
8	821	Heermann Katharina	*Gütersloh	0:46:57	0:46:52	4	W30	88	0:23:05 * 0:23:46
9	1009	Wittek Claudia	MTV Aurich	0:47:45	0:47:38	1	W50	69	0:23:39 * 0:23:59
10	995	Horstmann-Brüggemann Mario	Lübbecker Berglöwen	0:47:50	0:47:48	1	W60	58	0:23:36 * 0:24:11
11	949	Rückmann Anja	Fun Runner VfL Gladbeck	0:47:55	0:47:53	2	W50	66	0:23:54 * 0:23:59
12	844	Künkler Kerstin	*Limbach	0:49:54	0:49:51	3	W50	66	0:24:34 * 0:25:16
13	1070	Seegers Nicole	Uplengener Lauftreff	0:50:32	0:50:23	1	W45	74	0:25:03 * 0:25:19
14	1021	Pichier Dörte	Running Team Grafenberg	0:50:42	0:50:25	2	W45	71	0:25:14 * 0:25:11
15	1086	Schröder Monique		0:50:48	0:50:47	5	W30	89	0:24:52 * 0:25:55
16	1097	Middendorf Madeleine		0:51:04	0:50:47	1	W35	83	0:25:35 * 0:25:11
17	1012	Janßen Moni	Norderneyer Seeluftschinken	0:51:13	0:51:03	2	WHK	95	0:25:08 * 0:25:54
18	855	Meenken Mareke	*Aurich	0:51:28	0:51:22	1	W55	62	0:25:32 * 0:25:49
19	994	Holle-Steinkamp Silvia	Lübbecker Berglöwen	0:52:13	0:52:10	3	W45	73	0:25:45 * 0:26:25
20	882	Stephan Iris	*Stade	0:52:38	0:52:25	2	W55	61	0:26:15 * 0:26:09
21	944	Extra-Harms Eva	Frau	0:52:47	0:52:35	2	W60	59	0:26:17 * 0:26:17
22	1066	Meyer Tina	TV Norden	0:52:57	0:52:44	2	W35	80	0:26:36 * 0:26:08
23	827	Jürgens Martina	*Norden	0:53:17	0:53:09	3	W55	63	0:25:33 * 0:27:36
24	1114	Pieper Barbara	Hey NEY !	0:53:26	0:53:19	4	W55	63	0:26:29 * 0:26:49
25	892	Wächter Elisabeth	*Eiksmarka	0:53:34	0:53:20	3	W40	79	0:26:40 * 0:26:39
26	1118	Saufer-Ufkes Gudrun	MTV Aurich	0:53:46	0:53:30	4	W50	65	0:27:18 * 0:26:12
27	1010	Dekker Anja	MTV Aurich/TEA	0:53:55	0:53:46	4	W45	71	0:26:35 * 0:27:11
28	879	Sicking Christina	*Vreden	0:53:56	0:53:48	3	W35	84	0:26:35 * 0:27:12
29	832	Klaassen Jessica	*Gummersbach	0:54:09	0:54:05	4	W35	81	0:26:03 * 0:28:01
30	914	Threbank Heike	BSV Ostbevern	0:54:15	0:54:11	5	W50	65	0:26:32 * 0:27:39
31	805	Cramer Nele	*Oldenburg	0:54:23	0:54:06	1	WU23	99	0:27:25 * 0:26:40
32	931	Hilmes Maria	ETuS Rheine	0:54:27	0:54:19	6	W50	68	0:27:28 * 0:26:50
33	990	Janssen Imke	LT TuS Aurich-Ost	0:54:29	0:54:19	4	W40	76	0:27:12 * 0:27:06
34	945	Nagel Bettina	Frau	0:54:29	0:54:11	5	W45	70	0:27:24 * 0:26:47
35	1017	Logemann Jana	Rennschnecken Westerstede	0:54:30	0:54:09	3	WHK	90	0:27:10 * 0:26:59
36	1022	Terzis Meike	Running Team Grafenberg	0:54:37	0:54:18	7	W50	68	0:27:02 * 0:27:16
37	1018	Lübbert Karin	Rübenberger Renner	0:54:39	0:54:26	8	W50	65	0:27:21 * 0:27:05
38	1075	Rolf Hannah	TSV Eintracht Dortmund	0:54:54	0:54:32	2	WU23	97	0:28:09 * 0:26:23
39	976	Schulz Lisa	LG Rheine-Elte	0:55:15	0:55:10	6	W45	72	0:26:57 * 0:28:12
40	902	Welkert Sabine	1962	0:55:50	0:55:40	5	W55	62	0:27:12 * 0:28:28
41	921	Weg Dorothea	CVJM Eibelshausen	0:56:03	0:55:54	9	W50	68	0:27:49 * 0:28:05
42	1011	Wirgenings Ursula	MTV Aurich/TEA	0:56:25	0:56:15	10	W50	65	0:27:19 * 0:28:55
43	875	Schulte Nicole	*Köln	0:56:43	0:56:22	5	W40	75	0:28:31 * 0:27:50
44	971	Klostermeier Britta	LG Obersee Bielefeld	0:57:03	0:56:55	11	W50	68	0:28:39 * 0:28:16
45	915	Dödtmann Aloysia	Burgläufer Dinklage	0:57:04	0:56:45	3	W60	58	0:28:50 * 0:27:55
46	1144	Pyttel Stefanie		0:57:14	0:57:03	12	W50	68	0:28:20 * 0:28:43
47	1059	Vorm Walde Birgit	TV Jahn Hiesfeld	0:57:17	0:57:08	6	W55	63	0:28:22 * 0:28:45
48	1030	Bade-Burchert Petra	Sonntagsläufer	0:58:10	0:57:57	7	W55	63	0:29:12 * 0:28:44
49	903	Brandes Hilde	1965	0:58:15	0:57:56	13	W50	65	0:29:25 * 0:28:31
50	813	Döring Sandra	*Bad Zwischenahn	0:58:20	0:58:08	6	W40	77	0:29:21 * 0:28:46
51	1000	Meer Sigrid	Marathon Ibbenbüren	0:58:20	0:58:00	8	W55	64	0:29:15 * 0:28:45
52	1099	Noack Marit		0:58:21	0:58:20	1	WU18	02	0:29:14 * 0:29:06
53	811	Dewenter Anna	*Münster	0:58:25	0:58:04	5	W35	84	0:29:18 * 0:28:45
54	889	Veldmann Silke	*Buxtehude	0:58:26	0:58:12	7	W40	76	0:29:22 * 0:28:49
55	957	Braun-Nott Angelika	Lauftreff Hohenlimburg	0:58:55	0:58:44	1	W65	52	0:29:14 * 0:29:29
56	1001	Mey Kati	Marathon Ibbenbüren	0:58:55	0:58:35	14	W50	65	0:29:16 * 0:29:19
57	1005	Blom Annika	Marathon Ibbenbüren e.V.	0:58:55	0:58:35	6	W30	88	0:29:16 * 0:29:18
58	1037	Steinke Hilde	SV Concordia Neermoor	0:59:11	0:59:01	1	W70	45	0:29:52 * 0:29:08
59	916	Lampe Ulla	Burgläufer Dinklage	0:59:12	0:58:53	4	W60	58	0:28:54 * 0:29:59
60	1999	Beckmann Nadine	*Twistring	0:59:15	0:58:58	8	W40	78	0:28:55 * 0:30:03
61	972	Kost Kerstin	LG Obersee Bielefeld	1:00:11	1:00:04	15	W50	69	0:29:48 * 0:30:16
62	1090	Schilling Daniela	Feuerwehr Longerich	1:00:19	1:00:04	6	W35	82	0:29:08 * 0:30:55

## Frauen

Platz	Startnr	Name	Verein*/Ort	Gesamt	Netto	AK-Pl	AK	Jahr	Runden
63	166	Knaak Evelin	*Detmold	1:00:29	1:00:18	7	W45	72	0:30:12 * 0:30:05
64	1085	Zimmermann Silke		1:00:37	1:00:06	7	W35	81	0:30:44 * 0:29:21
65	1103	Radon Anja		1:00:57	1:00:51	16	W50	69	0:30:18 * 0:30:32
66	853	Massmann Heike	*Melle	1:00:58	1:00:30	17	W50	69	0:30:57 * 0:29:32
67	826	Jacobs Ute	*Südbrookmerland	1:01:18	1:00:54	8	W45	72	0:29:40 * 0:31:13
68	919	Pille Kerstin	Burgläufer Dinklage	1:01:32	1:01:11	9	W40	75	0:30:24 * 0:30:47
69	924	Kromminga Gudrun	DJK Wacker Mecklenbeck	1:01:44	1:01:26	5	W60	57	0:30:46 * 0:30:40
70	54	Kahl Andrea	LC Solbad Ravensberg	1:01:49	1:01:27	9	W55	64	0:31:11 * 0:30:16
71	891	Vollborth Nina	*Leer	1:02:32	1:02:21	8	W35	83	0:29:18 * 0:33:03
72	1151	Jasper Daniela		1:02:47	1:02:20	9	W35	80	0:30:56 * 0:31:24
73	965	Schlie Cornelia	LC Solbad Ravensberg	1:02:57	1:02:36	18	W50	67	0:31:12 * 0:31:23
74	868	Röttgers Heike	*Berlin	1:03:24	1:03:09	10	W40	75	0:31:34 * 0:31:34
75	1083	Rödinger Eva		1:03:29	1:03:19	10	W35	83	0:30:50 * 0:32:28
76	925	Lorisch Heike	DJK Wacker Mecklenbeck	1:03:29	1:03:11	10	W55	61	0:31:20 * 0:31:51
77	901	Budich Kirstin	1961	1:03:30	1:03:06	11	W55	61	0:31:12 * 0:31:54
78	1081	Staggenborg Kerstin		1:03:31	1:03:22	11	W40	77	0:30:51 * 0:32:31
79	960	Jedtko Iris	Lauftreff Wickrath	1:05:15	1:05:00	6	W60	59	0:32:30 * 0:32:29
80	954	Wieting Ellen	Hundsmühler TV	1:05:43	1:05:25	12	W55	62	0:32:18 * 0:33:06
81	952	Frahmann Tanja	Hundsmühler TV	1:05:43	1:05:24	9	W45	73	0:32:21 * 0:33:02
82	899	Ziechmann Stephanie	*Dortmund	1:05:44	1:05:38	12	W40	78	0:32:13 * 0:33:25
83	808	Deifuß Silke	*Lünen	1:05:44	1:05:38	10	W45	71	0:32:13 * 0:33:25
84	837	Körsten Rony	*Neroth	1:07:32	1:07:22	11	W45	74	0:33:38 * 0:33:43
85	986	Röder Renate	LT Röder Münden	1:07:38	1:07:18	2	W65	54	0:33:22 * 0:33:56
86	983	Sonneborn Silke	LT Oldenburg-Süd	1:07:43	1:07:24	19	W50	68	0:33:16 * 0:34:07
87	1063	Klinkenberg Margit	TV Norden	1:07:46	1:07:32	3	W65	52	0:33:51 * 0:33:40
88	60	GERKE ANDREA	LG OERLINGHAUSEN	1:07:48	1:07:30	7	W60	59	0:33:16 * 0:34:13
89	823	Holte Monika	*Wülfrath	1:08:02	1:07:38	13	W55	64	0:33:37 * 0:34:01
90	1046	Matioschat Irene	TSVE 1890 Bielefeld	1:08:25	1:08:06	2	W70	47	0:33:27 * 0:34:38
91	942	Bentlage Birgit	Frau	1:08:39	1:08:19	13	W40	76	0:33:37 * 0:34:41
92	980	Syska Angelika	LSF Münster	1:08:42	1:08:14	8	W60	58	0:33:26 * 0:34:48
93	1023	Dobratz Milena	Saar-Pfalz-Runners	1:13:56	1:13:29	11	W35	83	0:35:24 * 0:38:05