



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M20									
1	501	Tedros Habtom	TG Neuss	1:11:15	M20	1	0:15:19	0:24:06	0:31:49
2	1556	Jakobs Maximilian	TuSpo Huckingen	1:19:10	M20	2	0:17:10	0:26:02	0:35:57
3	2008	Hilmer Jan	Next generation	1:23:22	M20	10	0:17:50	0:28:14	0:37:18
4	752	Mohammadi Aziz	Lauffreunde HADI Wesel	1:24:20	M20	13	0:18:08	0:28:40	0:37:31
5	2405	Lips Pascal	Druckwerk-Rhein-Ruhr	1:26:22	M20	18	0:18:47	0:28:56	0:38:37
6	1649	Blöß Jan	LG Dorsten	1:27:38	M20	25	0:18:54	0:28:50	0:39:52
7	1165	Fehling Anton	TSV Meerbusch	1:28:14	M20	28	0:19:17	0:28:49	0:40:08
8	1740	Hammerschmidt Lukas	Vodafone Runners	1:29:33	M20	35	0:19:44	0:29:47	0:40:00
9	1353	Blässe Simon	OTV Endurance Team	1:32:19	M20	44	0:19:38	0:30:42	0:41:58
10	2732	Ehrentraut Lukas	Homberger TV	1:33:06	M20	48	0:21:19	0:30:28	0:41:17
11	2560	Reinders Andreas	*Duisburg	1:36:29	M20	64	0:20:58	0:32:14	0:43:16
12	1469	Unruh Marvin	*Essen	1:37:40	M20	68	0:22:01	0:32:25	0:43:13
13	1983	Koch Pascal	ASV Wesseling	1:42:36	M20	109	0:21:25	0:34:13	0:46:57
14	2059	Dohm Christoph	*Duisburg	1:43:15	M20	113	0:22:40	0:34:18	0:46:15
15	1748	Gobrecht Cedric	TUS BREITSCHEID	1:43:31	M20	116	0:22:46	0:34:37	0:46:07
16	1549	Schwob Stefan	Max Maulwurf Marathonis	1:45:24	M20	134	0:21:57	0:39:04	0:44:22
17	2691	Köther Lukas	OTV Endurance Team	1:46:05	M20	142	0:22:47	0:34:58	0:48:19
18	1247	Winter Andreas	Die Eiszapfen	1:46:06	M20	143	0:23:13	0:36:16	0:46:37
19	1666	Sonnenschein Tim	Max Maulwurf Marathonis	1:47:25	M20	157	0:22:52	0:35:56	0:48:36
20	1419	Teuber Christian	*Bochum	1:47:53	M20	161	0:22:59	0:34:56	0:49:57
21	2282	Sieberg Simon	Laufwerk Ruhr	1:48:24	M20	170	0:24:11	0:36:25	0:47:46
22	2765	Schauenburg Maik	BSG SPK Mülheim a.d. Ruhr	1:49:05	M20	176	0:24:52	0:36:33	0:47:39
23	2854	Monstadt Nils	opta data Gruppe	1:55:41	M20	253	0:26:09	0:38:43	0:50:48
24	1213	Peuser Fabian	Vennikel	1:56:47	M20	261	0:25:23	0:33:21	0:58:02
25	2852	Richter Marco	opta data Gruppe	2:00:56	M20	312	0:26:08	0:39:00	0:55:47
26	1620	Schürmann Simon	*Hamminkeln	2:01:32	M20	330	0:27:02	0:40:29	0:54:00
27	1854	Bring Frederik	*Duisburg	2:03:07	M20	348	0:25:15	0:41:32	0:56:19
28	2855	Zauner Patrick	opta data Gruppe	2:04:25	M20	362	0:25:16	0:40:15	0:58:53
29	2713	Göbe Lukas	Laufwerk Ruhr	2:05:09	M20	368	0:27:18	0:40:20	0:57:31
30	2394	Sjuts Patrick	Laufwerk Ruhr	2:05:10	M20	369	0:27:18	0:40:20	0:57:32
31	2426	Gohr Nikolas	Rapid Ramirez	2:12:11	M20	457	0:27:33	0:43:11	1:01:26
32	2883	Ifkovitz Chris	Piraten WG	2:15:25	M20	491	0:27:32	0:43:31	1:04:21
33	1522	Schulz Manuel	*Duisburg	2:18:31	M20	517	0:28:16	0:45:34	1:04:40
34	2294	Stamm Matthias	*Düsseldorf	2:20:23	M20	531	0:30:22	0:51:10	0:58:50
35	2528	Potthoff Michael	*Essen	2:22:23	M20	541	0:32:29	0:43:35	1:06:19
36	1985	Jansen Benedikt	*Aachen	2:24:45	M20	558	0:31:25	0:47:38	1:05:41
37	2562	Adamczuk Niklas	Kamikaze-Runners	2:32:55	M20	593	0:36:48	0:57:58	0:58:08
38	1176	Thermer Fabian	WfbM Duisburg	2:43:44	M20	617	0:40:45	1:01:41	1:01:18



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M30									
1	845	Benger Marc	*Essen	1:23:32	M30	11	0:18:21	0:27:42	0:37:29
2	2342	Bartzok Thomas	SV Steele 1911	1:25:14	M30	16	0:18:53	0:28:39	0:37:40
3	1747	Gobrecht Friedemann	TUS BREITSCHEID	1:27:17	M30	22	0:19:15	0:29:02	0:38:59
4	1621	Müthing Thomas	OTV Endurance Team	1:29:10	M30	32	0:19:28	0:29:45	0:39:56
5	2476	Wilms Christian	Breetlook-Runners	1:30:39	M30	38	0:21:59	0:33:07	0:35:33
6	682	Bosse Manuel	Ausdauerschule by bunert	1:35:32	M30	58	0:20:10	0:33:19	0:42:02
7	1187	Horsch Stefan	OCR Crew Duisburg	1:35:43	M30	60	0:20:08	0:32:24	0:43:10
8	628	Schneider Marcel	*Krefeld	1:37:07	M30	65	0:20:12	0:31:15	0:45:39
9	2688	Nendzig Robert	Casino Duisburg	1:40:28	M30	89	0:21:29	0:33:45	0:45:13
10	2582	Hirz Fabian	*Duisburg	1:42:42	M30	110	0:24:10	0:34:09	0:44:22
11	2847	Frost Eugen	opta data Gruppe	1:43:26	M30	115	0:22:21	0:33:48	0:47:16
12	2274	Mailer Mark	ONT GmbH	1:43:48	M30	118	0:22:48	0:34:09	0:46:49
13	1656	Hirdes Wolfram	Max Maulwurf Marathonis	1:47:49	M30	159	0:23:31	0:36:08	0:48:09
14	581	Fröhlich Steffen	Team Erdinger Alkoholfrei	1:48:17	M30	168	0:23:02	0:36:58	0:48:16
15	2012	Bardét Yves	*Duisburg	1:49:54	M30	185	0:24:22	0:36:53	0:48:38
16	2094	Bohle Marc	TEAM ELG	1:50:13	M30	189	0:23:44	0:37:21	0:49:07
17	542	Buschmann André	TSV Viktoria Mülheim	1:51:08	M30	196	0:24:25	0:37:23	0:49:19
18	2853	Müller Markus	opta data Gruppe	1:54:27	M30	237	0:26:05	0:37:51	0:50:29
19	1057	Bredenhorn Matthias	*Moers	1:54:37	M30	239	0:24:29	0:37:33	0:52:34
20	746	Nordsiek Patrik	*Wuppertal	1:54:41	M30	240	0:25:02	0:38:09	0:51:29
21	2189	Brandin Dominik	SC Ruhrgebiet	1:56:34	M30	258	0:25:21	0:38:35	0:52:36
22	1171	Wessels Jamil	WfbM Duisburg	1:59:33	M30	297	0:28:47	0:38:32	0:52:13
23	1982	Maïke Simon	*Kempfen	2:01:01	M30	315	0:26:05	0:40:45	0:54:09
24	1701	Pasold Janis	SG Ruhr 1929	2:01:01	M30	316	0:26:32	0:38:03	0:56:25
25	1945	Igelbüscher Maximilian	*Essen	2:01:06	M30	317	0:26:25	0:40:48	0:53:52
26	1619	Kersten Tim	*Voerde	2:01:30	M30	328	0:27:01	0:40:29	0:54:00
27	2136	Anheyer Kevin	Die wilden Fünf	2:02:52	M30	345	0:40:49	0:40:02	0:42:01
28	1442	Ahrens Andreas	*Wuppertal	2:03:16	M30	353	0:26:08	0:42:22	0:54:45
29	979	Sadlocha Timo	Laufende GEO-Meter	2:04:41	M30	365	0:26:12	0:44:05	0:54:23
30	2356	Hodes Stefan	Henne rennt	2:05:02	M30	366	0:28:03	0:37:38	0:59:19
31	2179	Kindel Sebastian	Polizei Oberhausen	2:05:03	M30	367	0:28:05	0:40:36	0:56:22
32	2191	Gaalken Christoph	SC Ruhrgebiet	2:06:05	M30	378	0:28:17	0:40:48	0:56:59
33	2065	Nützmann Sebastian	*Neukirchen-Vluyn	2:07:08	M30	395	0:26:35	0:40:20	1:00:11
34	1170	Frochte Philipp	WfbM Duisburg	2:08:14	M30	409	0:27:10	0:39:46	1:01:18
35	1652	Brandt Paul	Max Maulwurf Marathonis	2:08:34	M30	411	0:28:38	0:43:14	0:56:42
36	2227	Auer Fabian	Henne rennt	2:10:45	M30	435	0:28:05	0:42:40	0:59:58
37	2686	Hermanns Christoph	Casino Duisburg	2:11:36	M30	450	0:26:33	0:45:06	0:59:56
38	2923	Moto Jules	DjK SG Tackenberg	2:12:05	M30	455	0:27:42	0:42:17	1:02:06
39	651	Wlecklik Andre	BSG Sparkasse Essen	2:12:25	M30	461	0:24:56	0:42:56	1:04:32
40	1709	Schild Benedikt	SG Ruhr 1929	2:12:49	M30	466	0:29:16	0:44:03	0:59:29
41	620	Kliemand Marcus	Wir bei HKM	2:13:12	M30	472	0:25:25	0:37:38	1:10:09
42	2680	Hopermann Ole	Haminkelner SV	2:18:29	M30	515	0:28:32	0:47:27	1:02:28
43	1173	Ziege Tobias	WfbM Duisburg	2:21:19	M30	536	0:30:06	0:46:57	1:04:16
44	2840	Fischer Markus		2:24:20	M30	555	0:32:02	0:47:40	1:04:36
45	1169	Kochanek Jens	WfbM Duisburg	2:24:40	M30	557	0:31:52	0:48:45	1:04:02
46	1570	Cwiek Arthur	Max Maulwurf Marathonis	2:30:12	M30	583	0:24:21	0:48:06	1:17:43
47	2529	Potthoff Thomas	*Essen	2:32:53	M30	592	0:32:28	0:50:27	1:09:56
48	2526	Püllmann Christoph	*Duisburg	2:34:33	M30	598	0:33:28	0:51:16	1:09:48
49	1591	Kehlen Marius	*Moers	2:41:40	M30	613	0:33:32	0:52:58	1:15:09
50	1175	Faupel Dominik	WfbM Duisburg	3:45:54	M30	643	0:50:27	1:11:04	1:44:22



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
--------	-----	--------------	-------------	--------	----	---------	-----	-------	------



AOK Winterlaufserie des ASV Duisburg 2019 Kleine Serie - Gesamtwertung

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M35									
1	1156	Wittag Jörg	Team ROSE Bikes Bocholter	1:21:18	M35	4	0:17:42	0:27:00	0:36:36
2	2791	Piffko Hannes	*Oberhausen	1:21:46	M35	7	0:18:09	0:27:07	0:36:29
3	1311	Lawrenz Leif	ESV Meiderich	1:21:54	M35	8	0:17:45	0:27:09	0:36:59
4	1583	Wendland Michael	*Dortmund	1:24:12	M35	12	0:18:11	0:28:30	0:37:30
5	2410	Storm Sven	Triminators TV Voerde	1:25:52	M35	17	0:18:58	0:28:44	0:38:09
6	736	Blaschke Mathias	Ausdauerschule by bunert	1:26:39	M35	21	0:18:45	0:29:06	0:38:47
7	593	Ohrmann Dr. Christoph	Freie Schwimmer Düsseldorf	1:29:25	M35	34	0:19:26	0:30:02	0:39:56
8	939	Kirschner Daniel	*Mülheim	1:33:16	M35	50	0:20:28	0:31:20	0:41:27
9	2798	Brinker Christian	VIVAWEST	1:33:18	M35	52	0:20:02	0:31:19	0:41:56
10	2745	Jankowski Michael	OTV Endurance Team	1:33:41	M35	53	0:21:00	0:30:43	0:41:57
11	2423	Gräfe Sascha	OTV Endurance Team	1:40:43	M35	92	0:20:52	0:32:23	0:47:28
12	2178	Poppert Thomas	Anchor Running Crew Duisb	1:41:27	M35	98	0:21:27	0:34:03	0:45:56
13	812	Müller Markus	Team Erdinger Alkoholfrei	1:42:21	M35	106	0:22:32	0:34:27	0:45:21
14	960	Fischer Dennis	*Bochum	1:42:43	M35	111	0:22:11	0:34:21	0:46:11
15	1304	Fendrich Markus	*Essen	1:42:58	M35	112	0:22:16	0:33:58	0:46:42
16	528	Wiehage Christoph	*Ratingen	1:44:22	M35	127	0:23:48	0:34:22	0:46:11
17	787	Brückner Thomas	Lauffreunde HADI Wesel	1:44:55	M35	131	0:21:54	0:35:45	0:47:15
18	1718	Foest Andreas	Vodafone Runners	1:45:58	M35	140	0:23:09	0:35:27	0:47:21
19	2407	Slizewski Markus	PunkteJäger	1:46:00	M35	141	0:23:39	0:35:17	0:47:02
20	579	Pastors Daniel	Team Erdinger Alkoholfrei	1:47:18	M35	155	0:22:47	0:36:31	0:47:59
21	1406	Schildberger Matthias	Ausdauerschule by bunert	1:48:10	M35	166	0:24:38	0:36:53	0:46:38
22	2453	Böhle Michael	*Oberhausen	1:48:26	M35	171	0:23:55	0:36:36	0:47:54
23	1096	Dudler Mario	Oberhausener TV	1:48:40	M35	172	0:27:43	0:34:35	0:46:21
24	1485	Thiele Stefan	Caliber12RunningTeam	1:51:21	M35	198	0:32:02	0:34:25	0:44:52
25	1975	Schouten Michael	*Goch	1:52:09	M35	208	0:24:08	0:39:56	0:48:04
26	741	Nitsch Sven	Lauffreunde HADI Wesel	1:52:17	M35	210	0:24:01	0:37:16	0:50:59
27	2416	Schaary Daniel	DDSC Rheinhausen	1:52:34	M35	213	0:24:06	0:39:23	0:49:04
28	1381	Haase Carsten	*Korschenbroich	1:53:16	M35	220	0:23:52	0:38:57	0:50:26
29	1461	Wilk Jens	Airport Runners	1:53:31	M35	222	0:24:32	0:35:48	0:53:09
30	1323	Otter Martin	*Duisburg	1:53:47	M35	225	0:24:46	0:38:27	0:50:33
31	2300	Gowert Kolja	*Schwelm	1:54:01	M35	230	0:24:22	0:37:56	0:51:42
32	2812	Wesselborg Martin	Laufwerk Ruhr	1:54:11	M35	234	0:24:24	0:37:06	0:52:40
33	2736	Hassel Christoph	*Duisburg	1:57:07	M35	270	0:25:25	0:39:44	0:51:57
34	2806	Funda Mark	VIVAWEST	1:57:57	M35	278	0:27:12	0:42:54	0:47:49
35	1673	Tissen Alexander	BWG Running Team	1:58:33	M35	286	0:26:08	0:40:57	0:51:27
36	947	Kirschner Danyel	*Mülheim an der ruhr	1:59:02	M35	291	0:24:55	0:40:53	0:53:12
37	1095	Noël Benjamin	Oberhausener TV	1:59:49	M35	299	0:24:01	0:36:26	0:59:21
38	2311	Voss Peter	Et kütt wie et kütt	2:00:18	M35	304	0:25:56	0:41:07	0:53:15
39	858	Kentsch Benjamin	*Essen	2:00:59	M35	314	0:25:38	0:40:02	0:55:18
40	1178	Schmeel Markus	Anchor Running Crew Duisb	2:01:16	M35	321	0:26:00	0:38:14	0:57:01
41	1908	Töhning Simon	*Mülheim an der Ruhr	2:01:22	M35	324	0:26:20	0:40:32	0:54:29
42	2540	Hess David	de vogels	2:02:14	M35	336	0:26:31	0:41:52	0:53:50
43	2754	Duschek Carsten	Lebensräume	2:05:46	M35	375	0:31:14	0:40:28	0:54:03
44	1559	Standke Sven	*Duisburg	2:06:33	M35	385	0:27:03	0:41:41	0:57:48
45	1976	Schmidt Sascha	*Moers	2:06:39	M35	386	0:27:11	0:43:16	0:56:11
46	2711	Schlusen Thorsten	*Wesel	2:07:13	M35	397	0:28:24	0:42:42	0:56:06
47	912	Schmidt Christian	Ich bin raus...	2:10:43	M35	433	0:27:51	0:45:17	0:57:34
48	1989	Holland Sven	*Duisburg	2:10:44	M35	434	0:29:06	0:43:29	0:58:07
49	1721	Dohmen Christoph	Vodafone Runners	2:10:46	M35	440	0:26:31	0:41:11	1:03:03
50	1121	Lobascio Biagio	*Duisburg	2:11:18	M35	446	0:28:10	0:44:17	0:58:50



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M35									
51	2800	Kiesel Dennis	VIVAWEST	2:14:14	M35	479	0:27:12	0:42:55	1:04:06
52	783	Grehl Marc	*Neukirchen-Vluyn	2:14:53	M35	486	0:30:08	0:44:51	0:59:53
53	2135	Jürgens Christian	Die wilden Fünf	2:15:06	M35	488	0:35:15	0:38:52	1:00:58
54	2230	Klemmt Sebastian	*Dinslaken	2:20:16	M35	530	0:30:39	0:47:34	1:02:02
55	2017	Avsar Önder	*Düsseldorf	2:23:42	M35	553	0:31:31	0:48:13	1:03:57
56	2715	Lebert Marcel	*Oberhausen	2:25:36	M35	562	0:30:59	0:49:20	1:05:16
57	1183	Krach Matthias	L+F+M	2:26:46	M35	570	0:31:34	0:45:22	1:09:48
58	1634	Mielke Sebastian	EDEKA Buchholz	2:29:19	M35	582	0:32:16	0:49:57	1:07:05
59	2249	Kleinecke Jörg	*Laer	2:45:23	M35	622	0:36:23	0:54:57	1:14:02



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M40									
1	2436	Adolphs Dirk	Nordtriathleten Oberhausen	1:25:10	M40	15	0:18:35	0:28:39	0:37:55
2	1746	Egin Taner	TUS BREITSCHEID	1:26:28	M40	19	0:18:43	0:28:47	0:38:57
3	545	Laschet Christian	TRC Essen 84	1:27:42	M40	26	0:19:01	0:29:21	0:39:19
4	1499	Gaudenz Thomas	GZBW Runners	1:29:07	M40	31	0:19:29	0:29:53	0:39:44
5	2280	Ulrich Philipp	Wilde Wiesel Wesel	1:29:52	M40	36	0:19:45	0:30:12	0:39:55
6	759	Knüpfer Michael	HADI Wesel	1:35:47	M40	61	0:20:51	0:31:35	0:43:20
7	1541	Url Michael	Moerser TV Triathlon	1:38:35	M40	75	0:21:16	0:32:51	0:44:26
8	1569	Greilich Florian	TuSpo Huckingen	1:38:58	M40	78	0:21:11	0:32:39	0:45:06
9	862	Püttmann Thomas	Lauftreff Hobeuken	1:39:09	M40	80	0:21:24	0:32:46	0:44:58
10	909	Wozniak Sebastian	Kanale Grande	1:42:20	M40	105	0:22:16	0:33:54	0:46:09
11	2511	Scholten Thomas	*Duisburg	1:42:21	M40	107	0:22:16	0:34:36	0:45:28
12	1077	Simonis Christoph	BSG Wirtschaftsbetriebe Db	1:47:08	M40	152	0:23:27	0:35:19	0:48:22
13	2447	Caffier Andre	*Duisburg	1:48:16	M40	167	0:22:44	0:35:32	0:49:59
14	1633	Rollmann Dr. Georg	SV Siemens	1:50:05	M40	187	0:24:08	0:36:15	0:49:41
15	766	Nows Mirko	Die weißen Kenianer	1:50:27	M40	192	0:23:26	0:38:57	0:48:04
16	665	Schlappa Christian	Trimimators TV Voerde	1:52:27	M40	211	0:24:14	0:37:47	0:50:25
17	2566	Preuten Gordon	*Duisburg	1:52:45	M40	217	0:25:19	0:37:25	0:50:00
18	2338	Fuchs Christian	CDS Running Team	1:53:51	M40	227	0:24:10	0:37:20	0:52:20
19	1828	Diemer Jens	LC Duisburg	1:56:27	M40	257	0:25:21	0:41:12	0:49:53
20	2481	Wenz Michael	LahmeEntel!	1:56:40	M40	260	0:24:55	0:40:52	0:50:52
21	1078	Metker Thomas	Gut Karpendelle	1:57:22	M40	272	0:25:46	0:38:28	0:53:07
22	515	Zimmermann-Michallek M	*Essen	2:01:49	M40	333	0:33:26	0:37:08	0:51:15
23	1904	Schröer Dirk	VB Lauftreff	2:01:53	M40	334	0:26:22	0:42:33	0:52:57
24	2100	Breitbarth Daniel	*Bottrop	2:03:11	M40	351	0:26:38	0:41:02	0:55:29
25	1658	Kaehler Stefan	Max Maulwurf Marathonis	2:04:06	M40	359	0:26:02	0:42:12	0:55:51
26	2493	Luimes Micha	*Bocholt	2:04:29	M40	363	0:28:59	0:40:41	0:54:48
27	767	Wehrich Christoph	Die weißen Kenianer	2:05:29	M40	370	0:28:03	0:43:08	0:54:18
28	1283	Schmits Christoph	*Dortmund	2:05:42	M40	373	0:26:45	0:42:50	0:56:05
29	2862	Herfort Andre	Die Moersianer	2:06:40	M40	388	0:29:10	0:41:17	0:56:12
30	2689	Muric Lenan	*Essen	2:07:22	M40	401	0:28:21	0:40:55	0:58:06
31	2040	Grobe Axel	*Duisburg	2:08:54	M40	414	0:27:21	0:41:26	1:00:05
32	1227	Hoenicke Daniel	*Duisburg	2:08:56	M40	415	0:27:00	0:43:46	0:58:09
33	2415	Schleich Martin	SV Spellen	2:09:32	M40	423	0:25:55	0:45:00	0:58:36
34	679	Gonnermann Michael	LC Duisburg	2:10:21	M40	428	0:27:12	0:44:17	0:58:51
35	1263	Burgardt Thorsten	*Duisburg	2:10:49	M40	442	0:29:59	0:43:49	0:56:59
36	1999	Reinhard Peter	*Duisburg	2:11:05	M40	444	0:28:53	0:44:13	0:57:58
37	2845	Klinken Bastian	opta data Gruppe	2:14:05	M40	476	0:29:04	0:43:11	1:01:49
38	1380	Nawrot Markus	*Korschenbroich	2:14:09	M40	478	0:28:39	0:44:06	1:01:23
39	567	Jansen Rene	*Alsdorf	2:14:35	M40	484	0:26:41	0:36:08	1:11:44
40	1931	Moyzio Henning	Team Veronika	2:15:49	M40	495	0:28:57	0:47:58	0:58:53
41	1905	Kahr Andreas	*Dortmund	2:16:16	M40	497	0:31:29	0:45:28	0:59:18
42	1732	Fonseca Miguel	Vodafone Runners	2:16:48	M40	503	0:29:48	0:45:45	1:01:14
43	1682	Witkowski Stefan	SSPK Oberhausen	2:16:56	M40	504	0:29:17	0:43:34	1:04:03
43	2465	Klein Dieter	FeG Running Team	2:16:56	M40	504	0:31:05	0:42:08	1:03:41
45	2917	Van de Löcht Christian	AOK Rheinland/Hamburg	2:17:05	M40	506	0:27:38	0:47:20	1:02:07
46	948	Otto Martin	*Duisburg	2:17:57	M40	513	0:32:38	0:44:58	1:00:20
47	2813	Jahnke Oliver	Evang. Klinikum Niederrh.	2:23:48	M40	554	0:32:18	0:47:48	1:03:41
48	1527	Huetten Dennis	Ausdauerchule by bunert	2:26:13	M40	566	0:29:44	0:48:53	1:07:35
49	1238	Annus Dennis Christian	N&D	2:27:03	M40	572	0:30:52	0:47:23	1:08:47
50	575	Albers Frank	*Dorsten	2:30:54	M40	585	0:32:09	0:46:59	1:11:44



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M40									
51	1856	Sadowski Markus	Ausdauerschule by bunert	2:39:54	M40	610	0:33:58	0:52:41	1:13:14
52	1474	Schwedler Maik	Bfw OB	2:40:15	M40	611	0:37:39	0:53:04	1:09:32
53	2288	Fadda Benjamin	*Duisburg	2:40:17	M40	612	0:37:27	0:56:53	1:05:56
54	893	Kwiatkowski Kalle	DJK TuS Rotthausen	2:43:11	M40	616	0:38:59	0:51:41	1:12:30
55	2248	Wunderlich Dirk	*Rhede	2:45:21	M40	621	0:36:19	0:54:57	1:14:04
56	1177	Upelj Dennis	WfbM Duisburg	3:02:09	M40	639	0:37:19	1:00:33	1:24:15



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M45									
1	2746	Peters Mark	Recklinghäuser LC	1:20:38	M45	3	0:17:29	0:27:11	0:35:57
2	1279	Köhler Olaf	TG Neuss	1:27:35	M45	23	0:19:39	0:29:18	0:38:37
3	1773	Löll Thorsten	AS Neukirchen-Vluyn	1:29:23	M45	33	0:19:09	0:30:07	0:40:06
4	1080	Süselbeck Marc	Hasenfreunde	1:32:28	M45	45	0:19:47	0:31:05	0:41:35
5	2397	Qual Markus	*Duisburg	1:32:30	M45	46	0:19:59	0:30:53	0:41:37
6	1058	Gelbarth Markus	LT Lukas	1:32:34	M45	47	0:19:51	0:30:43	0:41:59
7	1254	Schmidt Markus	WfbM Duisburg	1:35:41	M45	59	0:21:45	0:32:04	0:41:52
8	704	Krammer Mischa	Styrumer TV	1:36:08	M45	63	0:21:13	0:31:49	0:43:06
9	781	Klaas Jens	2 aus Mülheim an der Ruhr	1:37:12	M45	66	0:21:14	0:32:50	0:43:07
10	2209	Willemsen Jens	VfB Alemannia Pfalzdorf	1:38:16	M45	72	0:20:54	0:32:50	0:44:31
11	2807	Lantermann Jens	VIVAWEST	1:38:35	M45	76	0:21:53	0:32:33	0:44:08
12	543	Brandt Helge	Bunert Duisburg	1:39:06	M45	79	0:21:01	0:32:31	0:45:33
13	2872	Schuller Marc	Lauftreff Sterkrade-Nord	1:39:12	M45	82	0:21:31	0:32:59	0:44:42
14	2326	Birkendorf Klaus	Tri-Geckos Dortmund	1:39:58	M45	86	0:21:51	0:33:25	0:44:40
15	652	Vogt Andre	LC Duisburg	1:40:39	M45	91	0:22:15	0:33:05	0:45:17
16	1599	Breuer Markus	*Duisburg	1:41:00	M45	94	0:22:25	0:34:23	0:44:12
17	2676	Weimer Dr. Tobias	WEIMER I BORK	1:41:12	M45	96	0:22:02	0:34:32	0:44:37
18	1142	Christen Sven	Preussen Krefeld LA	1:41:29	M45	99	0:21:59	0:33:43	0:45:46
19	2218	Bösing Andreas	Nordtriathleten Oberhausen	1:44:04	M45	122	0:20:08	0:35:35	0:48:20
20	2419	Hinz Dr. Mark	*Mülheim	1:44:17	M45	124	0:22:50	0:35:05	0:46:21
21	608	Holdmann Tim	*Duisburg	1:44:48	M45	130	0:22:41	0:34:50	0:47:15
22	1951	Marks Andreas	TV Goch	1:45:29	M45	135	0:22:54	0:35:38	0:46:56
23	1009	Janßen Andreas	SV Viktoria Goch	1:45:30	M45	137	0:24:30	0:34:14	0:46:44
24	2656	Huber Tobias	www.sport-mit-sven.de	1:45:35	M45	138	0:23:19	0:35:46	0:46:29
25	1706	Nierenköther Martin	SG Ruhr 1929	1:46:11	M45	144	0:22:56	0:35:35	0:47:39
26	1950	Hackstein Joachim	*Duisburg	1:46:37	M45	145	0:23:21	0:36:03	0:47:12
27	1299	Rose Holger	Marathon Mülheim	1:47:04	M45	150	0:24:22	0:36:32	0:46:09
28	517	Oberdörster Marc	*Mülheim	1:47:15	M45	154	0:23:53	0:35:50	0:47:32
29	1270	Soltau Carsten	Volksbank Rhein-Ruhr	1:47:48	M45	158	0:26:08	0:34:55	0:46:44
30	1743	Weissbrich Guido	Vodafone Runners	1:48:04	M45	163	0:23:25	0:36:27	0:48:11
31	2654	Czech Czeslaw	www.sport-mit-sven.de	1:49:16	M45	178	0:24:53	0:36:49	0:47:33
32	807	Wrobel Alexander	eSRunners	1:49:16	M45	179	0:24:36	0:36:51	0:47:48
33	1248	Kann Alexander	*Velbert	1:49:29	M45	183	0:23:41	0:36:54	0:48:54
34	660	Guggenberger Jochen	*Mülheim	1:49:30	M45	184	0:24:03	0:36:48	0:48:38
35	1198	Becker Björn-Friedrich	BSG Haniel	1:51:16	M45	197	0:24:24	0:37:28	0:49:23
36	1716	Hund Markus	Vodafone Runners	1:52:03	M45	206	0:24:22	0:38:41	0:48:59
37	917	Schostock Thomas	Endspurt Norderney	1:53:54	M45	229	0:25:19	0:38:22	0:50:13
38	571	Hülsken Jörg	*Oberhausen	1:54:22	M45	235	0:24:55	0:37:46	0:51:40
39	2751	Seibel Markus	*Mülheim an der Ruhr	1:54:23	M45	236	0:24:03	0:36:59	0:53:19
40	2333	Wilke Jens	CDS Running Team	1:54:55	M45	242	0:24:13	0:38:19	0:52:22
41	1590	Borg Thomas	Laufende GEO-Meter	1:54:55	M45	243	0:24:49	0:38:29	0:51:36
42	1418	Schmitz Dr. Thomas	*Moers	1:55:19	M45	248	0:25:02	0:37:55	0:52:21
43	2442	Ferri Christian	Breetlook-Runners	1:56:27	M45	256	0:23:35	0:39:57	0:52:54
44	2020	Bockmühl Bernd	*Essen	1:56:48	M45	262	0:28:15	0:39:31	0:49:01
45	2110	Schloß Heiko	*Mülheim an der Ruhr	1:56:57	M45	266	0:25:43	0:38:03	0:53:10
46	1689	Heinsen Björn	SSPK Oberhausen	1:57:17	M45	271	0:25:15	0:39:26	0:52:35
47	2744	Schulte Christian	*Mülheim	1:58:13	M45	283	0:25:53	0:39:57	0:52:23
48	1684	Brueck Andreas	SSPK Oberhausen	1:59:49	M45	300	0:26:27	0:39:48	0:53:33
49	1938	Knaup Michael	Fortuna Düsseldorf Triathlon	2:00:40	M45	308	0:25:27	0:40:22	0:54:50
50	2636	Wolko Marc	Moerser TV Triathlon	2:00:58	M45	313	0:26:13	0:40:16	0:54:28



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M45									
51	1885	Tinnefeld Andreas	OTV Endurance Team	2:02:35	M45	342	0:26:03	0:40:37	0:55:54
52	1642	Klever Matthias	Sprungzwei	2:03:11	M45	352	0:26:22	0:42:54	0:53:54
53	1640	Bartelds Holger	Sprungzwei	2:04:25	M45	361	0:27:16	0:42:21	0:54:47
54	1608	Jöhring Jochen	Werdener TB Essen	2:05:42	M45	372	0:28:00	0:41:22	0:56:19
55	1714	Hecker Marcel	Vodafone Runners	2:05:44	M45	374	0:26:48	0:41:40	0:57:14
56	1810	Engstler Dr. Jörg	Spiridon Frankfurt e.V.	2:06:28	M45	384	0:27:13	0:42:02	0:57:11
57	2863	Cassel Holger	Die Moersianer	2:06:43	M45	389	0:29:12	0:41:18	0:56:12
58	2552	Menzel Oliver	*Duisburg	2:07:03	M45	394	0:27:37	0:42:48	0:56:37
59	591	Pohl Carsten	*Oberhausen	2:07:18	M45	399	0:27:09	0:40:31	0:59:37
60	1543	Bäcker Marc	Laufgemeinschaft Greb	2:07:59	M45	407	0:27:34	0:44:23	0:56:01
61	765	Ridder Stefan	*Essen	2:08:33	M45	410	0:32:54	0:40:43	0:54:56
62	2803	Bußkönning Christian	VIVAWEST	2:08:59	M45	416	0:27:44	0:42:58	0:58:16
63	913	Molnar John	Endspurt Norderney	2:09:04	M45	417	0:29:12	0:43:15	0:56:36
64	2516	Barkholz Dirk	*Hilden	2:10:11	M45	427	0:28:03	0:43:14	0:58:53
65	1339	Linde Stefan	*Duisburg	2:10:29	M45	429	0:28:14	0:42:45	0:59:29
66	1047	Lochthowe Markus	*Dorsten	2:10:36	M45	431	0:29:44	0:43:11	0:57:41
67	2608	Rupp Frank	*Duisburg	2:10:42	M45	432	0:28:11	0:43:14	0:59:15
68	2357	Oberbanscheidt Dirk	*Ratingen	2:11:56	M45	453	0:28:57	0:45:17	0:57:42
69	770	Metzner Thorsten	Team Essen	2:12:01	M45	454	0:29:11	0:43:48	0:59:02
70	1542	Stolzenberg Daniel	Laufgemeinschaft Greb	2:12:12	M45	458	0:28:55	0:44:16	0:59:00
71	5537	Klar Markus	Yeti Christ-König LG	2:13:27	M45	474	0:29:06	0:45:25	0:58:56
72	2799	Kleine-Grefe Thomas	VIVAWEST	2:13:33	M45	475	0:28:26	0:43:44	1:01:22
73	558	Methfessel Marco	DJK Preussen 1911 Bochum	2:14:26	M45	481	0:27:34	0:45:00	1:01:52
74	2366	Worek Adrian	Breetlook-Runners	2:15:11	M45	490	0:32:06	0:45:26	0:57:39
75	654	Von Kreyfeld Sven	frohnatur	2:16:25	M45	498	0:28:38	0:46:43	1:01:02
76	778	Kunze Michael	Vodastecher Tri-Team	2:16:28	M45	499	0:27:28	0:50:38	0:58:22
77	1916	Kroker Thomas	Fröhliche Laufgemeinschaft	2:17:06	M45	507	0:29:48	0:46:16	1:01:01
78	2005	Höffken Sven	*Duisburg	2:17:29	M45	509	0:29:51	0:46:08	1:01:29
79	2341	Lang Frank	Angerland LT Lintorf	2:19:27	M45	523	0:30:06	0:46:41	1:02:39
80	2603	Heck Dr. Peter	Hagedorn läuft	2:20:13	M45	529	0:23:54	0:49:14	1:07:05
81	940	Ternes Helmut	Cityrunner	2:20:33	M45	532	0:30:37	0:47:37	1:02:19
82	2878	Schulz Andreas	LC Duisburg	2:23:35	M45	551	0:32:46	0:47:50	1:02:58
83	1915	Fröhlich Dirk	Fröhliche Laufgemeinschaft	2:28:05	M45	576	0:32:05	0:49:22	1:06:38
84	1314	Holzwarth Michael	*Duisburg	2:28:23	M45	577	0:33:49	0:48:09	1:06:25
85	2368	Marks Christian	Marks	2:28:48	M45	579	0:30:24	0:47:04	1:11:19
86	2259	Sonneborn Andreas	TSV Beyenburg	2:29:12	M45	581	0:32:26	0:49:30	1:07:14
87	2245	Dürrbaum Gerhard	Anchor Running Crew Duisb	2:31:41	M45	589	0:33:13	0:51:35	1:06:52
88	1846	Brandenberg Michael	Zebrarennschnecken	2:32:04	M45	590	0:33:32	0:48:55	1:09:36
89	2563	Adamczuk David	Kamikaze-Runners	2:32:50	M45	591	0:36:44	0:57:58	0:58:07
90	623	Stegemann Stefan	*Essen	2:34:58	M45	599	0:31:44	0:50:38	1:12:35
91	2456	Behrendt Markus	*Düsseldorf	2:36:46	M45	603	0:33:44	0:51:27	1:11:34
92	1448	Schatz Torben	Pottracer	2:44:02	M45	618	0:36:03	0:54:25	1:13:33
93	1421	Böker Christian	*Viersen	2:46:15	M45	624	0:34:43	0:52:49	1:18:41
94	1308	Dähmlow Martin	*Gladbeck	2:47:42	M45	627	0:35:55	0:56:28	1:15:18
95	916	Mainka Christian	Endspurt Norderney	2:48:30	M45	629	0:36:51	0:55:48	1:15:50



AOK Winterlaufserie des ASV Duisburg 2019 Kleine Serie - Gesamtwertung

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M50									
1	2826	Nadowski Bernfried	Evang. Klinikum Niederrh.	1:22:31	M50	9	0:17:59	0:27:37	0:36:54
2	1756	Bohmert Bernd	LG Coesfeld	1:24:46	M50	14	0:18:39	0:27:41	0:38:25
3	1615	Granzen Thorsten	*Moers	1:33:06	M50	49	0:20:09	0:30:55	0:42:02
4	1181	Peter Detlev	*Duisburg	1:35:52	M50	62	0:22:33	0:31:58	0:41:21
5	2678	Terfurth Andre	*Wesel	1:37:53	M50	69	0:20:58	0:32:25	0:44:29
6	2510	Hoffmann Carsten	Nordtriathleten Oberhausen	1:37:57	M50	70	0:21:05	0:33:02	0:43:49
7	1715	Meisgen Frank	Vodafone Runners	1:38:19	M50	74	0:21:51	0:32:45	0:43:42
8	2597	Begemann Holger	*Duisburg	1:39:09	M50	81	0:21:39	0:32:48	0:44:41
9	622	Harder Jens	Eintracht Duisburg 1848	1:39:53	M50	85	0:21:48	0:33:25	0:44:38
10	1457	Schiffer Stephan	LC Duisburg	1:40:49	M50	93	0:23:08	0:34:04	0:43:36
11	641	Bexkens Willy	LG Stadtwerke Hilden	1:41:09	M50	95	0:22:56	0:33:50	0:44:22
12	2730	Kohlhöfer Udo	Krefelder Kanu Klub	1:41:39	M50	100	0:22:57	0:34:03	0:44:38
13	1765	Piontek Andreas	AS Neukirchen-Vluyn	1:41:41	M50	101	0:22:43	0:33:29	0:45:28
14	841	Heide Martin	TV Aldekerk	1:41:55	M50	102	0:21:47	0:34:25	0:45:42
15	2727	Poswig Dr. Arndt	*Ratingen	1:43:31	M50	117	0:21:50	0:34:09	0:47:31
16	1130	Schmid Klaus	*Duisburg	1:43:58	M50	121	0:22:54	0:34:42	0:46:21
17	2140	Fischer Günter	Laufftreff Sterkrade-Nord	1:45:29	M50	136	0:23:03	0:35:17	0:47:08
18	2500	Terörde Lars	Triathlon Team Ratingen 08	1:46:57	M50	148	0:23:20	0:35:49	0:47:48
19	1638	Günner Carsten	Moers-Mülheim	1:47:08	M50	151	0:23:34	0:36:03	0:47:30
20	871	Heinen Martin	*Duisburg	1:47:21	M50	156	0:23:07	0:35:47	0:48:26
21	1545	Müller Michael	Laufgemeinschaft Greb	1:48:09	M50	165	0:23:54	0:36:23	0:47:51
22	957	Klotz Sven	*Wesel	1:48:45	M50	173	0:23:51	0:36:43	0:48:10
23	1486	Pöhlmann Andreas	*Mülheim	1:49:03	M50	174	0:24:29	0:36:08	0:48:24
24	1910	Schmidt Jens	*Essen	1:49:11	M50	177	0:21:55	0:33:24	0:53:51
25	2031	Weimann Thomas	*Duesseldorf	1:49:24	M50	181	0:24:06	0:36:04	0:49:13
26	1355	Hemmelberg Udo	Team Polizei Duisburg	1:49:28	M50	182	0:23:44	0:37:30	0:48:13
27	2122	Meisner Jan	*Krefeld	1:49:57	M50	186	0:23:56	0:36:26	0:49:34
28	1534	Chialo Jerome	TC Kray 1892 e.V.	1:50:11	M50	188	0:23:38	0:36:25	0:50:06
29	1347	Hoffmann Stephan	FTV 1905 e.V.	1:50:25	M50	191	0:25:01	0:36:59	0:48:25
30	717	Licata Antonio	Dudel Runner	1:50:51	M50	193	0:24:19	0:36:33	0:49:58
31	1479	Wiechers Andre	Angerland LT Lintorf	1:51:27	M50	199	0:24:14	0:37:23	0:49:49
32	975	Krohn Jörg	Team - Wir rocken das!	1:51:28	M50	200	0:24:01	0:37:15	0:50:11
33	2783	Inglis Graham	TRIMET	1:51:42	M50	204	0:24:45	0:37:24	0:49:31
34	1537	Bauer Patrick	LT Alt Erkrath	1:51:47	M50	205	0:23:49	0:36:31	0:51:27
35	1772	Hoff Willi	AS Neukirchen-Vluyn	1:52:05	M50	207	0:24:24	0:37:30	0:50:10
36	1224	Herberg Jürgen	Sparkasse Lüdenscheid	1:52:15	M50	209	0:25:03	0:36:53	0:50:18
37	1357	Polak Michael	Fischelner Turnverein 1905 e	1:52:34	M50	212	0:25:03	0:37:18	0:50:12
38	618	Seuthe Andreas	*Duisburg	1:52:38	M50	214	0:24:33	0:37:23	0:50:42
39	2536	Grausam Kersten Erich	LGO Bochum	1:52:38	M50	215	0:21:34	0:47:13	0:43:50
40	2440	Grabowski Dirk	*Duisburg	1:52:45	M50	216	0:24:10	0:37:20	0:51:14
41	710	Teuber Michael	MTG Horst Essen	1:53:32	M50	223	0:24:25	0:37:31	0:51:35
42	1818	Eisenkopf Oliver	*Mülheim an der Ruhr	1:53:54	M50	228	0:25:22	0:38:05	0:50:26
43	2270	Jendro Alfred	*Mülheim an der Ruhr	1:54:09	M50	233	0:24:55	0:38:11	0:51:02
44	2021	Schröer Olaf	Cycling Team Essen	1:54:35	M50	238	0:24:12	0:37:50	0:52:32
45	2287	Holle Jens	Angerland LT Lintorf	1:55:08	M50	244	0:25:24	0:38:10	0:51:33
46	1458	Pothmann Rainer	ERGO sports Düsseldorf	1:56:34	M50	259	0:25:56	0:38:50	0:51:46
47	2377	Baehr Dr. Hanno	TUSEM Essen	1:56:55	M50	265	0:24:29	0:38:55	0:53:30
48	731	Preuß Stefan	Vodastecher Tri-Team	1:57:36	M50	275	0:23:59	0:37:33	0:56:04
49	886	Langs Stefan	BSG Sparkasse Lüdenscheid	1:57:51	M50	276	0:25:03	0:38:21	0:54:26
50	1197	Fretsch Christian	CVJM Neukirchen-Vluyn	1:58:12	M50	282	0:26:17	0:39:25	0:52:29



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M50									
51	2576	Steffens Werner	1. FCM	1:58:21	M50	285	0:28:08	0:32:53	0:57:19
52	683	Sauer Andreas	Garantie abgelaufen	1:58:54	M50	290	0:25:33	0:37:50	0:55:30
53	793	Liehr Ralf	*Oberhausen	1:59:02	M50	292	0:24:50	0:38:33	0:55:38
54	1713	Vißers Ralf	Vodafone Runners	1:59:16	M50	295	0:25:53	0:40:09	0:53:13
55	789	Olexik Mirko	Running4charity	1:59:45	M50	298	0:27:41	0:38:44	0:53:19
56	1954	Schröder Norbert	*Moers	2:00:54	M50	311	0:27:37	0:41:27	0:51:49
57	2578	Filler Guido	run4sheldrake	2:01:15	M50	320	0:26:46	0:40:38	0:53:51
58	2312	Pederiva Thomas	Et kütt wie et kütt	2:01:29	M50	326	0:26:09	0:41:54	0:53:25
59	1233	Knight Winston	*Oberhausen	2:01:34	M50	331	0:26:48	0:40:09	0:54:37
60	1438	Kattelans Dieter	BSG Stadtwerke Duisburg	2:02:04	M50	335	0:27:09	0:40:54	0:54:00
61	1733	Heuser Maik	Vodafone Runners	2:02:18	M50	339	0:27:03	0:39:56	0:55:18
62	1520	Heider Stephan	*Moers	2:03:00	M50	347	0:27:38	0:41:44	0:53:37
63	1819	Winkelmann Markus	*Dorsten	2:03:07	M50	349	0:26:30	0:41:16	0:55:21
64	2273	Nicolaus Ralf	LT Vynen Xanten	2:03:54	M50	357	0:27:20	0:41:29	0:55:03
65	2379	Schippel Klaus	SV Raadt	2:06:18	M50	381	0:27:38	0:42:17	0:56:22
66	2833	Halfmann Oliver	*Duisburg	2:06:28	M50	382	0:28:32	0:42:13	0:55:42
67	986	Dumoulin René	*Duisburg	2:06:39	M50	387	0:27:37	0:42:06	0:56:55
68	1060	Neppl Peter	MSV Duisburg	2:06:52	M50	391	0:27:09	0:41:30	0:58:12
69	1043	Schlüter Markus	Herner Triathlon Team 11	2:07:02	M50	393	0:28:40	0:41:57	0:56:24
70	925	Peiffert Guy	Herner Triathlon Team 11	2:07:13	M50	398	0:27:06	0:42:26	0:57:40
71	2577	Ibels Christof	1. FCM	2:07:39	M50	402	0:28:08	0:42:10	0:57:19
72	1699	Bollenbach Heiner	SG Ruhr 1929	2:07:54	M50	404	0:28:36	0:42:51	0:56:26
73	2163	Planner Jörg	Alpenläufer	2:07:58	M50	406	0:28:51	0:42:19	0:56:47
74	1404	Pünder Thomas	*Duisburg	2:08:41	M50	412	0:27:03	0:43:08	0:58:30
75	2306	Horsing Thomas	Team Montag	2:09:13	M50	418	0:30:41	0:42:45	0:55:46
76	2496	Bläser Frank	Bisschen faul	2:09:13	M50	419	0:28:53	0:42:20	0:57:58
77	760	Dolif Christian	Wittlaer Runners	2:09:55	M50	425	0:24:45	0:43:35	1:01:34
78	2420	Scharer John	Angerland LT Lintorf	2:10:46	M50	439	0:29:16	0:43:06	0:58:23
79	2748	Bürgel Christian	BSG Commerzbank AG Ruh	2:11:10	M50	445	0:28:15	0:43:26	0:59:29
80	1564	Evers Christian	Elsterland Runners	2:11:21	M50	448	0:28:31	0:44:34	0:58:15
81	1104	Wiesner Michael	*Moers	2:11:23	M50	449	0:28:14	0:42:38	1:00:30
82	1546	Klein Wolfgang	*Düsseldorf	2:11:40	M50	452	0:28:35	0:43:46	0:59:18
83	703	Seth Siegfried	*Gelsenkirchen	2:12:11	M50	456	0:29:06	0:43:39	0:59:24
84	2170	Schwagmann Stefan	TV Jahn Hiesfeld	2:12:16	M50	460	0:28:47	0:43:06	1:00:22
85	1605	Neugrodda Carsten	Lauftiger	2:13:01	M50	469	0:29:06	0:44:30	0:59:25
86	2488	Ismer Peter	*Oberhausen	2:13:17	M50	473	0:28:44	0:43:49	1:00:43
87	2627	Sondermann Arnd	ASCD	2:15:27	M50	492	0:32:21	0:44:25	0:58:40
88	722	Biegel Dirk	Lauftiger	2:15:30	M50	493	0:30:08	0:43:40	1:01:42
89	2351	Syren Markus	Elsterland Runners	2:16:41	M50	501	0:27:58	0:44:27	1:04:15
90	908	NIEHUES CHRISTOPH	*CASTROP-RAUXEL	2:17:32	M50	510	0:29:04	0:45:42	1:02:44
91	2534	Reus Michael	Duisburger Ruderverein	2:17:39	M50	511	0:29:57	0:45:39	1:02:02
92	1646	Küpper Volker	Ruhrboss 03 e.V.	2:18:10	M50	514	0:30:03	0:45:44	1:02:22
93	2396	Platte Stephan	Hastener TV	2:18:45	M50	519	0:30:07	0:45:50	1:02:48
94	945	Tabel Dirk	Cityrunner	2:20:42	M50	533	0:30:06	0:47:38	1:02:58
95	936	Kura Arnd	*Velbert	2:21:20	M50	537	0:28:54	0:47:33	1:04:51
96	693	Wieland Ralf	*Duisburg	2:21:38	M50	539	0:31:19	0:46:48	1:03:30
97	1432	Desinger Dirk	*Mülheim	2:22:47	M50	542	0:30:55	0:48:08	1:03:42
98	702	Köhler Christian	*Duisburg	2:23:35	M50	550	0:31:01	0:49:06	1:03:26
99	2898	Brack Günter	*Oberhausen	2:24:38	M50	556	0:30:43	0:47:33	1:06:20
100	806	Schrank Rolf	eSRunners	2:25:25	M50	561	0:32:23	0:48:10	1:04:51



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M50									
101	1894	Plickat Thomas	*Oberhausen	2:26:20	M50	568	0:30:56	0:48:19	1:07:05
102	1048	Pohl Volker	*Rheinberg	2:26:55	M50	571	0:31:20	0:50:01	1:05:32
103	905	Gerber Cord	*Moers	2:27:09	M50	573	0:31:19	0:47:17	1:08:31
104	1007	Toebe Volker	*Duisburg	2:27:35	M50	575	0:30:56	0:53:01	1:03:36
105	2062	Ernst Olaf	HFS - Helmut's-Fahrrad-Seit	2:30:49	M50	584	0:32:11	0:51:02	1:07:35
106	2252	Bahlo Andreas	Wirtschaftsbetriebe Duisburg	2:33:44	M50	594	0:33:11	0:50:45	1:09:47
107	1852	Bring Dirk	Rumelner TV	2:34:11	M50	596	0:33:17	0:52:17	1:08:36
108	1839	Neven Georg	Rhein-Donau Giganten	2:36:24	M50	602	0:34:00	0:51:40	1:10:43
109	707	Geuer Lutz	*Krefeld	2:38:21	M50	606	0:34:56	0:53:31	1:09:54
110	1167	Franz Uwe	*Duisburg	2:39:21	M50	608	0:34:05	0:52:52	1:12:23
111	1464	Eckert Andreas	*Wesel	2:42:17	M50	615	0:34:00	0:53:41	1:14:34
112	914	Wienen Thomas	Endspurt Norderney	2:48:28	M50	628	0:36:52	0:55:48	1:15:47
113	1920	Kate Wolfgang	*Wachtendonk	2:49:53	M50	631	0:36:59	0:56:24	1:16:29



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M55									
1	1215	Faßbender Michael	Triminators TV Voerde	1:29:03	M55	29	0:19:17	0:29:47	0:39:59
2	1412	Hinjos Sanchez Felix	TV 1900 Wanheim	1:30:30	M55	37	0:20:16	0:30:00	0:40:13
3	1563	Weckwarth Peter	Solinger Läufer	1:31:42	M55	40	0:20:06	0:30:37	0:40:58
4	1087	Schwarz Harald	VT Triangel Kempen	1:34:17	M55	55	0:21:10	0:31:34	0:41:33
5	1751	Runte Meinolf	TUS BREITSCHEID	1:34:21	M55	56	0:20:29	0:31:41	0:42:09
6	1152	Backes Ralph	TV Dortmund mengede	1:35:14	M55	57	0:20:30	0:32:17	0:42:25
7	1560	Gunsenheimer Uwe	*Düsseldorf	1:37:32	M55	67	0:21:31	0:32:32	0:43:28
8	1028	Miguel Carlos	Lauftreff R(h)einknaller	1:38:48	M55	77	0:21:11	0:33:10	0:44:26
9	1705	Maus Stefan	SG Ruhr 1929	1:39:24	M55	83	0:22:16	0:33:10	0:43:57
10	823	Kuhn Reinhard	Ruhrverband	1:40:21	M55	88	0:21:58	0:33:38	0:44:44
11	816	Wieschemann Frank	Nordtriathleten Oberhausen	1:40:31	M55	90	0:20:19	0:31:48	0:48:22
12	1467	Marx Werner	OTV Endurance Team	1:42:12	M55	104	0:22:07	0:35:36	0:44:28
13	1562	Döring Andreas	*Gelsenkirchen	1:42:22	M55	108	0:22:21	0:33:59	0:46:01
14	1407	Bong Andre	*Krefeld	1:43:19	M55	114	0:22:30	0:34:49	0:45:59
15	524	Bowles Cliff	Ich bin raus...	1:44:16	M55	123	0:23:36	0:34:18	0:46:21
16	1352	Blässe Detlef	Sprungzwei	1:44:21	M55	126	0:22:46	0:34:47	0:46:47
17	953	Klima Michael	Schön Wetter Läufer	1:44:22	M55	129	0:22:41	0:34:31	0:47:10
18	1019	Sendler Dietmar	SC Bayer 05 Uerdingen	1:47:54	M55	162	0:22:34	0:36:17	0:49:02
19	2053	Köhnen Dirk	LEMKEN Lauftreff	1:48:05	M55	164	0:25:10	0:37:32	0:45:22
20	2382	Peters Andreas	*Oberhausen	1:49:03	M55	175	0:23:38	0:36:20	0:49:04
21	525	Röhle Frank	*Hattingen	1:50:51	M55	193	0:23:51	0:37:07	0:49:51
22	2319	Goralski Stefan	DJK Adler Union Frintrop	1:50:59	M55	195	0:24:05	0:37:25	0:49:28
23	2873	Schilling Jürgen	Lauftreff Sterkrade-Nord	1:51:30	M55	201	0:23:10	0:36:21	0:51:58
24	857	Kemkes Reinhard	*Essen	1:51:35	M55	203	0:24:40	0:37:18	0:49:36
25	1757	Althoff Martin	LG Coesfeld	1:52:48	M55	218	0:24:11	0:37:51	0:50:45
26	1459	Schmitz Ulrich	TC Grün-Weiß Hochdahl e.V.	1:53:39	M55	224	0:27:09	0:38:07	0:48:22
27	2056	Kröll Thomas	LEMKEN Lauftreff	1:54:04	M55	232	0:24:36	0:37:33	0:51:53
28	827	Ridderskamp Dietmar	*Duisburg	1:55:14	M55	246	0:25:01	0:38:10	0:52:01
29	2372	Sandführer Rüdiger	DJK Buchholz	1:55:19	M55	247	0:25:30	0:38:33	0:51:15
30	805	Gers Norbert	Der Freisenbrucher	1:55:23	M55	249	0:25:31	0:38:23	0:51:29
31	1592	Nigbur Stephan	TV Voerde e.V. - Budo-Abtei	1:55:23	M55	250	0:25:03	0:38:05	0:52:15
32	795	Zurell Hartmut	Lauffreunde HADI Wesel	1:56:07	M55	254	0:25:36	0:38:44	0:51:47
33	2001	Van Koll Udo	SC Bayer 05 Uerdingen	1:56:52	M55	264	0:25:50	0:38:15	0:52:46
34	1356	Reimann Christopher	TVE Burgaltendorf	1:57:00	M55	267	0:25:03	0:39:08	0:52:48
35	2217	Nover Hans-Jürgen	*Duisburg	1:57:02	M55	268	0:25:43	0:38:58	0:52:20
36	2780	Wolters Lothar	TRIMET	1:57:34	M55	274	0:25:50	0:39:32	0:52:11
37	2832	Bacher Tim	Evang. Klinikum Niederrh.	1:57:52	M55	277	0:24:42	0:40:14	0:52:56
38	2827	Reinhardt Frank	Evang. Klinikum Niederrh.	1:58:51	M55	288	0:26:20	0:39:46	0:52:45
39	1119	Bremer Andreas	Marketing Runners	1:58:52	M55	289	0:25:47	0:40:12	0:52:53
40	580	Mayworm Erich	BSG Sparkasse Lüdenscheid	1:59:15	M55	294	0:25:56	0:39:15	0:54:04
41	1303	Perus Andreas	Tbd Osterfeld	1:59:58	M55	301	0:25:33	0:38:48	0:55:36
42	2717	Leyendecker Achim	*Duisburg	2:00:25	M55	305	0:25:11	0:37:44	0:57:29
43	1071	Achsel Thomas	Team InterrailKlatovy 2007	2:00:50	M55	309	0:26:23	0:40:00	0:54:25
44	1070	Eckert Dr. Paul	Team InterrailKlatovy 2007	2:00:51	M55	310	0:26:24	0:40:00	0:54:26
45	1348	Zacher Jörg	SC Bayer 05 Uerdingen	2:01:20	M55	323	0:26:16	0:39:25	0:55:38
46	2083	Scheidtmann Michael	Neander Energie	2:01:29	M55	327	0:26:57	0:40:21	0:54:10
47	2690	Bickmann Ludger	Wacker Kapellen	2:02:17	M55	337	0:25:52	0:37:50	0:58:34
48	1362	Haussels Friedhelm	Hauptstadt für Kinder	2:02:40	M55	343	0:28:13	0:40:29	0:53:57
49	954	Themann Erwin	Schön Wetter Läufer	2:03:09	M55	350	0:27:11	0:41:22	0:54:35
50	1137	Korstian Peter	*Duisburg	2:03:35	M55	354	0:28:19	0:41:10	0:54:05



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M55									
51	1155	Lingen Jürgen	*Willich	2:03:51	M55	356	0:30:37	0:32:09	1:01:05
52	1324	Fleitz Mario	*Duisburg	2:06:02	M55	376	0:27:21	0:42:01	0:56:40
53	1446	Körber Sören	*Duisburg	2:06:10	M55	379	0:27:03	0:42:17	0:56:49
54	1275	Polster Thomas	SuS Bertlich	2:06:48	M55	390	0:33:50	0:39:57	0:52:59
55	2668	Stommel Jörg	*Düsseldorf	2:07:08	M55	396	0:29:05	0:41:40	0:56:22
56	2932	Pardo Antonio	AOK Rheinland/Hamburg	2:07:19	M55	400	0:28:15	0:43:01	0:56:02
57	530	Podubrin Michael	*Oberhausen	2:07:56	M55	405	0:27:52	0:42:54	0:57:09
58	1932	Brinkert Ulrich	Taekwondo Center Oberhau	2:08:04	M55	408	0:27:56	0:42:05	0:58:02
59	927	Bonnen Thomas	*Straelen	2:09:19	M55	420	0:27:43	0:43:39	0:57:55
60	2386	Stein Thomas	*Mülheim	2:09:23	M55	421	0:27:22	0:43:17	0:58:43
61	2086	Madeia Waldemar	Neander Energie	2:09:30	M55	422	0:28:49	0:44:13	0:56:28
62	922	Spreer Christian	LT Berka Stars	2:09:55	M55	424	0:28:04	0:44:04	0:57:47
63	723	Smikale Dirk	*Duisburg	2:10:10	M55	426	0:28:03	0:44:35	0:57:32
64	1636	Latta Peter	LC Duisburg	2:10:45	M55	436	0:29:15	0:43:37	0:57:52
65	1427	Peter Ronald	HLG 98 Wuppertal	2:10:45	M55	438	0:28:34	0:44:39	0:57:31
66	2809	Karoß Horst	VIVAWEST	2:11:00	M55	443	0:28:31	0:44:25	0:58:03
67	2037	Hinkel Jörg	*Oberhausen	2:11:38	M55	451	0:29:11	0:43:30	0:58:55
68	2085	Herre Ralf	Neander Energie	2:12:30	M55	462	0:28:24	0:44:34	0:59:31
69	1452	Budde Franz	Ruderclub am Baldeneysee	2:12:51	M55	467	0:28:12	0:44:51	0:59:47
70	2728	Spieker Dr. Michael	Mercer Runners	2:12:58	M55	468	0:28:46	0:43:46	1:00:25
71	2531	Krauskopf Jens	*Duisburg	2:13:08	M55	470	0:28:51	0:43:42	1:00:34
72	2508	Meier Uli	Nordtriathleten Oberhausen	2:14:33	M55	482	0:30:34	0:46:59	0:56:59
73	930	Komor Jean-Paul	LC Duisburg	2:14:34	M55	483	0:29:42	0:45:06	0:59:45
74	1758	Kröger Jürgen	LG Coesfeld	2:15:06	M55	489	0:30:11	0:45:01	0:59:53
75	2468	Reinders Detlef	*Bocholt	2:15:32	M55	494	0:29:19	0:47:00	0:59:11
76	2658	Kirchberg Peter	LC Duisburg	2:17:25	M55	508	0:28:43	0:45:27	1:03:14
77	2428	Schmitz Willi	LT Krefeld-Oppum	2:18:43	M55	518	0:31:34	0:46:32	1:00:35
78	952	Optenhövel Ditmar	Schön Wetter Läufer	2:18:59	M55	521	0:28:48	0:44:14	1:05:56
79	1049	Strerath Dirk	Running Gig	2:21:01	M55	534	0:29:49	0:47:55	1:03:15
80	1110	Brauer Detlef	*Rheinberg	2:21:11	M55	535	0:31:01	0:47:50	1:02:20
81	2034	Brecklinghaus Johannes	TV Wanheimerort 1880 e.V.	2:23:10	M55	545	0:30:19	0:46:56	1:05:54
82	2624	Ruiters Volker	*Oberhausen	2:25:10	M55	559	0:32:28	0:48:37	1:04:05
83	1219	Adler Thomas	Gerscheder SV 1966	2:26:01	M55	565	0:29:55	0:45:26	1:10:39
84	548	Seeske Volker	Team Erdinger Alkoholfrei	2:28:45	M55	578	0:31:33	0:48:30	1:08:40
85	2527	Püllmann Hans-Günter	*Gelsenkirchen	2:34:31	M55	597	0:33:28	0:51:16	1:09:47
86	814	Claußen Uwe	*Duisburg	2:36:05	M55	600	0:33:58	0:54:08	1:07:58
87	2850	Goerke Heinz	opta data Gruppe	2:36:11	M55	601	0:35:22	0:53:03	1:07:45
88	2792	Baas Ralf	FS Rheinkamp	2:38:08	M55	605	0:34:40	0:52:49	1:10:38
89	977	Rinkowski Bernd	Laufende GEO-Meter	2:42:03	M55	614	0:37:12	0:44:05	1:20:45
90	1567	Koll Oliver	Ausdauerchule by bunert	2:45:49	M55	623	0:37:25	0:54:09	1:14:14
91	1669	Hoffmann . Jens	BWG Running Team	2:55:55	M55	636	0:34:47	0:54:43	1:26:24



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M60									
1	1739	Caulfield Kieran	Vodafone Runners	1:32:03	M60	43	0:20:07	0:30:33	0:41:22
2	1312	Röthling Axel	ESV Meiderich	1:39:46	M60	84	0:21:13	0:34:03	0:44:28
3	2703	Schmidt Wolfgang	Moerser TV	1:40:05	M60	87	0:21:59	0:33:35	0:44:30
4	1361	Kuhnke Lothar	Bunter Vogel	1:43:50	M60	119	0:22:14	0:33:49	0:47:47
5	6170	Castaneda Falcon Manuel	Vodafone Runners	1:44:22	M60	127	0:23:20	0:34:32	0:46:29
6	2105	Schmidt Friedhelm	LAV	1:45:10	M60	132	0:23:20	0:35:11	0:46:39
7	1236	Jeßnitz Josef	LT MSV Turnen	1:45:22	M60	133	0:22:54	0:35:22	0:47:05
8	1548	Bierschbach Rainer	Turnerbund Osterfeld 1911 e	1:46:47	M60	146	0:23:38	0:35:34	0:47:34
9	1200	Gertz Hubert	Adler-Langlauf Bottrop	1:46:54	M60	147	0:23:22	0:35:57	0:47:34
10	2258	Foik Gregor	SV.04 Langendreer	1:47:03	M60	149	0:22:58	0:36:17	0:47:48
11	2345	Mammen Ralph	*Ratingen	1:47:10	M60	153	0:23:40	0:35:53	0:47:36
12	1342	Diker Uwe	TuS Drevenack	1:47:52	M60	160	0:23:17	0:35:40	0:48:54
13	2070	Uhlig Peter	LTV 1927 Kamp-Lintfort	1:50:20	M60	190	0:23:52	0:37:26	0:49:02
14	1372	Ellerbrok Dirk	DJK VfR Saarn	1:52:57	M60	219	0:24:37	0:37:03	0:51:16
15	2721	Schoeter Ulrich	*Mülheim/Ruhr	1:54:50	M60	241	0:25:50	0:38:15	0:50:43
16	1760	Naber Ewald	LG Coesfeld	1:55:12	M60	245	0:25:18	0:38:07	0:51:46
17	1695	Bier Günter	SG Ruhr 1929	1:57:05	M60	269	0:26:47	0:38:27	0:51:50
18	971	Gerpeide Frank	SV 08/29 Friedrichsfeld	1:57:23	M60	273	0:25:49	0:38:50	0:52:43
19	1206	Lorkowski Michael	Die Blauen Bengel	1:58:00	M60	280	0:26:05	0:39:06	0:52:48
20	1698	Blötner Uwe	SG Ruhr 1929	1:58:07	M60	281	0:24:47	0:39:48	0:53:32
21	826	Stockebrandt Fritz	Erler-Sportgemeinschaft	1:58:17	M60	284	0:26:07	0:39:24	0:52:44
22	2523	Etzel Uli	FI Sport e.V.	1:58:37	M60	287	0:26:04	0:38:21	0:54:11
23	1977	Schmidt Detlev	Edeka	1:59:12	M60	293	0:25:08	0:41:13	0:52:50
24	1301	Neugebauer Gerd	Styrumer TV Mülheim	2:00:06	M60	302	0:24:26	0:37:15	0:58:25
25	824	Böhme Gerd	*45134	2:00:30	M60	306	0:28:01	0:41:04	0:51:25
26	1411	Leonhardt Rainer	*Düsseldorf	2:00:31	M60	307	0:26:04	0:40:38	0:53:49
27	2685	Schwarz Stephan	Casino Duisburg	2:01:27	M60	325	0:27:37	0:40:30	0:53:19
28	2054	Schulze Norbert	LEMKEN Lauftreff	2:01:31	M60	329	0:27:08	0:41:41	0:52:41
29	1400	Knieling Rainer	Erler-Sportgemeinschaft	2:02:18	M60	338	0:26:38	0:40:19	0:55:19
30	2618	Peters Hans-Josef	LV Marathon Kleve	2:02:30	M60	341	0:26:30	0:41:28	0:54:32
31	1553	Michalski Juergen	SV Delphin Dorsten 1971 e.	2:02:45	M60	344	0:26:30	0:41:23	0:54:51
32	1145	Beckord Dr. Peter	*Duisburg	2:02:56	M60	346	0:26:54	0:41:17	0:54:45
33	603	Niehs Theo	*Düsseldorf	2:03:38	M60	355	0:26:35	0:40:25	0:56:37
34	1962	Lickes Heinz-Theo	LT Krefeld-Oppum	2:03:58	M60	358	0:26:33	0:40:42	0:56:43
35	1064	Sauerwald Werner	ERG 1900 e.V.	2:05:41	M60	371	0:27:32	0:41:59	0:56:10
36	1632	Nickel Reiner	Krohne Messtechnik	2:06:03	M60	377	0:29:24	0:41:01	0:55:37
37	1370	Schäfer Jürgen	TARGOBANK Lauftreff Dui	2:06:53	M60	392	0:25:21	0:38:34	1:02:56
38	1023	Eichler Marcus	Angerland LT Lintorf	2:07:42	M60	403	0:25:26	0:49:26	0:52:50
39	611	Bonnen Michael	*Düsseldorf	2:08:46	M60	413	0:28:42	0:43:28	0:56:35
40	1399	Richter Rüdiger	Eisbären in Not	2:10:49	M60	441	0:28:37	0:43:51	0:58:20
41	2710	Gobbers Willi	*Krefels	2:11:20	M60	447	0:29:16	0:42:57	0:59:07
42	1294	Fleige Michael	TV Jahn Hiesfeld	2:12:15	M60	459	0:28:26	0:45:03	0:58:45
43	1379	Genter Heipe	LT Turnerbund Frintrop	2:13:10	M60	471	0:28:22	0:43:38	1:01:09
44	2709	Liebal Rudolf	*Duisburg	2:14:24	M60	480	0:28:58	0:44:23	1:01:01
45	861	Winter Martin	Die Eisezapfen	2:14:59	M60	487	0:30:10	0:44:05	1:00:44
46	664	Oberdörfer Stefan	*Remscheid	2:16:33	M60	500	0:29:23	0:45:08	1:02:01
47	1478	Bucksch Wolfgang	*Duisburg	2:16:43	M60	502	0:28:44	0:45:39	1:02:19
48	630	Schneider Joachim	*Krefeld	2:18:29	M60	516	0:30:11	0:46:36	1:01:41
49	2036	Höffken Ulrich	BSG Sparkasse Duisburg	2:18:48	M60	520	0:28:57	0:45:01	1:04:49
50	2038	Vierhaus Detlev	team-4haus	2:19:23	M60	522	0:30:40	0:45:28	1:03:15



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer M60									
51	2223	Finkeldey Achim	Adler-Langlauf Bottrop	2:20:01	M60	524	0:31:57	0:47:45	1:00:18
52	991	Bork Siegfried	TV-UTFORT EICK	2:20:03	M60	525	0:32:54	0:42:49	1:04:20
53	1065	Prochotta Prof. Dr. Joach	*Meerbusch	2:20:12	M60	528	0:31:13	0:46:45	1:02:13
54	2116	Grafen Erich	*Dinslaken	2:21:34	M60	538	0:30:22	0:46:19	1:04:53
55	1257	Gatz Norbert	WfbM Duisburg	2:23:08	M60	544	0:34:18	0:46:11	1:02:38
56	1359	Koch Henz	*Moers	2:23:33	M60	549	0:32:20	0:47:33	1:03:40
57	894	Beuting Ulrich	DJK TuS Rotthausen	2:25:18	M60	560	0:33:08	0:46:40	1:05:29
58	951	Maryniok Manfred	Schön Wetter Läufer	2:25:47	M60	564	0:31:09	0:48:28	1:06:10
59	2431	Pannek Wolfgang	*Duisburg	2:31:00	M60	587	0:33:04	0:48:51	1:09:04
60	2346	Wickert Ralf	*Dinslaken	2:31:22	M60	588	0:32:15	0:51:11	1:07:54
61	966	Niggemann Heinz	Laufgruppe Ziiiiisch und weg	2:33:57	M60	595	0:34:21	0:51:40	1:07:55
62	1217	Gesing Harald	*Hattingen	2:38:27	M60	607	0:33:53	0:53:52	1:10:42
63	1836	Herrmann Holger	Rumelner TV	2:39:35	M60	609	0:33:24	0:53:54	1:12:15
64	1704	Hassepass Werner	SG Ruhr 1929	2:48:49	M60	630	0:38:53	0:55:50	1:14:06
65	2483	Sewing Wolfgang	*Neukirchen-Vluyn	2:52:05	M60	632	0:35:34	0:57:57	1:18:33
Altersklasse Männer M65									
1	782	Pollack Ulrich	TuS Drevenack	1:33:17	M65	51	0:20:19	0:31:04	0:41:52
2	1230	Witteler Norbert	LT Rhein Herne Kanal 1988	1:38:02	M65	71	0:21:58	0:32:51	0:43:12
3	729	Hanzen Michael	Homberger Turnverein	1:48:21	M65	169	0:23:35	0:35:37	0:49:07
4	2781	Savilif Rüdiger	TRIMET	1:49:22	M65	180	0:23:54	0:36:38	0:48:49
5	1617	Wroberger Norbert	*Dortmund	1:54:03	M65	231	0:24:48	0:38:32	0:50:42
6	2278	Kölzer Ulli	Running Team Grafenberg	1:55:31	M65	251	0:26:03	0:37:59	0:51:28
7	1191	Bleichroth Bernhard	SC Bayer 05 Uerdingen	2:02:27	M65	340	0:30:51	0:37:19	0:54:16
8	2161	Bergemann Udo	RTB Remscheid	2:04:09	M65	360	0:27:28	0:41:57	0:54:43
9	1398	Richter Jürgen	Eisbären in Not	2:04:40	M65	364	0:26:53	0:41:11	0:56:36
10	981	Eidens Jo	*Kamp-Lintfort	2:06:15	M65	380	0:27:03	0:41:34	0:57:37
11	2335	Große-Wilde Wolfgang	Lauffreunde Bottrop	2:06:28	M65	383	0:27:45	0:42:18	0:56:24
12	1463	Fürchtenicht Klaus-Dieter	TV Jahn Hiesfeld	2:10:45	M65	437	0:27:02	0:45:01	0:58:41
13	1098	Remenar Willi	BSG-Commerzbank	2:14:08	M65	477	0:29:15	0:45:29	0:59:22
14	1703	Hanich Rudolf	SG Ruhr 1929	2:14:46	M65	485	0:29:20	0:45:23	1:00:02
15	1029	Lissy Reinhold	*Velbert	2:20:12	M65	527	0:31:00	0:47:02	1:02:08
16	847	Teloh Dieter	*Mülheim a.d. Ruhr	2:22:15	M65	540	0:31:21	0:47:18	1:03:35
17	715	Fieser Heinz	Kaldenhausen Roadrunner	2:23:00	M65	543	0:32:27	0:47:21	1:03:11
18	1761	Plesker Heinz	LG Coesfeld	2:23:39	M65	552	0:31:57	0:48:49	1:02:52
19	590	Schlößer Johann	*Duisburg	2:26:14	M65	567	0:32:04	0:47:49	1:06:20
20	855	Kolenbrander Karl-Heinz	*Düsseldorf	2:29:03	M65	580	0:31:51	0:50:09	1:07:02
21	675	Frentrup Klaus	Holy Crap	2:37:13	M65	604	0:34:20	0:52:44	1:10:08
22	727	Roth Winfried	*Duisburg	2:47:24	M65	626	0:37:26	0:54:38	1:15:19
23	1035	Strauß Dr. Wolfgang	*Duisburg	3:07:21	M65	642	0:39:41	1:04:14	1:23:25



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km	
Altersklasse Männer M70										
	1	1034	Scharrenberg Uli	Fortuna Düsseldorf Lauf e.V.	1:42:09	M70	103	0:22:27	0:34:03	0:45:39
	2	2201	Buteweg Helmut	Hamminkelner SV	1:51:31	M70	202	0:24:38	0:37:05	0:49:47
	3	2233	Höffken Willi	*Mülheim	1:53:49	M70	226	0:25:22	0:38:00	0:50:27
	4	668	Jakobs Manfred	ETuS Wedau	2:00:07	M70	303	0:26:02	0:40:09	0:53:55
	5	1696	Pilske Claus-Dieter	SG Ruhr 1929	2:10:35	M70	430	0:29:04	0:43:29	0:58:02
	6	1707	Klinzig Hans-Georg	SG Ruhr 1929	2:12:39	M70	463	0:30:02	0:44:29	0:58:06
	7	2649	Schöbel Heinz	*Wuppertal	2:23:11	M70	546	0:31:53	0:48:02	1:03:15
	8	2620	Zieseniss Wolfgang	*Bedburg-Hau	2:23:15	M70	547	0:30:14	0:46:38	1:06:22
	9	846	Schröder Günther	*Essen	2:25:46	M70	563	0:30:53	0:50:29	1:04:22
	10	2096	Florian Reinhold	TEAM ELG	2:26:36	M70	569	0:32:13	0:49:46	1:04:36
	11	907	Sommerey Wolfgang	Lauftreff Uhlenhorst Mülheim	2:27:29	M70	574	0:32:18	0:48:19	1:06:52
	12	2655	Czech Bruno	www.sport-mit-sven.de	2:30:56	M70	586	0:34:04	0:50:18	1:06:33
	13	1547	Beckmann Heinz	*Duisburg	2:44:34	M70	619	0:36:15	0:54:18	1:14:01
	14	1700	Eickelmann Franz-Josef	SG Ruhr 1929	2:44:40	M70	620	0:36:01	0:53:26	1:15:12
	15	2795	Schwake Wilfried	FS Rheinkamp	2:54:26	M70	633	0:38:27	0:57:08	1:18:50
	16	2793	Biebersdorf Karl-Heinz	FS Rheinkamp	2:54:28	M70	634	0:38:10	0:57:23	1:18:54
	17	1445	Ahrens Rainer	*Wuppertal	2:58:25	M70	637	0:40:11	0:58:23	1:19:49
	18	1863	Plückelmann Willi	TuS Hamborn-Neumühl	3:06:48	M70	641	0:31:34	1:07:02	1:28:11
Altersklasse Männer M75										
	1	557	Kalweit Siegfried	TSV Viktoria Mülheim	2:01:11	M75	318	0:24:53	0:44:34	0:51:43
	2	2314	Nöldemann Dieter	run for fun	2:12:44	M75	464	0:29:23	0:44:17	0:59:04
	3	1426	Purnell Michael	Adler-Langlauf Bottrop	2:16:06	M75	496	0:29:43	0:43:38	1:02:45
	4	2298	Steuck Siegbert	Freie Schwimmer Düsseldorf	2:20:05	M75	526	0:30:35	0:45:56	1:03:34
	5	1830	Litfin Harri	TSV Viktoria Mülheim	2:23:22	M75	548	0:31:55	0:46:56	1:04:30
	6	1465	Urbatsch Dr. Peter	*Mülheim	2:46:57	M75	625	0:35:43	0:55:55	1:15:18
	7	837	Winter Heinz	STV Hünxe	3:05:37	M75	640	0:39:15	1:01:42	1:24:39
Altersklasse Männer M80										
	1	869	Tausche Karl	SV Haldern Lauftreff	3:01:52	M80	638	0:38:48	0:58:41	1:24:22
Altersklasse Männer M85										
	1	872	Van Löchtern Theo	Oberhausener TV	2:55:29	M85	635	0:39:26	0:58:39	1:17:23



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Männer

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Männer MU18									
1	504	Vernikov Wiktor	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	1:21:25	MU18	5	0:17:19	0:26:59	0:37:06
2	643	Timmer Moritz	LG Stadtwerke Hilden	1:26:36	MU18	20	0:18:07	0:29:21	0:39:07
3	835	Heide Maximilian	SC Bayer 05 Uerdingen	1:27:37	MU18	24	0:18:41	0:29:21	0:39:35
4	642	Brass Paul	LG Stadtwerke Hilden	1:29:05	MU18	30	0:19:03	0:30:00	0:40:02
5	1754	Müller Jannis	LG Coesfeld	1:31:41	MU18	39	0:19:33	0:31:25	0:40:41
6	1753	Claeßen Tim	LG Coesfeld	1:31:49	MU18	41	0:19:39	0:31:25	0:40:44
7	1752	Dilkaute Jonas	LG Coesfeld	1:31:55	MU18	42	0:19:35	0:31:34	0:40:45
8	2123	Meisner Rico	*Krefeld	1:43:55	MU18	120	0:23:00	0:34:25	0:46:28
9	2317	Seibel Lino	*Mülheim	1:53:26	MU18	221	0:23:18	0:36:51	0:53:16
10	1630	Wallach Tom	*Mülheim	1:55:40	MU18	252	0:24:37	0:39:07	0:51:55
11	903	Pospiech Daniel	DJK TuS Rotthausen	1:56:17	MU18	255	0:21:43	0:46:44	0:47:49
12	2604	Heck Henri	Hagedorn läuft	1:56:48	MU18	263	0:23:54	0:38:56	0:53:57
13	1544	Bäcker Jan	Laufgemeinschaft Greb	1:57:58	MU18	279	0:25:35	0:37:48	0:54:34
14	1091	Weyler Rion	*Duisburg	2:01:17	MU18	322	0:26:50	0:40:51	0:53:36
Altersklasse Männer MU20									
1	2462	Jüttermann Jan	SV Lembeck	1:21:34	MU20	6	0:17:54	0:27:05	0:36:34
2	644	Raible Philipp	LG Stadtwerke Hilden	1:27:58	MU20	27	0:18:23	0:30:13	0:39:20
3	534	Dwars Hendrick	Tri Train Team	1:33:47	MU20	54	0:19:53	0:31:54	0:42:00
4	2918	Wiele Tim	TV Wanheimerort 1880 e.V.	1:38:18	MU20	73	0:21:16	0:32:49	0:44:12
5	1210	Peuser Matthias	Rumelner TV	1:41:23	MU20	97	0:19:53	0:32:45	0:48:44
6	2390	Hanisch Tom	Familie Hanisch	1:44:19	MU20	125	0:21:43	0:34:51	0:47:44
7	2364	Lichtenberger Jonas	R.C. Sturmvogel	1:45:37	MU20	139	0:23:58	0:33:21	0:48:18
8	512	Gerhards Cedric	*Geldern	1:59:20	MU20	296	0:25:13	0:39:52	0:54:14
9	2296	Kranki Karl	*Duisburg	2:01:13	MU20	319	0:23:32	0:38:12	0:59:28
10	1405	Pünder Leon	*Duisburg	2:01:40	MU20	332	0:26:21	0:40:14	0:55:04
11	2489	Ismer Jan	*Oberhausen	2:12:46	MU20	465	0:28:37	0:43:24	1:00:44
12	2427	Gohr Julian	Rapid Ramirez	2:17:46	MU20	512	0:26:52	0:40:18	1:10:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W20									
1	2869	Wehr Katharina	TV Wanheimerort 1880 e.V.	1:25:40	W20	2	0:18:15	0:30:05	0:37:19
2	2102	Killisch Lina	TuS Drevenack	1:30:16	W20	4	0:19:42	0:30:16	0:40:17
3	2922	Schlimnat Riccarda	LG Alpen	1:32:44	W20	5	0:20:54	0:30:44	0:41:05
4	2642	Van Hüüt Annika	LG Alpen	1:35:12	W20	6	0:20:14	0:31:05	0:43:52
5	2875	Tiefenbach Selina	LC Adler Bottrop	1:37:21	W20	9	0:21:03	0:32:18	0:43:58
6	2865	Scheuer Isabell	TV Wanheimerort 1880 e.V.	1:42:48	W20	18	0:22:19	0:33:53	0:46:36
7	2303	Klenn Ricarda	SV Siemens	1:43:55	W20	20	0:22:57	0:34:51	0:46:06
8	2870	Nepl Victoria	TV Wanheimerort 1880 e.V.	1:47:00	W20	29	0:22:43	0:35:35	0:48:41
9	2464	Widler Mascha	Druckwerk-Rhein-Ruhr	1:47:12	W20	30	0:22:50	0:36:03	0:48:19
10	946	Lomertin Theresa	*Krefeld	1:49:24	W20	39	0:23:58	0:36:05	0:49:20
11	829	Stockebrandt Kyra	Erler-Sportgemeinschaft	1:51:22	W20	48	0:23:22	0:39:36	0:48:23
12	1662	Pautzke Christine	Max Maulwurf Marathonis	1:51:24	W20	49	0:24:25	0:37:43	0:49:14
13	2051	Oestrich Alina	LEMKEN Lauftreff	1:55:08	W20	73	0:25:10	0:37:32	0:52:25
14	2077	Oestrich Pia	*Xanten	1:55:16	W20	75	0:25:09	0:37:31	0:52:34
15	2629	Bickschäfer Lucie	*Duisburg	1:55:26	W20	76	0:24:59	0:38:12	0:52:14
16	2497	Göbe Leonie	Laufwerk Ruhr	1:56:45	W20	83	0:24:53	0:38:29	0:53:23
17	2313	Pouwels Alina	TV Goch	1:57:03	W20	84	0:23:48	0:37:57	0:55:17
18	570	Fileccia Carina	Nordtriathleten Oberhausen	1:58:01	W20	91	0:23:55	0:41:49	0:52:15
19	650	Zilian Hannah	*Mülheim an der Ruhr	2:00:43	W20	111	0:27:04	0:40:26	0:53:12
20	2052	Hußmann Katrin	LEMKEN Lauftreff	2:01:33	W20	113	0:27:07	0:41:41	0:52:44
21	1616	Noback Larissa	Feuerwehr Duisburg	2:01:36	W20	114	0:26:35	0:42:40	0:52:21
22	1322	Otter Jana	*Duisburg	2:02:43	W20	124	0:26:28	0:41:17	0:54:56
23	2802	Janduda Jana	VIVAWEST	2:04:15	W20	136	0:26:47	0:41:12	0:56:16
24	2571	Backwinkel Ina	*Krefeld	2:07:47	W20	173	0:27:17	0:41:40	0:58:49
25	1194	Kabierske Kathrin	*Duisburg	2:08:55	W20	185	0:28:14	0:43:23	0:57:18
26	1958	Schweitzer Sarah	Tri Geckos Dortmund	2:09:14	W20	191	0:28:17	0:42:14	0:58:42
27	2614	Harling Jasmina	*Duisburg	2:11:42	W20	222	0:29:40	0:44:15	0:57:46
28	2403	Sczesny Cara	*Bochum	2:12:47	W20	232	0:29:09	0:44:34	0:59:03
29	2292	Evening Eileen	*Düsseldorf	2:13:27	W20	242	0:25:04	0:45:33	1:02:48
30	2764	Nguyen Maria	BSG SPK Mülheim a.d. Ruhr	2:13:57	W20	247	0:29:33	0:44:06	1:00:17
31	2641	Hötzel Jasmin	*Moers	2:14:04	W20	250	0:28:52	0:44:17	1:00:54
32	1253	Kocher Nathalie	WfbM Duisburg	2:14:13	W20	251	0:27:06	0:40:30	1:06:36
33	2763	Maslanka Alina	BSG SPK Mülheim a.d. Ruhr	2:15:01	W20	261	0:29:47	0:44:23	1:00:50
34	2091	Weyand Paula	*Mönchengladbach	2:15:14	W20	267	0:30:08	0:44:21	1:00:44
35	810	Wistuba Pia	*Mülheim an der Ruhr	2:15:23	W20	269	0:29:15	0:44:44	1:01:23
36	1822	Hofstetter Sophie	*Wuppertal	2:15:40	W20	275	0:29:02	0:44:32	1:02:05
37	911	Niehues Hanna	*Castrop-Rauxel	2:17:28	W20	295	0:29:03	0:45:41	1:02:42
38	1040	Pricken Anissa	Laufgruppe Ziiiiisch und weg	2:17:52	W20	300	0:30:00	0:45:49	1:02:01
39	2291	Evening Sandra	*Düsseldorf	2:18:08	W20	301	0:29:46	0:45:33	1:02:48
40	2295	Kater Sabrina	*Düsseldorf	2:18:10	W20	303	0:29:46	0:45:33	1:02:51
41	552	Isberner Maike	SC Bayer 05 Uerdingen	2:19:29	W20	316	0:29:16	0:44:54	1:05:18
42	2541	Frey Kristina	LT Krefeld-Oppum	2:19:30	W20	317	0:29:00	0:46:29	1:04:00
43	2152	Hasse Nora	*Mülheim an der Ruhr	2:20:20	W20	329	0:29:43	0:46:54	1:03:42
44	1613	Schroer Pia	*Wesel	2:20:41	W20	332	0:29:54	0:47:37	1:03:09
45	2595	Pascher Isabell	Bocholter WSV	2:21:12	W20	339	0:31:18	0:47:28	1:02:24
46	2561	Kleinblotekamp Miriam	*Duisburg	2:22:31	W20	355	0:29:16	0:49:46	1:03:29
47	2555	Stadach Ona	*Duisburg	2:23:40	W20	367	0:31:08	0:48:59	1:03:32
48	1326	Gebauer Jana	LG Olympia Dortmund	2:24:34	W20	374	0:29:07	0:48:21	1:07:04
49	1274	Polster Kathrin	SuS Bertlich	2:25:13	W20	381	0:30:48	0:47:22	1:07:01
50	1657	Hunecken Nina	Max Maulwurf Marathonis	2:26:52	W20	399	0:31:24	0:49:15	1:06:12



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W20									
51	1984	Janissen Henrike	*Aachen	2:27:00	W20	401	0:31:25	0:47:39	1:07:56
52	2889	Heidemann Lisa	AOK Rheinland/Hamburg	2:27:36	W20	406	0:33:09	0:49:53	1:04:34
53	1832	Gienapp Laura	*Dinslaken	2:28:25	W20	414	0:33:47	0:50:40	1:03:57
54	798	Wagner Anne	*Duisburg	2:29:27	W20	427	0:37:54	0:45:23	1:06:08
55	2293	Stamm Michelle	*Düsseldorf	2:35:12	W20	462	0:32:40	0:51:10	1:11:21
56	2482	Sewing Lisa	*Neukirchen-Vluyn	2:39:09	W20	489	0:33:53	0:52:33	1:12:42
57	1574	Kreth Lisa	PSV Oberhausen	2:39:51	W20	492	0:35:14	0:52:02	1:12:35
58	1663	Pohl Carina	Max Maulwurf Marathonis	2:41:17	W20	499	0:36:20	0:47:15	1:17:41
59	2004	König Christina	*Duisburg	2:42:52	W20	501	0:35:20	0:53:34	1:13:57
60	2818	Ehren Nicole	Evang. Klinikum Niederrh.	2:46:26	W20	521	0:34:12	0:54:13	1:18:01
61	854	Sellinghoff Dana	*Essen	2:53:30	W20	540	0:36:30	0:58:02	1:18:57



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W30									
1	677	Niggemann Marinja	Ausdauerschule by bunert	1:36:56	W30	8	0:20:41	0:32:58	0:43:16
2	2434	Wiecek Karin	Sprungzwei	1:42:48	W30	17	0:22:02	0:34:55	0:45:50
3	2645	Meretz Ute	Ausdauerschule by bunert	1:48:25	W30	35	0:23:35	0:36:10	0:48:39
4	2584	Chen Bixia	*Essen	1:48:38	W30	36	0:24:58	0:36:00	0:47:39
5	507	Stauten Sabrina	TG Neuss	1:49:34	W30	40	0:23:52	0:36:56	0:48:45
6	2119	Reinhardt Julia	Nordtriathleten Oberhausen	1:50:08	W30	41	0:23:52	0:36:52	0:49:23
7	1501	Deutzmann Katharina	Southern Oregon Runners	1:51:54	W30	52	0:24:21	0:37:15	0:50:17
8	1944	Hesse Anja	FSD	1:52:57	W30	57	0:24:07	0:36:40	0:52:09
9	1250	Goebel Linda	WfbM Duisburg	1:53:29	W30	60	0:23:50	0:39:43	0:49:55
10	2019	Ax Angelika	*Duisburg	1:54:56	W30	70	0:26:05	0:38:31	0:50:19
11	1367	Faeser Ann-Katrin	Anchor Running Crew Duisb	1:57:36	W30	89	0:28:48	0:44:51	0:43:56
12	1946	Goßens Friederike	*Düsseldorf	1:57:41	W30	90	0:25:00	0:40:46	0:51:54
13	804	Hennigfeld Sonja	*Oberhausen	1:58:50	W30	98	0:25:48	0:39:07	0:53:54
14	597	Niehs Maike	*Ratingen	1:59:29	W30	102	0:26:04	0:39:48	0:53:35
15	1571	Gdanitz Marta	*Essen	2:01:54	W30	116	0:27:38	0:40:31	0:53:45
16	813	Wennersheide Kerstin	Team Erdinger Alkoholfrei	2:02:29	W30	120	0:27:13	0:39:53	0:55:23
17	1056	Benger Mona	*Moers	2:02:39	W30	122	0:24:58	0:44:23	0:53:18
18	2243	Schroeder Johanna	*Duisburg	2:02:53	W30	126	0:27:12	0:41:30	0:54:10
19	2301	Wölke Dr. Katharina	*Duisburg	2:05:33	W30	150	0:27:53	0:41:17	0:56:22
20	2619	Bickschäfer Anika	*Duisburg	2:07:17	W30	168	0:28:48	0:41:56	0:56:31
21	1554	Michalski Laura	SV Delphin Dorsten 1971 e.	2:07:23	W30	169	0:27:32	0:41:08	0:58:42
22	1481	Cataldo Martina	Crossfit Kader	2:08:31	W30	180	0:28:05	0:42:05	0:58:20
23	1957	Braunschweig Sabrina	*Dortmund	2:09:13	W30	190	0:28:17	0:42:13	0:58:42
24	2470	Rogoza Jennifer	*Hattingen	2:09:31	W30	195	0:30:18	0:43:14	0:55:58
25	2650	Lutz Nicole	*Ratingen	2:10:48	W30	207	0:30:22	0:42:17	0:58:09
26	1097	Dudler Anna	Oberhausener TV	2:11:10	W30	214	0:28:28	0:43:02	0:59:40
27	1711	Funke Jessica	SG Ruhr 1929	2:11:51	W30	225	0:29:13	0:44:06	0:58:31
28	1229	Saadi Stephanie	LT Rhein Herne Kanal 1988	2:13:05	W30	234	0:28:18	0:44:46	1:00:00
29	1943	Hupe Tina	Running Bellas	2:14:19	W30	253	0:30:04	0:44:53	0:59:21
30	2043	Henrichs Indra	DJK VfR Saarn	2:14:29	W30	254	0:28:23	0:44:02	1:02:03
31	655	Engler Denise	BSG Sparkasse Essen	2:15:04	W30	263	0:27:32	0:43:02	1:04:29
32	523	Kaub Katharina	*Moers	2:15:35	W30	274	0:30:02	0:46:27	0:59:05
33	1741	Frings Britta	Vodafone Runners	2:15:49	W30	278	0:29:50	0:46:10	0:59:48
34	2111	Joseph Anna	Laufftreff Sterkrade Nord	2:17:31	W30	296	0:29:34	0:44:17	1:03:40
35	2370	Bliefert Katharina	*Duisburg	2:17:46	W30	298	0:28:48	0:45:31	1:03:25
36	1302	Gerhards Anika	*Düsseldorf	2:19:26	W30	315	0:29:50	0:45:20	1:04:15
37	2358	Markus-Kornetzky Charlo	*Essen	2:19:54	W30	323	0:30:32	0:45:55	1:03:26
38	1151	Schröder Jessica	*Krefeld	2:20:10	W30	326	0:28:17	0:52:17	0:59:35
39	2117	Grafen Kristina	*Dinslaken	2:21:34	W30	344	0:30:22	0:46:19	1:04:53
40	1251	Woog Katharina	WfbM Duisburg	2:21:44	W30	345	0:30:10	0:49:03	1:02:30
41	2591	Heller Anna	SV Adler Weseke	2:23:00	W30	363	0:33:20	0:43:23	1:06:16
42	2888	Heidemann Anna-Lena	AOK Rheinland/Hamburg	2:24:30	W30	373	0:31:36	0:47:29	1:05:24
43	2589	Lechtenberg Denise	SV Adler Weseke	2:25:27	W30	387	0:33:19	0:48:28	1:03:39
44	843	Teloh-Benger Johanna	*Essen	2:26:08	W30	393	0:32:23	0:48:31	1:05:12
45	2590	Lütjann Marina	SV Adler Weseke	2:28:32	W30	416	0:33:20	0:48:56	1:06:15
46	1484	Gaß Amelie	Caliber12RunningTeam	2:29:20	W30	424	0:33:32	0:50:00	1:05:46
47	2137	Lange Denise	Die wilden Fünf	2:30:50	W30	436	0:35:45	0:49:10	1:05:54
48	815	Claußen Michaela	*Düsseldorf	2:36:04	W30	471	0:33:57	0:54:08	1:07:58
49	1088	Glabutschnig Jessica	*Kamp-lintfort	2:37:06	W30	477	0:33:33	0:52:03	1:11:29
50	1285	Hödtke Sarah	*Krefeld	2:38:22	W30	484	0:34:55	0:53:32	1:09:54



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W30									
51	2392	Maas Elisa	*Duisburg	2:43:19	W30	505	0:31:04	0:55:39	1:16:35
52	2857	Klee Simone	opta data Gruppe	2:43:41	W30	508	0:46:48	1:05:58	0:50:55
53	1893	Malyshkina Anna	*Essen	2:44:35	W30	513	0:36:14	0:51:17	1:17:04
54	2041	Schnieder Dorothee	*Wesel	2:53:10	W30	538	0:37:51	0:55:36	1:19:42
55	2169	Schnell Tamara	*Dinslaken	2:54:38	W30	541	0:38:31	0:57:27	1:18:39



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W35									
1	508	Förster Nina	TEAM ESSEN	1:46:24	W35	27	0:23:38	0:35:22	0:47:24
2	1538	Weiß Svenja	Ausdauererschule by bunert	1:46:38	W35	28	0:22:25	0:34:55	0:49:17
3	749	Neubner Juliane	*Mülheim an der Ruhr	1:47:33	W35	34	0:23:41	0:36:20	0:47:32
4	606	Häsler Julia	*Duisburg	1:50:46	W35	44	0:24:19	0:37:56	0:48:30
5	1660	Machui Diana	Max Maulwurf Marathonis	1:52:23	W35	54	0:24:56	0:37:05	0:50:21
6	797	Barth Nina	*Bottrop	1:58:18	W35	95	0:25:18	0:39:07	0:53:51
7	2494	Möller Doro	Triathlon Team Düsseldorf	1:59:57	W35	105	0:26:10	0:40:00	0:53:46
8	2242	Dickmann Dorothee	*Duisburg	2:01:52	W35	115	0:26:12	0:41:30	0:54:09
9	1594	Walczak Silvia	BSG Springorum Bochum	2:02:16	W35	117	0:29:01	0:39:43	0:53:31
10	2477	Schlottmann Daniela	Sprungzwei	2:02:16	W35	118	0:26:33	0:41:12	0:54:30
11	774	Volpers Steffi	Team - Wir rocken das!	2:04:30	W35	140	0:26:33	0:44:05	0:53:51
12	1816	Schütz Sylvia	*Duisburg	2:07:05	W35	165	0:28:38	0:42:25	0:56:00
13	1867	Ongaro Britta	OTV Endurance Team	2:09:16	W35	193	0:27:37	0:43:40	0:57:58
14	1720	Eberhardt Simone	Vodafone Runners	2:10:31	W35	204	0:28:42	0:43:50	0:57:58
15	1987	Stöckmann Marianne	*Essen	2:10:44	W35	206	0:29:06	0:43:29	0:58:07
16	1817	Slawik Johanna	*Mülheim	2:11:50	W35	224	0:28:47	0:43:39	0:59:23
17	2762	Christmann Kathrin	BSG SPK Mülheim a.d. Ruhr	2:11:55	W35	226	0:28:44	0:43:16	0:59:54
18	1212	Kott Marie	Ausdauererschule by bunert	2:13:17	W35	236	0:28:56	0:45:01	0:59:19
19	2097	Thissen Fee	*Oberhausen	2:13:19	W35	237	0:28:24	0:43:39	1:01:15
20	1903	Schröer Elke	VB Lauftreff	2:13:22	W35	239	0:29:07	0:45:08	0:59:06
21	994	Dernbach Anja	*Bochum	2:13:29	W35	243	0:31:38	0:45:21	0:56:28
22	2408	Mosert Vanessa	PunkteJäger	2:13:55	W35	246	0:31:02	0:43:31	0:59:21
23	2331	Rigterink Christina	*Nordhorn	2:15:02	W35	262	0:29:43	0:45:34	0:59:44
24	1470	Url Miriam	*Duisburg	2:15:59	W35	280	0:29:47	0:44:37	1:01:34
25	1074	Fürst Anica	*Velbert	2:16:32	W35	284	0:31:21	0:46:13	0:58:58
26	1731	Schwaneckamp Silvia	Vodafone Runners	2:16:46	W35	287	0:29:48	0:45:45	1:01:13
27	2241	Abel Julia	*Moers	2:17:49	W35	299	0:31:07	0:44:55	1:01:46
28	1997	Franke Daniela	*Bochum	2:19:42	W35	321	0:31:10	0:49:04	0:59:27
29	734	Stoican Alexandra	*Duisburg	2:20:02	W35	325	0:32:18	0:38:01	1:09:42
30	2327	Bücker Nicola	*Bocholt	2:20:11	W35	327	0:30:01	0:47:36	1:02:34
31	1495	Engels Ines	*Wesel	2:21:10	W35	338	0:30:57	0:47:11	1:03:00
32	1887	Zuck Jeannine	*Mülheim an der Ruhr	2:21:23	W35	341	0:32:20	0:46:25	1:02:37
33	576	Lemke Julia	Team - Wir rocken das!	2:22:11	W35	351	0:31:13	0:45:56	1:05:01
34	2253	Todorova Aneliya	ERGO Sport	2:22:44	W35	360	0:31:11	0:47:52	1:03:40
35	1969	Kaiser Stephanie	*Dinslaken	2:23:07	W35	364	0:31:22	0:47:36	1:04:08
36	2537	Hartmann Sabrina	*Jüchen	2:25:31	W35	388	0:30:32	0:45:46	1:09:13
37	2457	Bersch Vanessa	Sprungzwei	2:26:49	W35	398	0:29:20	0:51:24	1:06:03
38	1988	Blau Judith	LSB-Schweinehunde	2:27:34	W35	404	0:27:29	0:55:01	1:05:04
39	1006	Wurzel Johanna	*Duisburg	2:27:36	W35	405	0:30:56	0:53:01	1:03:37
40	2881	Rath Rebecca	Piraten WG	2:28:20	W35	413	0:33:45	0:49:44	1:04:50
41	1237	Kuklina Natalia	N&D	2:29:48	W35	429	0:31:53	0:49:08	1:08:46
42	1872	Ongaro Jessica	OTV Endurance Team	2:31:03	W35	440	0:34:32	0:49:42	1:06:47
43	2016	Haasch Jennifer	*Duisburg	2:31:53	W35	443	0:33:50	0:50:49	1:07:13
44	1635	Mielke Svenja	EDEKA Buchholz	2:31:54	W35	444	0:32:15	0:49:57	1:09:40
45	1282	Schlusemann Nicole	*Heiden	2:33:09	W35	454	0:33:06	0:51:12	1:08:50
46	1829	Pelzer Tanja	LC Duisburg	2:33:55	W35	459	0:33:07	0:52:13	1:08:34
47	2154	Knopp Sabine	*Krefeld	2:35:48	W35	470	0:33:57	0:50:26	1:11:25
48	2514	Rothstein Meike	*Krefeld	2:36:04	W35	472	0:32:49	0:51:42	1:11:32
49	1093	Dobbelstein Nadine	*Duisburg	2:36:24	W35	473	0:32:20	0:54:52	1:09:11
50	1573	Völkel Nina	PSV Oberhausen	2:36:33	W35	474	0:32:54	0:51:59	1:11:38



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W35									
51	2890	Fadda Melanie	AOK Rheinland/Hamburg	2:36:40	W35	475	0:35:40	0:50:51	1:10:07
52	1851	Laubach Eva	Ausdauer Schule by bunert	2:38:39	W35	485	0:34:38	0:52:50	1:11:10
53	1488	Koch Stephanie	TUS BREITSCHEID	2:39:07	W35	488	0:33:20	0:50:07	1:15:39
54	2206	Kennel Maureen	borboleta	2:43:13	W35	503	0:35:04	0:56:13	1:11:54
55	742	Schulz Alexandra	*Wuppertal	2:44:11	W35	509	0:34:50	0:53:08	1:16:12
56	2568	Riese Simone	*Essen	2:44:17	W35	510	0:34:13	0:54:55	1:15:08
57	2402	Hauschild Sarah	*Bochum	2:46:08	W35	518	0:34:48	0:54:26	1:16:54
58	2581	Schubert Isabell	*Oberhausen	2:46:18	W35	520	0:36:11	0:55:04	1:15:02
59	2432	Ufer Daniela	*Duisburg	2:51:32	W35	530	0:35:39	0:55:21	1:20:30
60	1558	Koch Vanessa	*Oberhausen	2:51:33	W35	531	0:35:43	0:55:21	1:20:28
61	2843	Klößner Andrea	opta data Gruppe	2:54:49	W35	542	0:36:07	0:55:09	1:23:32
62	2330	Weymann Christiane	Team - Wir rocken das!	2:54:52	W35	543	0:36:07	0:55:09	1:23:34
63	2232	Günther Nathalie	*Duisburg	2:55:24	W35	546	0:38:32	0:58:17	1:18:33
64	1172	Franzen Beatrice	WfbM Duisburg	3:05:06	W35	552	0:40:17	1:00:32	1:24:15



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W40									
1	2599	Ohling Heike	Running Team Grafenberg	1:38:56	W40	10	0:21:57	0:32:52	0:44:06
2	1550	Fraas Melanie	LC Adler Bottrop	1:40:56	W40	12	0:21:47	0:34:02	0:45:06
3	828	Volkman Anke	LG Alpen	1:48:53	W40	38	0:23:40	0:35:49	0:49:23
4	775	Odrowski Daniela	SC Bayer 05 Uerdingen	1:51:31	W40	51	0:24:52	0:36:53	0:49:45
5	701	Droste Sonja	Droste Management Running	1:53:22	W40	59	0:24:44	0:38:12	0:50:25
6	1365	Orlow-Kock Elisabeth	Fischelner Turnverein 1905 e	1:53:38	W40	61	0:25:02	0:37:20	0:51:15
7	1874	Hein Nadine	Haarzopfer	1:54:07	W40	65	0:24:48	0:37:53	0:51:25
8	2538	Giesen Anke	*Moers	1:54:11	W40	66	0:24:32	0:38:13	0:51:26
9	1595	Gochermann Cordula	BSG Springorum Bochum	1:54:30	W40	68	0:25:26	0:38:00	0:51:03
10	2454	Kieck Nicole	*Sprockhövel	1:56:27	W40	82	0:25:36	0:38:16	0:52:34
11	1079	Metker Sonja	Gut Karpendelle	1:57:22	W40	86	0:25:46	0:38:28	0:53:07
12	863	Püttmann Susanne	Lauftreff Hobeuken	1:57:30	W40	87	0:25:26	0:39:02	0:53:01
13	639	Losereit Sandra	SV Neptun Krefeld 1897 e.V.	1:57:32	W40	88	0:25:37	0:39:49	0:52:06
14	1942	Gründel Sandra	Running Bellas	1:59:58	W40	106	0:26:34	0:39:17	0:54:05
15	1271	Soltau Aysun	Volksbank Rhein-Ruhr	2:00:06	W40	107	0:26:08	0:39:43	0:54:14
16	2916	Hundebrink Birgit	AOK Rheinland/Hamburg	2:00:39	W40	110	0:26:13	0:39:58	0:54:27
17	906	Bohländer Petra	Team Niederrhein	2:01:25	W40	112	0:25:56	0:42:22	0:53:07
18	2509	Simon Bianca	Ausdauerchule by bunert	2:02:20	W40	119	0:27:01	0:41:31	0:53:47
19	773	Oberndorfer Sandra	*Velbert	2:02:42	W40	123	0:26:59	0:40:17	0:55:25
20	2418	Hinz Randi-Katrin	*Mülheim	2:03:03	W40	128	0:27:12	0:40:54	0:54:57
21	1011	Lenzner Sandra	*Essen	2:03:52	W40	132	0:27:42	0:41:23	0:54:46
22	2281	Ulrich Anja	Wilde Wiesel Wesel	2:04:14	W40	135	0:27:15	0:41:53	0:55:05
23	2207	Ehler Ulrike	FC Straberg	2:04:26	W40	138	0:28:08	0:40:42	0:55:35
24	2696	Lapaczynski Daniela	VfL Repelen	2:04:48	W40	142	0:27:18	0:41:08	0:56:22
25	663	Heitkötter Annette	*Mettmann	2:04:54	W40	143	0:26:57	0:41:27	0:56:29
26	1189	Zeller Andrea	*Essen	2:05:12	W40	145	0:27:11	0:42:16	0:55:44
27	1971	Stokvis-Rudolph Petra	*Moers	2:05:21	W40	147	0:26:47	0:39:47	0:58:46
28	1492	Bolling Annette	BSG Sparkasse Duisburg	2:05:22	W40	148	0:28:02	0:41:51	0:55:28
29	934	Kirschner Yvonne	*Mülheim	2:05:40	W40	151	0:27:56	0:42:16	0:55:28
30	2144	Preußner Marianna	*Duisburg	2:05:44	W40	154	0:27:55	0:41:49	0:55:59
31	2099	Böcker Maren	LC Adler Bottrop	2:05:57	W40	155	0:26:53	0:40:48	0:58:14
32	2787	Ruckelshauß Sandra	TRIMET	2:06:31	W40	161	0:33:22	0:40:21	0:52:47
33	2533	Schwan Christine	*Oberhausen	2:06:52	W40	163	0:26:36	0:41:52	0:58:23
34	2697	Reinhart Kerstin	VfL Repelen	2:08:04	W40	176	0:27:46	0:42:22	0:57:56
35	1076	Bokalic Sonja	TV Jahn Hiesfeld	2:08:40	W40	182	0:26:43	0:45:21	0:56:36
36	1249	Neumann Kirsten	Erler-Sportgemeinschaft	2:09:13	W40	187	0:27:14	0:44:45	0:57:13
37	2495	Ganske Sabrina	Bisschen faul	2:09:13	W40	188	0:28:53	0:42:20	0:57:59
38	1637	Hegemann Beate	*Essen	2:09:34	W40	196	0:28:15	0:43:47	0:57:32
39	820	Cox Mareike	*Duisburg	2:10:30	W40	203	0:27:55	0:43:11	0:59:23
40	839	Drozda Nadja	*Rheurd	2:10:42	W40	205	0:28:49	0:42:41	0:59:11
41	2565	Knop Petra	Regenbogenfamilien NRW	2:11:05	W40	210	0:28:36	0:44:45	0:57:43
42	607	Störmer Kerstin	*Oberhausen	2:11:08	W40	212	0:29:30	0:43:36	0:58:01
43	777	Metzner Claudia	Team Essen	2:11:08	W40	213	0:29:09	0:43:38	0:58:20
44	2519	Ries Vanessa	*Mülheim	2:11:22	W40	215	0:28:41	0:43:27	0:59:13
45	2525	Henrich Birgit	*Duisburg	2:11:27	W40	216	0:28:22	0:44:18	0:58:47
46	636	Neubauer Melanie	SC Bayer 05 Uerdingen	2:11:40	W40	220	0:28:04	0:43:58	0:59:36
47	2512	Scholten Melanie	*Duisburg	2:13:20	W40	238	0:28:50	0:45:28	0:59:01
48	2747	Plankert-Kessler Martina	*Duisburg	2:14:14	W40	252	0:30:37	0:45:03	0:58:34
49	2491	Gichtbrock Heike	SV Gladbeck 13	2:15:09	W40	265	0:29:52	0:45:19	0:59:58
50	2271	Sdun Kathi	Freie Wölfe 93	2:15:23	W40	268	0:29:17	0:43:33	1:02:33



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W40									
51	559	Woerner Jessica	*Wesel	2:16:01	W40	281	0:27:58	0:44:23	1:03:38
52	2549	Scheele Jutta	TUSEM Essen	2:16:11	W40	282	0:30:37	0:45:44	0:59:48
53	2439	Wildraut Svenja	*Duisburg	2:16:50	W40	288	0:30:06	0:44:40	1:02:02
54	1875	Pfohl Vanessa	Haarzopfer	2:17:14	W40	292	0:29:22	0:45:32	1:02:19
55	1281	Raab Jenny	AS Neukirchen-Vluyn	2:18:40	W40	309	0:29:46	0:46:46	1:02:07
56	1994	Piekarski Britta	*Duisburg	2:19:06	W40	311	0:29:28	0:45:19	1:04:18
57	2479	Börner Susann	*Duisburg	2:19:17	W40	312	0:31:27	0:47:30	1:00:19
58	856	Hucht Claudia	Ausdauerhschule by bunert	2:19:33	W40	318	0:29:03	0:46:08	1:04:21
59	1661	Martens Jeannette	Max Maulwurf Marathonis	2:19:42	W40	319	0:29:25	0:47:02	1:03:13
60	931	Querforth Sabrina	5Qs	2:19:42	W40	320	0:29:03	0:48:11	1:02:26
61	2226	Meyer Katja	*Recklinghausen	2:19:43	W40	322	0:31:38	0:47:45	1:00:19
62	2120	Dillig Daneta	*Duisburg	2:22:08	W40	349	0:31:29	0:46:40	1:03:58
63	2638	Behrens Karin	*Düsseldorf	2:22:31	W40	354	0:29:50	0:45:46	1:06:54
64	1505	Olpen Diana	*Neuss	2:22:45	W40	361	0:31:31	0:47:29	1:03:43
65	2204	Hauser Sylvia	*Oberhausen	2:23:36	W40	365	0:30:46	0:48:34	1:04:16
66	2879	Schulz Melanie	LC Duisburg	2:23:37	W40	366	0:32:47	0:47:49	1:03:00
67	1953	Simonsen-Foitzik Daniela	*Duisburg	2:23:46	W40	368	0:31:55	0:48:00	1:03:50
68	920	Unger Kathrin	Für alles zu haben	2:25:21	W40	385	0:32:06	0:49:50	1:03:24
69	794	Osterkamp Jenny	Team - Wir rocken das!	2:25:58	W40	391	0:27:17	0:50:36	1:08:04
70	2438	Bruns Sandra	*Duisburg	2:27:30	W40	403	0:31:50	0:50:24	1:05:15
71	1313	Zeihe Ariane	*Moers	2:28:31	W40	415	0:33:49	0:48:15	1:06:27
72	2724	Jonas Daniela	OTV Endurance Team	2:29:35	W40	428	0:31:46	0:52:52	1:04:56
73	935	Kura Nicole	*Velbert	2:30:09	W40	431	0:31:07	0:48:32	1:10:29
74	2437	Häßler Sandra	*Duisburg	2:30:12	W40	432	0:30:51	0:51:00	1:08:20
75	2240	Zaunbrecher Tanja	Breetlook-Runners	2:30:40	W40	435	0:33:24	0:50:31	1:06:44
76	2515	Stelkens Elke	*Kempfen	2:33:06	W40	453	0:32:50	0:51:41	1:08:35
77	784	Steinbach Silke	Lauffreunde HADI Wesel	2:35:17	W40	463	0:34:02	0:52:02	1:09:13
78	1917	Kroker Stefanie	Fröhliche Laufgemeinschaft	2:35:32	W40	466	0:34:55	0:52:39	1:07:58
79	785	Birkenmaier Sonja	Lauffreunde HADI Wesel	2:35:46	W40	469	0:34:03	0:52:15	1:09:27
80	1351	Bartelt Britta	*Essen	2:37:05	W40	476	0:36:43	0:50:59	1:09:21
81	1901	Tenberg Tanja	*Gladbeck	2:38:06	W40	482	0:34:34	0:53:04	1:10:27
82	2564	Knop Kerstin	OTV Endurance Team	2:38:51	W40	487	0:34:43	0:53:41	1:10:25
83	671	Van Els Maja	*Neukirchen-Vluyn	2:39:16	W40	490	0:33:55	0:52:24	1:12:55
84	2926	Hoffmann Diana	Evang. Klinikum Niederrh.	2:43:19	W40	504	0:37:19	0:54:13	1:11:47
85	1280	Rose Wiebke	*Dortmund	2:45:03	W40	514	0:36:32	0:54:52	1:13:38
86	592	Schmidt-Pohl Jolanthe	*Oberhausen	2:45:22	W40	515	0:35:49	0:57:08	1:12:24
87	1193	Haas Sonja	Ausdauerhschule by bunert	2:46:15	W40	519	0:36:36	0:54:21	1:15:17
88	2486	Vahrenhorst Silke	Zum Twee Ührken	2:51:46	W40	532	0:38:41	0:56:29	1:16:36
89	2659	Kreutz Katrin	*Essen	2:52:19	W40	534	0:37:17	0:56:34	1:18:27
90	2660	Bühler Mandy	*Essen	2:52:21	W40	535	0:37:20	0:56:34	1:18:26
91	2231	Rösel Sandra	*Duisburg	2:55:21	W40	545	0:38:33	0:58:17	1:18:31
92	924	Spickenbom Vera	Styrumer TV	2:59:58	W40	551	0:39:16	1:00:17	1:20:24
93	2115	Edel Nadine	Laufftreff Recklinghausen	3:21:01	W40	555	0:41:28	1:06:08	1:33:24



AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W45									
1	1329	Haschberger Silke	SV Viktoria Goch	1:41:07	W45	13	0:22:12	0:33:43	0:45:10
2	1214	Dincklage Melanie	Triminators TV Voerde	1:42:21	W45	15	0:22:28	0:34:17	0:45:36
3	2072	Ernst Angela	*Duisburg	1:45:59	W45	22	0:22:57	0:35:19	0:47:42
4	2066	Birkendorf Cornelia	*Recklinghausen	1:46:18	W45	25	0:23:29	0:35:39	0:47:09
5	527	Roeser Sabine	Lauffreunde HADI Wesel	1:46:19	W45	26	0:23:37	0:35:45	0:46:55
6	1402	Haschke Melanie	Triathlon Team Ratingen 08	1:47:15	W45	31	0:22:54	0:35:22	0:48:58
7	1059	Gelbarth Anja	LT Lukas	1:47:18	W45	32	0:23:20	0:35:42	0:48:16
8	1551	Raßmann Susanne	LC Adler Bottrop	1:50:40	W45	43	0:24:32	0:37:10	0:48:57
9	1000	Rohleder Dunja	3atloncoach	1:51:13	W45	46	0:24:21	0:37:11	0:49:40
10	2672	Lui Sabine	*Dorsten	1:52:10	W45	53	0:25:04	0:37:20	0:49:45
11	1555	Kalkowski Andrea	*Duisburg	1:55:45	W45	77	0:25:00	0:38:16	0:52:27
12	2078	Kissel Gabriele	*Mülheim	1:55:47	W45	78	0:24:59	0:38:31	0:52:16
13	2647	Gehendges Dr. Susanne	Lauftreff Fun	1:55:54	W45	79	0:25:39	0:38:29	0:51:45
14	633	Martin Ilonka	*Heiligenhaus	1:57:22	W45	85	0:24:58	0:39:30	0:52:53
15	574	Gloy Mascha	Team Polizei Duisburg	1:58:07	W45	92	0:25:33	0:39:35	0:52:58
16	1737	Rauer Petra	Vodafone Runners	1:58:07	W45	93	0:27:25	0:38:53	0:51:48
17	1509	Paßmann Sabine	BSG Sparkasse Duisburg	1:58:58	W45	99	0:26:39	0:39:36	0:52:42
18	1873	Vallboehmer Birgit	Haarzopfer	1:59:07	W45	101	0:26:23	0:39:27	0:53:16
19	1645	Burichter Nina	Hammer Girls and Boys	1:59:39	W45	103	0:27:05	0:40:24	0:52:10
20	1131	Schmid Katja	LC Duisburg	1:59:54	W45	104	0:27:34	0:39:32	0:52:47
21	695	Appelmann Nicole	Team ohne Namen	2:00:17	W45	108	0:25:12	0:40:11	0:54:53
22	551	Wienforth Silke	PV-Triathlon Witten	2:02:51	W45	125	0:31:44	0:38:38	0:52:28
23	1288	Foik Moysidis Isabella	SV.04 Langendreer	2:03:19	W45	129	0:27:11	0:40:34	0:55:33
24	1601	Theis Natalie	Anchor Running Crew Duisb	2:03:49	W45	130	0:27:10	0:40:36	0:56:01
25	2640	Düren Christiane	*Duisburg	2:03:49	W45	131	0:26:21	0:40:46	0:56:42
26	1334	Schmidt Laura	*Mülheim	2:03:57	W45	133	0:27:01	0:41:18	0:55:37
27	2726	Bongards Nicole	*Essen	2:04:28	W45	139	0:27:02	0:41:09	0:56:16
28	1378	Enkemeier Heike	*Duisburg	2:04:59	W45	144	0:26:26	0:41:55	0:56:37
29	1626	Wallach Yvonne	*Mülheim an der Ruhr	2:05:14	W45	146	0:30:08	0:39:52	0:55:14
30	2417	Schauenburg Katja	*Essen	2:05:24	W45	149	0:27:11	0:41:40	0:56:32
31	1607	Jöhring Anja	Werdener TB Essen	2:05:42	W45	152	0:28:00	0:41:23	0:56:19
32	2075	Körner Stefanie	Breetlook-Runners	2:06:22	W45	159	0:27:23	0:44:56	0:54:01
33	1051	Hartung Ines	SC Bayer 05 Uerdingen	2:06:22	W45	160	0:27:38	0:42:15	0:56:28
34	2524	Lehmann Melanie	Die Moersianer	2:06:41	W45	162	0:29:12	0:41:19	0:56:10
35	1845	Brandenberg Nicole	Zebraennschnecken	2:06:57	W45	164	0:28:11	0:41:51	0:56:54
36	1161	Reichert Dr. Anja	Memphis Tigers	2:07:06	W45	166	0:28:54	0:41:41	0:56:29
37	1766	Piontek Alexandra	AS Neukirchen-Vluyn	2:07:11	W45	167	0:28:00	0:41:32	0:57:38
38	2613	Nyhofen Nicole	*Moers	2:07:32	W45	170	0:28:11	0:42:41	0:56:39
39	2579	Schwoy Anett	*Oberhausen	2:07:46	W45	172	0:28:02	0:41:38	0:58:05
40	2225	Wehran Britta	Nordtriathleten Oberhausen	2:09:13	W45	189	0:28:47	0:43:26	0:56:59
41	2237	Egloff-Cloos Manuela	SV Viktoria Goch	2:09:38	W45	197	0:27:56	0:43:20	0:58:20
42	1196	Wicklein-Höschen Ute	CVJM Neukirchen-Vluyn	2:09:39	W45	198	0:28:22	0:42:49	0:58:28
43	626	Kornberger Natalie	Elfrather Montagsläufer	2:10:18	W45	200	0:28:19	0:43:52	0:58:06
44	1641	Bartelds Nicole	Sprungzwei	2:10:18	W45	201	0:28:17	0:43:55	0:58:06
45	511	Verfürth Conny	*Geldern	2:10:30	W45	202	0:31:26	0:50:06	0:48:57
46	1138	Beie Sabine	*Ratingen	2:11:06	W45	211	0:30:50	0:44:10	0:56:05
47	1878	Bachmann Sandra	OTV Endurance Team	2:11:35	W45	217	0:29:50	0:43:50	0:57:53
48	1965	Dreike Michaela	Sterkrade Nord	2:12:01	W45	227	0:28:47	0:43:22	0:59:51
49	1202	Zupp Britta	Ausdauerchule by bunert	2:13:23	W45	240	0:28:57	0:45:02	0:59:23
50	1892	Goldamner Dr. Nadine	*Muelheim	2:13:23	W45	241	0:28:50	0:44:15	1:00:18



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W45									
51	510	Gerhards Ramona	*Geldern	2:14:32	W45	255	0:29:01	0:44:51	1:00:39
52	2365	Allermann Vanessa	Breetlook-Runners	2:15:09	W45	264	0:32:06	0:45:25	0:57:37
53	1300	Pfeiffer Andrea	BSG Sparkasse Essen	2:15:13	W45	266	0:28:51	0:45:28	1:00:53
54	1376	Kuhn Anke	Targobank Lauftreff	2:15:44	W45	276	0:28:56	0:43:54	1:02:54
55	521	Trappmann Silke	*Essen	2:15:47	W45	277	0:31:12	0:45:19	0:59:16
56	2332	Kalus Melanie	*Oberhausen	2:16:52	W45	289	0:29:45	0:45:02	1:02:04
57	598	Molitor Ninette	*Ratingen	2:18:34	W45	308	0:26:03	0:55:49	0:56:40
58	902	Philberg Joyce	DJK TuS Rotthausen	2:20:52	W45	335	0:31:38	0:47:12	1:02:01
59	657	Weick Anja	bayer05	2:20:59	W45	336	0:29:48	0:47:17	1:03:53
60	989	Bork Claudia	TV-UTFORT EICK	2:21:31	W45	343	0:29:56	0:45:16	1:06:18
61	2455	Schmid Beate	*Schwerte	2:21:58	W45	346	0:31:40	0:47:22	1:02:56
62	2406	Pajonk-Dillig Corinna	*Duisburg	2:22:36	W45	356	0:31:55	0:48:46	1:01:54
63	2535	Grausam Britta	LGO Bochum	2:22:39	W45	358	0:30:50	0:47:08	1:04:39
64	1305	Friele Sabine	SG Borken	2:22:43	W45	359	0:30:57	0:47:55	1:03:50
65	2421	Hoffrichter Anja	Angerland LT Lintorf	2:24:19	W45	372	0:30:47	0:47:12	1:06:19
66	1471	Schmidt-Biesgen Sandra	*Mülheim an der Ruhr	2:24:38	W45	375	0:32:19	0:47:17	1:05:01
67	2569	Hackert-Küpper Barbara	Projekt LebensWert gGmbH	2:24:59	W45	378	0:30:16	0:48:52	1:05:50
68	2164	Gusenda Astrid	Alpenläufer	2:25:20	W45	384	0:30:56	0:48:44	1:05:40
69	1013	Freund Kirsten	*Düsseldorf	2:25:25	W45	386	0:32:13	0:48:20	1:04:51
70	2637	Heiden Carmen	*Düsseldorf	2:25:34	W45	389	0:31:15	0:47:23	1:06:55
71	1258	Brinkmann Birgit	*Duisburg	2:25:51	W45	390	0:32:02	0:48:33	1:05:15
72	865	Hinzer Stefanie	Adler-Langlauf Bottrop	2:26:02	W45	392	0:30:33	0:46:57	1:08:31
73	974	Krohn Bärbel	Team - Wir rocken das!	2:26:09	W45	394	0:30:34	0:42:07	1:13:27
74	1514	Pelzer Petra	Marathon Dinslaken	2:27:39	W45	407	0:31:49	0:48:51	1:06:58
75	2174	Schiffer Nicole	*Mülheim Ruhr	2:27:42	W45	408	0:32:42	0:51:16	1:03:43
76	1363	Eimer Nicole	*Essen	2:27:55	W45	411	0:33:13	0:48:49	1:05:52
77	2828	Ostwald Silke	Evang. Klinikum Niederrh.	2:29:25	W45	425	0:32:10	0:48:01	1:09:12
78	1441	Bucksteeg Sandra	Lauftreff SV Haldern	2:30:52	W45	438	0:37:00	0:49:03	1:04:48
79	2592	Homann Verena	SV Adler Weseke	2:31:01	W45	439	0:33:46	0:49:22	1:07:51
80	2617	Lindekamp Verena	LV Marathon Kleve	2:31:12	W45	441	0:30:13	0:53:35	1:07:22
81	544	Blumenberg Ute	LC Duisburg	2:31:44	W45	442	0:36:15	0:38:06	1:17:22
82	2400	Schmitt Tanja	*Mülheim	2:31:56	W45	445	0:30:34	0:50:58	1:10:23
83	1401	Brzeski Christine	Team Erdinger Alkoholfrei	2:32:42	W45	448	0:33:49	0:51:12	1:07:41
84	1842	Ernst Sabrina	BSG Sparda Bank West eG	2:32:47	W45	449	0:31:52	0:51:10	1:09:44
85	942	Matterne Silke	Cityrunner	2:32:50	W45	450	0:32:46	0:50:48	1:09:16
86	2367	Marks Jana	Marks	2:33:27	W45	455	0:30:27	0:48:43	1:14:16
87	1115	Goletz Monika	Team ultraSports/Erdinger A	2:35:05	W45	461	0:34:20	0:50:28	1:10:16
88	888	Beil Silke	ESG	2:35:24	W45	464	0:34:00	0:55:33	1:05:50
89	694	Daniel#Appelmann Anja	Team ohne Namen	2:35:44	W45	467	0:32:32	0:55:29	1:07:42
90	653	Von Kreyfeld Anja	frohnatur	2:39:50	W45	491	0:35:13	0:52:23	1:12:12
91	1580	Kehnen Anja	canisius to go	2:40:22	W45	494	0:35:30	0:53:51	1:11:00
92	1343	Günther Katja	*Essen	2:40:36	W45	496	0:33:36	0:54:57	1:12:02
93	1447	Schatz Silke	Die Rennschnecken	2:44:18	W45	511	0:36:06	0:54:32	1:13:39
94	2693	Pühringer Antje	*Duisburg	2:44:25	W45	512	0:33:59	0:54:43	1:15:42
95	1422	Böker Janine	*Viersen	2:46:01	W45	516	0:34:43	0:52:49	1:18:28
96	836	Rahmacher Anke	*Duisburg	2:47:07	W45	522	0:36:26	0:55:11	1:15:30
97	1948	Toso-Schulze Adriana	*Mülheim	2:47:13	W45	523	0:35:11	0:52:37	1:19:23
98	892	Hildebrand Nicole	DJK TuS Rotthausen	2:48:32	W45	527	0:34:35	0:54:56	1:19:00
99	1919	Brockmann Sandra	OTV Endurance Team	2:48:52	W45	528	0:39:32	0:46:19	1:23:00
100	2485	Lemm Petra	Zum Twee Ührken	2:52:12	W45	533	0:38:46	0:56:44	1:16:41



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W45									
101	1886	Dominik-Tinnefeld Sabine	OTV Endurance Team	2:52:50	W45	536	0:34:35	0:55:40	1:22:34
102	2815	Jarosch Sylvia	Evang. Klinikum Niederrh.	2:53:14	W45	539	0:38:25	0:56:05	1:18:43
103	1054	Makolla Brigitte	racing snails	2:56:40	W45	547	0:38:23	0:58:12	1:20:04



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W50									
1	1890	Gedig-Küpper Silke	LC Duisburg	1:43:02	W50	19	0:22:22	0:35:06	0:45:33
2	2874	Tiefenbach Andrea	LC Adler Bottrop	1:46:13	W50	23	0:23:14	0:35:36	0:47:22
3	2692	Haan-Witte Andrea	Gerscheder SV	1:46:14	W50	24	0:23:33	0:35:37	0:47:03
4	2652	Brenda Heike	LV Marathon Kleve	1:48:40	W50	37	0:23:10	0:36:14	0:49:15
5	1750	Ludwig Britta	TUS BREITSCHEID	1:50:54	W50	45	0:23:54	0:36:11	0:50:49
6	513	Breuer Sabine	*Duisburg	1:52:32	W50	55	0:24:50	0:37:21	0:50:20
7	1428	Jendrian Elke	*Oberhausen	1:52:34	W50	56	0:24:38	0:37:33	0:50:21
8	1286	Rusche Barbara	SV.04 Langendreer	1:53:10	W50	58	0:25:03	0:38:05	0:50:01
9	2221	Müller-Yoldas Sabine	*Mülheim	1:53:54	W50	62	0:24:11	0:37:35	0:52:07
10	2413	Von Gruchalla Iris	BSG Stadtwerke Duisburg	1:53:55	W50	63	0:24:32	0:37:24	0:51:59
11	2046	Kluth Ines	BSG Commerzbank AG Ruh	1:54:18	W50	67	0:25:14	0:37:58	0:51:06
12	956	Rösken-Winter Bettina	Sisu Berlin	1:55:12	W50	74	0:25:42	0:39:03	0:50:26
13	2302	Klenn Stephanie	SV Siemens	1:56:04	W50	81	0:25:24	0:38:51	0:51:49
14	2718	Van Rühth Annette	*Krefeld	1:58:17	W50	94	0:26:26	0:39:24	0:52:26
15	1159	Hütter Bettina	OTV Endurance Team	1:58:29	W50	96	0:25:44	0:40:14	0:52:30
16	2441	Pfaffenhöfer Annette	Breetlook-Runners	1:58:43	W50	97	0:26:15	0:39:57	0:52:31
17	1578	Wiese Kathrin	*Duesseldorf	2:00:22	W50	109	0:27:25	0:39:37	0:53:20
18	2451	Lenders Marita	Allround Triathlon Team Klev	2:02:33	W50	121	0:27:08	0:40:03	0:55:22
19	2602	Brackmann-Cichowski Sil	Hagedorn läuft	2:03:03	W50	127	0:27:47	0:40:45	0:54:30
20	1763	Hullerum Sylvia	LG Coesfeld	2:04:19	W50	137	0:27:07	0:41:23	0:55:48
21	993	Mols Dagmar	Lauftreff R(h)einknaller	2:07:45	W50	171	0:27:53	0:41:59	0:57:52
22	1687	Horstmann Claudia	SSPK Oberhausen	2:07:51	W50	175	0:27:47	0:41:37	0:58:26
23	1697	Bollenbach Heike	SG Ruhr 1929	2:08:18	W50	178	0:29:02	0:42:52	0:56:23
24	958	Buchkremer Eva	Weseler TV Triathlon	2:08:25	W50	179	0:26:49	0:44:16	0:57:20
25	2216	Schallehn Sabine	*Düsseldorf	2:08:40	W50	181	0:32:14	0:47:19	0:49:06
26	933	Ambro Kirsten	*Duisburg	2:08:53	W50	184	0:27:45	0:43:12	0:57:55
27	1332	Engel Anita	*Mülheim / Ruhr	2:08:59	W50	186	0:27:47	0:42:59	0:58:12
28	1143	Beckord Elke	*Duisburg	2:09:16	W50	194	0:28:13	0:43:27	0:57:36
29	1864	Luppertz Jutta	*Tönisvorst	2:10:49	W50	208	0:28:54	0:44:11	0:57:44
30	561	Strathausen Sabine	Ausdauererschule by bunert	2:11:01	W50	209	0:28:09	0:43:30	0:59:21
31	2220	Krause-Schmieden Andre	*Mülheim / Ruhr	2:11:39	W50	218	0:29:00	0:43:35	0:59:03
32	2750	Wiemer Tanja	OTV Endurance Team	2:11:39	W50	219	0:29:36	0:44:04	0:57:58
33	2933	Stürzbecher Barbara	AOK Rheinland/Hamburg	2:11:49	W50	223	0:28:47	0:44:43	0:58:18
34	2487	Ismer Barbara	*Oberhausen	2:13:16	W50	235	0:28:44	0:43:49	1:00:42
35	1205	Paasen Petra	Die Blauen Bengel	2:13:49	W50	244	0:29:53	0:44:33	0:59:21
36	1825	Wickinghoff Christine	*Duisburg	2:14:01	W50	248	0:27:29	0:44:02	1:02:29
37	2829	Bonin Christina	Evang. Klinikum Niederrh.	2:14:02	W50	249	0:29:52	0:44:14	0:59:56
38	2309	Kisters Ilona	*Issum	2:14:34	W50	256	0:30:53	0:49:47	0:53:53
39	2239	Lemken Marion	*Duisburg	2:14:42	W50	258	0:29:35	0:44:30	1:00:35
40	2029	Rode-Merkel Stephanie	GZBW Runners	2:14:43	W50	259	0:28:31	0:45:11	1:01:00
41	1033	Satzinger Sabine	*Oberhausen	2:15:29	W50	273	0:30:55	0:44:49	0:59:44
42	761	Dolif Andrea	Wittlaer Runners	2:16:32	W50	283	0:29:01	0:45:47	1:01:43
43	2236	Janßen Dagmar	SV Viktoria Goch	2:16:38	W50	285	0:30:12	0:44:47	1:01:37
44	2125	Purvis Tina	*Düsseldorf	2:16:39	W50	286	0:29:23	0:45:40	1:01:35
45	2458	Boddenberg Marion	OTV	2:17:23	W50	293	0:31:09	0:45:27	1:00:47
46	1287	Klein Nicole	SV.04 Langendreer	2:18:12	W50	304	0:30:57	0:46:18	1:00:55
47	2469	Reinders Kerstin	*Bocholt	2:18:23	W50	306	0:29:32	0:47:00	1:01:50
48	2446	Würfel Anette	Breetlook-Runners	2:19:25	W50	314	0:31:09	0:46:41	1:01:33
49	990	Amendt Anke	*Duisburg	2:19:54	W50	324	0:30:37	0:45:45	1:03:31
50	2329	Hogekamp Romy	*Bocholt	2:20:11	W50	328	0:30:01	0:47:36	1:02:33



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W50									
51	1195	Kanes Karin	LC Duisburg	2:21:18	W50	340	0:31:25	0:46:34	1:03:18
52	1871	Meuter Claudia	OTV Endurance Team	2:21:30	W50	342	0:34:42	0:47:40	0:59:07
53	735	Engelke Meike	Vodastecher Tri-Team	2:22:11	W50	350	0:29:15	0:47:59	1:04:56
54	1026	Heuveldop Heike	Einfach laufen :-)	2:22:26	W50	352	0:31:18	0:47:37	1:03:30
55	573	Kleinen Birgit	MKC	2:22:37	W50	357	0:30:10	0:47:31	1:04:55
56	1120	Bremer Cornelia	Marketing Runners	2:22:56	W50	362	0:31:24	0:48:13	1:03:18
57	1268	Stammer-Jankowski Sabi	TV Jahn Hiesfeld	2:23:48	W50	369	0:31:14	0:48:52	1:03:42
58	531	Vogel Andrea	*Dorsten	2:24:03	W50	371	0:31:16	0:47:49	1:04:57
59	1417	Dietle-Marx Christel	Angerland LT Lintorf	2:24:51	W50	376	0:30:33	0:47:58	1:06:19
60	881	Taschner Birgit	Oberhausener TV	2:24:59	W50	377	0:29:47	0:48:16	1:06:54
61	1090	Weyler Silke	*Duisburg	2:25:10	W50	380	0:32:41	0:48:11	1:04:17
62	2623	Ruiters Heike	*Oberhausen	2:25:13	W50	383	0:32:28	0:48:37	1:04:08
63	1724	Kremp Susanne	Vodafone Runners	2:26:10	W50	395	0:32:51	0:51:53	1:01:24
64	1345	Schenten Silke	Mittagsschicht	2:26:16	W50	396	0:31:13	0:49:05	1:05:57
65	2147	Bergmann Ricarda	*Duisburg	2:28:45	W50	419	0:32:03	0:49:46	1:06:55
66	2130	Kautz Cornelia	*Essen	2:28:45	W50	420	0:33:11	0:49:58	1:05:35
67	1232	Bothe Heike	*Oberhausen	2:29:13	W50	422	0:35:48	0:47:01	1:06:24
68	796	Zurell Claudia	Lauffreunde HADI Wesel	2:30:20	W50	434	0:32:33	0:50:29	1:07:17
69	2061	Shala Daniela	HFS - Helmut-Fahrrad-Seit	2:30:50	W50	437	0:32:11	0:51:01	1:07:37
70	1020	Rösler Eva	*Düsseldorf	2:32:03	W50	446	0:33:35	0:50:51	1:07:36
71	1487	Franzen Anja	*ESSEN	2:32:15	W50	447	0:30:21	0:46:15	1:15:38
72	748	Hillmann Elisabeth	*Kamp-Lintfort	2:32:56	W50	451	0:33:36	0:50:21	1:08:58
73	2177	Jung-Peters Marion	*Essen	2:33:01	W50	452	0:32:25	0:50:06	1:10:29
74	2042	Klein Eva	*Bottrop	2:33:40	W50	456	0:33:05	0:50:49	1:09:45
75	740	Klösters Anita	*Duisburg	2:33:42	W50	457	0:31:32	0:50:34	1:11:36
76	1036	Steven Regina	*Duisburg	2:34:27	W50	460	0:33:45	0:51:39	1:09:02
77	2275	Splinter Silke	*Grefrath	2:35:44	W50	468	0:33:56	0:52:40	1:09:08
78	1843	Karaus Petra	*Duisburg	2:37:19	W50	478	0:34:19	0:53:18	1:09:41
79	803	Grapenthin Astrid	Ausdauerschule by bunert	2:37:29	W50	479	0:32:28	0:51:25	1:13:35
80	2425	Kreukels Heike	Rapid Ramirez	2:37:37	W50	480	0:33:51	0:51:00	1:12:46
81	640	Zilian Andrea	*Mülheim an der Ruhr	2:38:17	W50	483	0:34:35	0:53:43	1:09:58
82	2607	Rasel Melanie	*Duisburg	2:38:45	W50	486	0:33:30	0:52:48	1:12:26
83	2399	Gurny Petra	Reeser SC Triathlon	2:40:50	W50	497	0:40:52	0:50:51	1:09:06
84	1014	Hüser Bettina	LT Lukas	2:41:08	W50	498	0:34:24	0:53:15	1:13:28
85	2823	Claus Anja	Evang. Klinikum Niederrh.	2:43:03	W50	502	0:38:30	0:53:32	1:10:59
86	1862	Zackerts Kerstin	*Duisburg	2:43:20	W50	506	0:34:51	0:52:07	1:16:22
87	2114	Freihoff Antje	Laufftreff Recklinghausen	2:47:14	W50	524	0:40:58	0:53:49	1:12:27
88	1909	Schmidt Andrea	*Essen	2:52:52	W50	537	0:36:35	0:57:20	1:18:56



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W55									
	1	737 Weske Brigitte	*Duisburg	1:42:40	W55	16	0:22:26	0:34:23	0:45:49
	2	506 Wilke Belinda	TG Neuss	1:44:13	W55	21	0:22:48	0:34:47	0:46:37
	3	562 Schmude Elke	LC Duisburg	1:50:15	W55	42	0:24:16	0:36:32	0:49:27
	4	587 Pautzke Catrin	Moerser TV Triathlon	1:51:21	W55	47	0:24:41	0:37:23	0:49:16
	5	860 Dallmann Heike	Ausdauerschule by bunert	1:54:01	W55	64	0:25:45	0:38:06	0:50:10
	6	875 Blässe Cordula	Oberhausener TV	1:56:04	W55	80	0:24:54	0:38:59	0:52:10
	7	554 Isberner Gabi	SC Bayer 05 Uerdingen	2:04:06	W55	134	0:27:13	0:41:51	0:55:02
	8	2574 Opitz Dorothea	LT TB Hassels	2:05:43	W55	153	0:27:36	0:41:51	0:56:16
	9	1907 Bongers Dorothea	Sterkrade Nord	2:06:11	W55	157	0:27:31	0:41:15	0:57:24
	10	1409 Grotehans Ina	Ausdauerschule by bunert	2:06:22	W55	158	0:27:55	0:42:32	0:55:53
	11	2778 Wiele Birgit	TV Wanheimerort 1880 e.V.	2:08:13	W55	177	0:28:41	0:42:17	0:57:14
	12	1038 Wegmann Sabine	LT Lukas	2:10:13	W55	199	0:29:26	0:43:44	0:57:03
	13	1911 Bandowsky Heike	*Damme	2:11:42	W55	221	0:28:44	0:44:02	0:58:55
	14	635 Pawlowsky Sigrid	*Düsseldorf	2:12:15	W55	228	0:29:53	0:43:26	0:58:55
	15	2452 Bohnsack Silke	*Mülheim an der Ruhr	2:14:41	W55	257	0:33:41	0:43:10	0:57:49
	16	1671 Hoffmann Cathrin	BWG Running Team	2:15:27	W55	271	0:29:35	0:44:54	1:00:58
	17	1927 Kabierske Angelika	*Duisburg	2:15:54	W55	279	0:29:49	0:44:36	1:01:28
	18	1150 Matter Claudia	*Tönisvorst	2:17:42	W55	297	0:30:15	0:45:22	1:02:05
	19	2162 Bertram Ina	RTB Remscheid	2:18:10	W55	302	0:30:19	0:46:10	1:01:40
	20	1444 Ahrens Sybille	*Wuppertal	2:18:16	W55	305	0:29:43	0:46:06	1:02:26
	21	2429 Schmitz Ute	LT Krefeld-Oppum	2:18:42	W55	310	0:31:34	0:46:31	1:00:36
	22	1101 Lehnardt Susanne	Team - Wir rocken das!	2:20:40	W55	331	0:31:14	0:41:44	1:07:41
	23	649 Schubert Barbara	bayer05	2:20:49	W55	333	0:29:42	0:47:17	1:03:49
	24	2074 Sitterz Birgitta	Breetlook-Runners	2:20:51	W55	334	0:31:48	0:46:56	1:02:06
	25	904 Radojewski Monika	*Moers	2:22:02	W55	347	0:26:16	0:47:14	1:08:32
	26	1967 Kindsgrab Monika	Ruhrrunner	2:22:06	W55	348	0:28:46	0:45:35	1:07:44
	27	610 Flohberg Martina	Lauffreunde HADI Wesel	2:22:30	W55	353	0:31:19	0:47:12	1:03:58
	28	1255 Hülser Barbara	WfbM Duisburg	2:25:06	W55	379	0:35:23	0:47:09	1:02:33
	29	792 Behrendt Heike	Ausdauerschule by bunert	2:25:13	W55	382	0:31:30	0:48:35	1:05:07
	30	730 Wippich-Zebic Dagmar	Marathonverein Dinslaken	2:26:32	W55	397	0:30:59	0:48:31	1:07:01
	31	2002 Arentz Lisa	*Duisburg	2:26:58	W55	400	0:32:12	0:50:14	1:04:32
	32	1269 Krautkrämer Susanne	*Dortmund	2:27:46	W55	410	0:33:32	0:47:58	1:06:16
	33	944 Brachmann Cornelia	Cityrunner	2:28:10	W55	412	0:31:49	0:48:39	1:07:41
	34	2401 Schmidt Claudia	*Hückeswagen	2:28:33	W55	417	0:32:41	0:53:04	1:02:47
	35	1823 Heuer-Hendriks Carla	Rumelner TV	2:28:37	W55	418	0:32:50	0:50:23	1:05:24
	36	1466 Schuhmacher Gerhild	*Essen	2:30:04	W55	430	0:33:19	0:49:46	1:06:58
	37	882 BÜCHEL Elke	SAMBAFLIZER	2:30:15	W55	433	0:31:02	0:51:07	1:08:06
	38	2297 Peekhaus Birgit	*Duisburg	2:33:47	W55	458	0:31:15	0:50:50	1:11:41
	39	1861 Tremmel Hensel Elke	*Duisbrug	2:39:52	W55	493	0:34:33	0:52:05	1:13:12
	40	1579 Adrian Gabi	canisius to go	2:40:24	W55	495	0:35:30	0:53:51	1:11:02
	41	2543 Weskamp Andrea	AS Neukirchen-Vluyn	2:42:37	W55	500	0:33:54	0:54:59	1:13:43
	42	1424 Wendel Daniela	*Oberhausen	2:46:05	W55	517	0:36:22	0:54:56	1:14:47
	43	1144 Heuermann Petra	Mettmann Sport	2:48:07	W55	526	0:37:05	0:54:59	1:16:03
	44	1053 Bongers Ute	racing snails	2:56:40	W55	548	0:38:24	0:58:12	1:20:04
	45	2758 Ogorreck Silvia	Lebensräume	3:19:23	W55	554	0:47:08	1:06:49	1:25:25



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen W60									
	1	1266 Hoffmann-Meyer Angelika	TV Jahn Hiesfeld	1:54:46	W60	69	0:24:41	0:37:49	0:52:16
	2	1528 Koopmann Christa	TV Jahn Hiesfeld	2:09:14	W60	192	0:27:45	0:43:54	0:57:35
	3	556 Kwasniewska Teresa	Angerland LT Lintorf	2:12:20	W60	229	0:28:35	0:41:22	1:02:21
	4	1111 Wehlmann Birgit	Renntiere	2:13:55	W60	245	0:29:26	0:44:47	0:59:41
	5	1497 Klimmeck Elfi	Erler-Sportgemeinschaft	2:15:26	W60	270	0:29:55	0:46:44	0:58:45
	6	1228 Trommer Barbara	RC Sturmvogel Mülheim	2:16:53	W60	290	0:31:22	0:45:23	1:00:07
	7	1272 Kowalski Magdalene	TV Jahn Hiesfeld	2:17:26	W60	294	0:30:01	0:46:28	1:00:56
	8	2235 Verpoort Maria	SV Viktoria Goch	2:18:32	W60	307	0:29:13	0:44:48	1:04:30
	9	2003 Hardt Ulrike	*Duisburg	2:20:29	W60	330	0:30:25	0:47:52	1:02:11
	10	2079 Eling Hildegard	TC Kray 1892 e.V.	2:21:00	W60	337	0:31:38	0:46:34	1:02:48
	11	2007 Bernauer Angela	LC Duisburg	2:27:18	W60	402	0:32:09	0:49:26	1:05:42
	12	2279 Kanuma-Kölzer Kazuko	Running Team Grafenberg	2:27:46	W60	409	0:31:41	0:51:12	1:04:52
	13	995 Ruske Sabine	LT Gemütlichkeit	2:29:26	W60	426	0:31:58	0:49:55	1:07:31
	14	1838 Neugebauer Gudrun	*Kempen	2:43:26	W60	507	0:34:00	0:54:30	1:14:55
	15	2580 Schubert Claudia	*oberhausen	2:49:18	W60	529	0:36:11	0:55:04	1:18:02
	16	2877 Stymol Anita	Ausdauerschule by bunert	2:54:55	W60	544	0:40:42	0:57:07	1:17:04
Altersklasse Frauen W65									
	1	2601 Grubing Mechthild	LC Duisburg	1:51:25	W65	50	0:24:23	0:37:04	0:49:57
	2	1694 Bahls Galina	SG Ruhr 1929	1:55:06	W65	72	0:25:00	0:38:07	0:51:58
	3	564 Klemm Ulrike	*Velbert	2:04:34	W65	141	0:27:28	0:41:02	0:56:02
	4	1397 Theis-Dorigi Ulrike	Adler-Langlauf Bottrop	2:07:49	W65	174	0:29:02	0:42:51	0:55:55
	5	2616 Tielkes Annegret	LV Marathon Kleve	2:12:45	W65	231	0:29:08	0:44:15	0:59:21
	6	1114 Strauß Petra	*Duisburg	2:17:08	W65	291	0:30:16	0:45:05	1:01:46
	7	2039 Hirsch Rosa	team-4haus	2:19:23	W65	313	0:30:39	0:45:28	1:03:15
	8	1025 Block Ursula	*Tönisvorst	2:23:56	W65	370	0:31:38	0:48:22	1:03:55
	9	895 Beuting Sieglinde	DJK TuS Rotthausen	2:29:01	W65	421	0:33:07	0:48:46	1:07:07
	10	1149 Mäteling Gertrud	SV Haldern Lauftreff	2:56:56	W65	549	0:37:49	0:58:40	1:20:26
	11	1934 Hahn-Thielk Petra	CDS Running Team	3:06:13	W65	553	0:41:48	1:01:01	1:23:23
Altersklasse Frauen W70									
	1	1062 Sauerwald Vasiljka	*Essen	2:12:58	W70	233	0:30:03	0:43:38	0:59:16
	2	1423 Böker Martina	*Viersen	2:35:27	W70	465	0:33:45	0:51:44	1:09:57
	3	546 Bleckmann Marlies	Lauffreunde HADI Wesel	2:37:54	W70	481	0:36:12	0:53:38	1:08:02
	4	2151 Schwinge Erika	ICH - AG	2:47:46	W70	525	0:35:25	0:55:52	1:16:28
	5	1676 Küntzer Marlies	TC Kray 1892 e.V.	2:57:59	W70	550	0:38:57	0:59:41	1:19:21
Altersklasse Frauen WU18									
	1	2090 Faber Annika	TV Hasslinghausen	1:24:43	WU18	1	0:18:27	0:28:14	0:38:01
	2	646 Schrooten Lena	LG Stadtwerke Hilden	1:39:53	WU18	11	0:22:22	0:33:06	0:44:24
	3	647 Wiechers Franka	LG Stadtwerke Hilden	1:42:03	WU18	14	0:20:38	0:36:10	0:45:14
	4	2648 Gehendges Alina	Lauftreff Fun	1:54:59	WU18	71	0:25:33	0:38:10	0:51:15
	5	928 Ehrlich Caro	*Duisburg	2:08:42	WU18	183	0:27:42	0:43:09	0:57:49
	6	2628 Sondermann Neele	ASCD	2:15:28	WU18	272	0:32:21	0:44:26	0:58:41
	7	1914 Fröhlich Johanna	Fröhliche Laufgemeinschaft	2:29:18	WU18	423	0:32:05	0:49:34	1:07:38



**AOK Winterlaufserie
des ASV Duisburg 2019
Kleine Serie - Gesamtwertung**

Frauen

gedruckt 25.03.2019 22:09:35

AK-Pl.	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Gesamt	AK	Ges.Pl.	5km	7.5km	10km
Altersklasse Frauen WU20									
1	503	Vernikov Sonja	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	1:26:02	WU20	3	0:17:49	0:27:49	0:40:22
2	1552	Späth Alica	Triathlon Team Düsseldorf	1:36:42	WU20	7	0:21:33	0:32:48	0:42:20
3	2381	Schippel Paula Maria	SV Raadt	1:47:19	WU20	33	0:22:28	0:35:02	0:49:48
4	984	Heymann Thea	SealS Team Ocean Racing	1:59:03	WU20	100	0:27:12	0:40:11	0:51:39
5	2030	Merkel Nina	GZBW Runners	2:06:02	WU20	156	0:26:51	0:41:51	0:57:20
6	2490	Borowski Franziska	*Oberhausen	2:12:27	WU20	230	0:28:38	0:43:06	1:00:42
7	2719	Van Rùth Patricia	*Krefeld	2:14:46	WU20	260	0:29:06	0:42:42	1:02:58