

SG Bockenberg, Winterlaufserie 2018/2019 24.11.2018, Stand 30.11.18  
 Ergebnisliste AK Lauf1, lange Strecke (7,8 Km)

Platz	Stnr.	Name, Vorname	Jahrg.	Verein/Ort	Zeit
<b>W U18</b>					
1.	383	Steffen, Anne-Sofie	2001	TV Refrath	0:37:34
<b>W U20</b>					
1.	428	Tix, Maxi	2000	Süttenbacher RSG	0:46:17
<b>W HK</b>					
1.	375	Selbach, Anna	1995	(Bergisch Gladbach)	0:38:25
2.	456	Ingrisch, Fabiane	1994	(Bergisch Gladbach)	0:40:13
3.	378	Wirth, Linda	1995	(Rösrath)	0:41:30
4.	334	Hartwig, Laura	1998		0:47:10
5.	333	Hartwig, Maren	1995	LT Saaler Mühle	0:47:12
<b>W 30</b>					
1.	354	Henneken, Claudia Maria	1985	Dauerlaufverein e.V.	0:37:27
2.	337	Jeske, Bianca	1986		0:45:17
<b>W 35</b>					
1.	417	Delantonio, Karin	1983	SV Bergisch Gladbach 1920/71 e.V.	0:39:33
2.	399	Menzel, Verena	1980	(Leverkusen)	0:41:50
3.	391	Kohler, Maxie	1982	XTrail-Aktiv	0:42:45
4.	307	Lichtenthäler, Carina	1983		0:42:57
5.	332	Urban, Alexandra	1981		0:43:16
6.	386	Vinzelberg, Julia	1980	XTrail-Aktiv	0:45:22
<b>W 40</b>					
1.	310	Rabes, Yvonne	1975	five star fitness	0:35:16
2.	462	Kösler, Daniela	1977	XTrail-Aktiv	0:39:55
3.	341	Laudien, Miriam	1974	Waldorfschule Refrath	0:40:58
4.	411	Scharnigg, Karen	1975	(Bergisch Gladbach)	0:43:20
5.	321	Klaas, Cordula	1974	RSF Frohe Felge	0:43:22
6.	362	Hein, Andrea	1976	LLG 80 Nordpark Köln	0:44:43
7.	314	Haak, Miriam	1976	XTrail-Aktiv	0:47:52
8.	442	Zimmermann, Friederike	1975	(Köln)	0:53:17
<b>W 45</b>					
1.	414	Bürger, Grit	1972	Küchenberger Sporverein	0:38:53
2.	408	Heuwinkel, Ines	1971	(Köln)	0:42:23
3.	425	Binsfeld, Lydia	1972	LLG 80 Nordpark Köln	0:43:03
4.	439	Böcker, Doreen	1972	LT Saaler Mühle	0:43:16
5.	395	Benzmüller, Heike	1971		0:43:51
6.	355	Lamboy, Petra	1971	(Bergisch Gladbach)	0:45:27
7.	323	Sting, Daniela	1972	TV Langenholdinghausen	0:48:33
8.	359	Konopatzki, Claudia	1972	LLG 80 Nordpark Köln	0:49:40
9.	403	Schley, Maria	1971		0:50:02
<b>W 50</b>					
1.	313	Türk, Cornelia	1966	Rhein Berg Runners	0:35:11
2.	441	Lennartz, Birgit	1965	LLG St. Augustin	0:37:11
3.	346	Greinert, Anke	1967	Rösrather Schlammspringer	0:38:17
4.	432	Schulz, Anja	1968	SV Bergisch Gladbach 1920/71 e.V.	0:42:21
5.	360	Krantz, Claudia	1967	LLG 80 Nordpark Köln	0:43:35

# Ergebnisliste AK Lauf1, lange Strecke (7,8 Km)

Platz	Stnr.	Name, Vorname	Jahrg.	Verein/Ort	Zeit
6.	338	Hoffmann, Susanne	1968	LT Saaler Mühle	0:46:06
7.	335	Erber-Savarese, Christine	1967	Mach3 Köln e.V.	0:46:57
8.	369	Fischer, Edith	1966	LLG 80 Nordpark Köln	0:49:15
9.	387	Bohne, Dörte	1964		1:00:08

## W 55

1.	376	Vincentz, Barbara	1963	(Rösrath)	0:37:36
2.	336	Usselmann, Dagmar	1963	(Rösrath)	0:42:57
3.	453	Jaschky-Sterzenbach, Iris	1961	Troisdorfer LG M.U.T.	0:45:49
4.	358	Kruse, Anne	1959	LLG 80 Nordpark Köln	0:47:11
5.	371	Schnitzler, Patricia	1959	LLG 80 Nordpark Köln	0:47:22

## W 60

1.	368	Fetten, Rosi	1954	LLG 80 Nordpark Köln	0:48:01
----	-----	--------------	------	----------------------	---------

## M HK

1.	437	Linden, Sebastian	1989	Rhein Berg Runners	0:28:24
2.	349	Hübl, Daniel	1990		0:40:15

## M 30

1.	312	Müller, Matthias	1988	(Bergisch Gladbach)	0:29:39
2.	388	Bußmann, Tobias	1986	XTrail-Aktiv	0:31:12
3.	463	Lang, Oliver	1987	DAV-Köln	0:40:25
4.	353	Meregalli, Luca	1988	LT Saaler Mühle	0:42:26

## M 35

1.	440	Hund, Christopher	1983	LG Gummersbach	0:31:53
2.	382	Matschurek, Andreas	1983	VFL Engelskirchen	0:31:55
3.	326	Dambon, Martin	1981	NHF Runners	0:33:18
4.	461	Hofmann, Ernest	1981	Boyclub Bergisch Gladbach	0:38:59
5.	372	Schüller, Felix	1980		0:40:19
6.	413	Bieguszewski, Jakob	1983	(Bonn)	0:42:49

## M 40

1.	438	McGuire, Stephan	1975	DJK Mudersbach	0:34:10
2.	363	Mannheim, Stephan	1975	LLG 80 Nordpark Köln	0:35:05
3.	444	Köper, Johannes	1974	x-trail aktiv	0:37:53
4.	407	Müller, Jörg	1975	XTrail-Aktiv	0:40:18
5.	405	Trompetter, Daniel	1978	(Rösrath)	0:40:19
6.	315	Haak, Christian	1974	(Bergisch Gladbach)	0:41:41
7.	454	Nicklas, Rainer	1974	(Troisdorf)	0:42:32
7.	379	Rudolph, Alexander	1974	Ford FCSD05	0:42:32
9.	457	Ladenthin, Mario	1978	Feuerwehr Erftstadt	0:45:06

## M 45

1.	451	Corazza, Germano	1972	TREX ZOLDO	0:31:09
2.	416	Hierholzer, Stephan	1972	RSF Frohe Felge	0:32:44
3.	350	Fink, Oliver	1969	(Bergisch Gladbach)	0:33:37
4.	342	Hufnagel, Carsten	1969	Team Bauchfleisch	0:34:05
5.	458	Lukas, Stefan	1972	Heiligenhauser SV	0:35:59
6.	446	Althoff, Frederek	1970	x-trail aktiv	0:36:44
7.	412	Herentrey, Jörg	1969		0:36:59
8.	418	Köhler, Joachim	1972	Krüger Group Running Team	0:37:55
9.	384	Steffen, Gregor	1969	TV Refrath	0:38:15

# Ergebnisliste AK Lauf1, lange Strecke (7,8 Km)

Platz	Stnr.	Name, Vorname	Jahrg.	Verein/Ort	Zeit
10.	347	Vogt, Herbert	1971		0:38:27
11.	311	Klaas, Marcel	1971	RSF Frohe Felge	0:41:28
12.	322	Gronewald, Jörg	1969	(Kürten)	0:43:45
13.	443	Zimmermann, Knut	1973	(Köln)	0:53:21
14.	370	Meier, Thomas	1969	LLG 80 Nordpark Köln	0:56:24

## M 50

1.	345	Greinert, Frank	1967	Rösrather Schlammspringer	0:31:42
2.	404	Lieth, Klaus	1968	TV Refrath	0:32:02
3.	409	Röttgen, Wolfgang	1966	Team Rudi B.	0:32:48
4.	318	Hall, Julian	1967	(Bergisch Gladbach)	0:33:59
5.	464	Kramer, Ulrich	1965	SV Bergisch Gladbach	0:34:02
6.	459	Arnold, Jörg	1964	(Köln)	0:35:17
7.	449	Schmerbauch, Lutz	1966	LG Schmitzhöhe	0:38:02
8.	419	Schmitz, Michael	1968	Lauftreff Birkerfeld	0:38:32
9.	380	Menne, Dieter	1964	Kieser Training	0:38:37
10.	325	Schultz, Norman	1968	NHF Runners	0:38:43
11.	324	Sting, Michael	1968	TV Langenholdinghausen	0:38:47
12.	401	Doil, Carsten	1966	TS 79 Bergisch Gladbach	0:38:50
13.	424	Stoppenbach, Michael	1968	SSV Süng	0:38:59
14.	415	Poschmann, Mike	1967	TSV Dieringhausen	0:39:18
15.	331	Schepers, Thomas	1965	1 Kölner Laufstall	0:39:33
16.	306	Kuhl, Oliver	1967	LLG 80 Nordpark Köln	0:41:01
17.	385	Mörs, Robert	1964	(Rösrath)	0:41:01
18.	381	Ley, Thomas	1965	LT Rösratherstrasse	0:41:09
19.	320	Bohne, Christopher	1964	(Wiehl)	0:41:09
20.	460	Bauß, Carsten	1965	1. Kölner Laufstall	0:41:38
21.	398	Hart, Heiko	1968	NHF Runners	0:41:50
22.	328	Dresbach, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:42:04
23.	329	Kohlstrung, Marcus	1966	DLRG Bensberg	0:42:14
24.	327	Rumpeltin, Carsten	1965	XTrail-Aktiv	0:42:47
25.	435	Juli, Gregor	1967	VFL Engelskirchen Triathlon	0:43:33
26.	309	Fehring, Udo	1968	Union Biesfeld Triathlon	0:43:45
27.	339	Bajahr, Frank	1967	LT Saaler Mühle	0:47:44
28.	422	Hoffmann, Frank	1968	XTrail-Aktiv	0:47:52

## M 55

1.	340	Heisig, Markus	1960	TV Refrath	0:35:24
2.	421	Ritter, Ronald	1960	LT Schöllerhof	0:36:19
3.	433	Schwanke, Dirk	1963	Team Bergischer Kreisel	0:36:22
4.	429	Lindemeier, Günter	1962	TV Refrath	0:36:52
5.	450	Hackenbroich, Wolfgang	1960	Weiler Waldläufer	0:40:40
6.	365	Boelter, Thomas	1963	LLG 80 Nordpark Köln	0:41:04
7.	377	Wirth, Jörg	1961	(Rösrath)	0:41:30
8.	316	Launert, Jürgen	1962	Karate-Do Overath e.V.	0:42:05
9.	431	Selbach, Klaus	1963	(Bergisch Gladbach)	0:42:57
10.	396	Härtel, Rüdiger	1963	Waldorfschule Refrath	0:43:20
11.	400	Michollek, Wolfgang	1960	(Köln)	0:44:36
12.	352	Rösener, Rodja-Claus	1962	(Bergisch Gladbach)	0:46:18
13.	426	Lammel, Georg	1963	LT Saaler Mühle	0:47:45
14.	402	Reunert, Gerd	1961		0:48:02
15.	434	Van der Meisren, Walter	1959	(Köln)	0:48:18
16.	406	Ley, Bernhard	1959	TTC Bärbroich	0:49:20

## Ergebnisliste AK Lauf1, lange Strecke (7,8 Km)

Platz	Stnr.	Name, Vorname	Jahrg.	Verein/Ort	Zeit
17.	330	Koch, Stefan	1963	(Pulheim)	0:52:14

### M 60

1.	393	Ruhnke, Robert	1958	(Elsdorf)	0:32:56
2.	452	Pniewski, Bernd	1954	Brücker Lauffreunde	0:40:04
3.	410	Froese, Werner	1958	(Rösrath)	0:40:12
4.	366	Döring, Uwe	1958	LLG 80 Nordpark Köln e.V.	0:41:25
5.	420	Lippold, Horst	1957	(Köln)	0:42:38
6.	319	Hörsch, Wilfried	1954	TV Donrath	0:47:17

### M 65

1.	367	Fetten, Heijo	1952	LLG 80 Nordpark Köln	0:35:22
2.	374	Orth, Hermann Josef	1950	TV Hoffnungsthal	0:41:35
3.	392	Rank, Peter	1951	Feuerwehrsportverein Köln	0:43:41
4.	455	Klein, Albert	1952	(Köln)	0:43:55
5.	361	Werner, Helmut	1949	LLG 80 Nordpark Köln	0:44:44
6.	317	Zielonka, Herbert	1949	SG Vilkerath	0:46:59
7.	373	Rudolf, Joachim	1953	Hobbyläufer	0:47:23
8.	445	Altendorf, Oskar	1951	TV Refrath	0:47:29

### M 70

1.	364	Mannheim, Michael	1946	LLG 80 Nordpark Köln	0:49:15
2.	389	Bruck, Rainer	1948	LT Saaler Mühle	0:50:05
3.	390	Gleitzmann, Thomas	1948	TS 1879 e.V. Berg.Gladbach	0:53:26

Anzahl: 144