

37. Bahnlaufserie dritter Tag

Regionale Meisterschaften

10.000 m

Männer

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	32:11.12	Lucas Hemkes	LAZ PUMA Rhein-Sieg	1992
2.	33:22.89	Simon Bong	TSV Bayer Leverkusen	1997
3.	34:22.46	Arthur Ralenovsky	Rhein-Berg Runners	1993
4.	39:22.52	Lukas Kehlenbach	TuS Köln rrh	1994
5.	40:16.05	Tom Peiter	LG Gummersbach	1995

Männer M35

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	33:35.28	David Fleschen	TV Herkenrath	1982
2.	36:38.31	Niklas von der Assen	TV Refrath	1984

Männer M40

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	33:56.04	Daniel Weiser	LAZ PUMA Rhein-Sieg	1976
2.	34:51.34	Lars Gronewold	Rhein-Berg Runners	1977
3.	40:14.97	Michael Köhler	LG Gummersbach	1978

Männer M45

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	40:35.01	Stefan Schmalenbach	DJK Gummersbach	1971
2.	49:28.87	Dirk-Henning Lotz	TV Refrath	1974

Männer M50

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	38:33.99	Heiko Wilmes	TV Refrath	1969
2.	38:54.62	Ralf Teicher	Rhein-Berg Runners	1969
3.	39:26.67	Matthias Haaser	TV Witzhelden	1966
4.	47:23.22	Meinolf Sprink	TV Herkenrath	1965

Männer M55

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	44:03.67	Markus Heisig	TV Refrath	1960

Männer M60

PLZ	ZEIT	NAME	VEREIN	JG
1.	42:17.23	Norbert Tesch	LLG St. Augustin	1959