

Die Bestenliste des TuS Deuz (Stand: 12.01.2020)

Berichtigungen oder/und Neueinträge mit Name, Zeit, Datum und Wettkampfort...

...bitte per E-Mail an: ray.steel@web.de

in "fett" sind die zuletzt aufgenommenen Ergebnisse dargestellt

Männer/ Frauen**Männer 400m**

Männer / Frauen 400m 800m 1000m 1500m 3000m 5
000m

10000m

10km

Halbmarathon

Marathon

100km

Team Männer / Frauen 3x1000m 10
km

Halbmarathon

Marathon

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

1.

Christian Jung 61,42 Kreuztal 04.06.2014 M30

Männer 800m

[Männer](#) / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#)

[10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Magnus Daus	02:07,68	Arnsberg	25.05.1991	M16
2.	Matthias Kraft	02:08,72	Kreuztal	28.05.2005	M35
3.	Christian Jung	02:09,73	Berg. Gladbach	20.08.2015	
4.	Andreas Senner	02:14,96	Stadtallend. (Halle)	09.02.2014	M45

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Stefan	Brockfeld	02:14,97	Stadtallend. (Halle)	04.02.2012	M45
6.	Fabio	Klein	02:29,23	Dortmund	27.01.2019	M14
7.	Rainer	Müller	02:47,44	Düsseldorf (Halle)	2.01.2020	M70
8.	Julien	Klein	02:54,92	Kreuztal	19.05.2019	M10
9.	Julius	Kneppe	03:03,84	Kreuztal	21.05.2017	M11
10.	Jakob	Kneppe	03:10,94	Dreis-Tiefenbach	17.09.2017	M8

Männer 1000m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Timo	Gräbener	02:49,26	Dortmund	23.06.1991	M14
2.	Christian	Jung	02:49,53	Berg. Gladbach	31.08.2017	
3.	Matthias	Kraft	02:49,56	Kreuztal	29.07.2006	M35
4.	Stefan	Brockfeld	02:52,73	Wetzlar	20.07.2013	M45

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Andree	Habig	02:53,26	Dortmund	23.06.1991	M14
6.	Magnus	Daus	02:59,94	Lüdenscheid	29.09.1990	M15
7.	Hanjo	Wagner	03:23,91	Kreuztal	18.07.2009	M40
8.	Rainer	Müller	03:31,74	Wetzlar	29.07.2017	M65
10.	Florian	Heitze	03:41,01	Kreuztal	12.05.1991	M11
11.	Jens	Bender	03:42,27	Kreuztal	12.05.1991	M11
12.	Adam	Nicklaus	03:43,03	Betzdorf	11.06.2010	M10
13.	Simon	Nicklaus	03:50,54	Betzdorf	11.06.2010	M12
15.	Timon	Trettin	04:11,10	Betzdorf	11.06.2010	M10

Männer 1500m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1. Thomas Tremmel 04:11,36 Kreuztal 17.05.2009 MHK

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

2.	Matthias	Kraft	04:19,15	Kreuztal	29.05.2005	M35
3.	Stefan	Brockfeld	04:29,66	Bielefeld (Halle)	15.02.2015	M45
4.	Rainer	Stahl	04:30,85	Kreuztal	29.05.2005	M35
5.	Lars	Brandenburger	04:30,96	Warstein	03.07.2015	M40
6.	Andreas	Senner	04:35,04	Kreuztal	16.06.2009	M40
7.	Christian	Jung	04:36,99	Berg. Gladbach	03.09.2015	
8.	Patrick	Höfer	04:38,84	Kreuztal	28.05.2006	MHK
9.	Amanuel	Yakob	04:44,05	Kreuztal	21.05.2017	MHK
10.	Andreas	Rottler	05:07,13	Gerlingen	23.05.2018	M50
11.	Rainer	Müller	05:25,02	Krefeld-Uerdingen	05.06.2017	M65

Männer 3000m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

	10km	Halbmarathon	Marathon				
	1.	Carsten	Thoma	08:29,54	Berg. Gladbach	05.08.2004	M30
2.		Yohannes		Hailu Atey		08:33,06	
3.		Carsten		Breitenbach		08:39,09	
4.		Thomas		Tremmel		08:45,46	
5.		Erich		Roth		08:53,20	
6.		Matthias		Kraft		09:10,22	
7.		Bert		Schmal		09:24,05	
8.		Patrick		Höfer		09:25,31	
9.		Jonas		Winkel		09:25,85	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

10.	Stefan	Brockfeld	09:26,07
11.	Andreas	Senner	09:26,51
12.	Manuel	Wörmann	09:27,52
13.	Andreas	Rottler	09:28,71
14.	Ulrich	Schmelzer	09:33,66
15.	Lars	Brandenburger	09:35,68
16.	Rainer	Stahl	09:36,84
17.	Viktor	Horch	09:38,83

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

18.	Waldemar	Schmidt	09:40,64
19.	Tim	Dally	09:41,39
20.	Tobias	Schmechel	09:44,24
21.	Benjamin	Engel	09:46,49
22.	Karl	Steiner	09:52,00
23.	Amanuel	Yakob	09:56,26
24.	Magnus	Daus	10:08,70
25.	Thomas	Lohrsbach	10:10,89

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

26.	Jannik	Ax	10:21,47
27.	Christian	Jung	10:21,67
28.	Jens	Ulmer	10:27,69
29.	Holger	Natzke	10:29,29
30.	Rainer	Müller	11:36,05
31.	Günter	Bieler	11:47,91

Männer 5000m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)[Marathon](#)[100km](#)

Team

[Männer](#) /[Frauen](#)[3x1000m](#)[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Yohannes	Hailu Atey	14:31,54	Koblenz	28.05.2014	MHK
2.	Carsten	Thoma			14:54,16	
3.	Thomas	Tremmel			14:59,50	
4.	Carsten	Breitenbach			15:05,32	
5.	Erich	Roth			15:09,90	
6.	Matthias	Kraft			15:58,79	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

7.	Andreas	Rottler	15:59,77
8.	Jonas	Winkel	16:12,10
9.	Manuel	Wörmann	16:15,30
10.	Tim	Dally	16:16,30
11.	Patrick	Höfer	16:17,19
12.	Ulrich	Schmelzer	16:18,30
13.	Andreas	Senner	16:18,74
14.	Stefan	Brockfeld	16:21,16

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

15.	Bert	Schmal	16:25,00
16.	Viktor	Horch	16:25,69
17.	Thomas	Braukmann	16:32,71
18.	Lars	Brandenburger	16:43,46
19.	Rainer	Stahl	16:43,95
20.	Amanuel	Yakob	16:50,30
21.	Tobias	Schmechel	16:54,79
22.	Timo	Dreisbach	16:54,97

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

23.	Karl	Steiner	16:56,00
24.	Benjamin	Engel	16:56,20
25.	Tim-Oliver	Dreisbach	17:00,67
26.	Nils	Wagner	17:22,88
27.	Anno	Dallmann	17:24,80
28.	Patrick	Löhr	17:25,15
29.	Christian	Becker	17:28,94
30.	Holger	Natzke	17:33,55

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

31.	Bernd	Schädler	17:39,99
32.	Peter	Petzold	17:45,00
33.	Jochen	Kraus	17:48,08
34.	Christian	Jung	17:49,00
35.	Markus	Croonenbroeck	17:49,30
36.	Jens	Ulmer	17:49,52
37.	Daniel	Sahlbach	17:51,20
38.	Volker	Stein	18:02,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

39.	Ulrich	Pietsch	18:04,50
40.	Holger	Klein	18:06,04
41.	Aleksei	Nesterov	18:07,90
42.	Uli	Vitt	18:11,90
43.	Lutz	Hellmann	18:12,00
44.	Rainer	Steinhorst	18:14,30
45.	Jannik	Ax	18:14,39
46.	Jakob	Steffe	18:21,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

47.	Björn	Büdenbender	18:27,05
48.	Hanjo	Wagener	18:29,80
49.	Gerhard	Schneider	18:45,30
50.	Niklas	Rübke	18:49,00
51.	Rolf	Twardella	18:58,79
52.	Armin	Mockenhaupt	18:59,67
53.	Nils	Abdelhedi	19:08,21
54.	Günter	Bieler	19:19,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

55.	Friedbert	Schöler	19:19,28
56.	Reiner	Neiß	19:20,84
57.	Michael	Scholze	19:21,97
58.	Alexander	Manaa	19:26,00
59.	Rainer	Müller	19:36,72
60.	Horst	Grübener	19:38,61
61.	Vincenzo	Civitavecchia	19:53,50
62.	Sebastian	Weber	20:11,90

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

63.	Dr. Karl-H.	Drexhage	20:16,60
64.	Jörn	Gerhardus	20:32,60
65.	Reinhard	Trettin	20:41,38
66.	Sascha	Görg	20:41,40
67.	Andreas	Oster	20:57,30
68.	Klaus	Wiedemann	21:17,70
69.	Torsten	Hähling	21:21,50
70.	Andreas	Riethig	22:15,20

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

71.	Jörn	Hüttemann	22:21,40
72.	Adam	Nicklaus	23:07,08
73.	Benjamin	Klappert	23:21,00
74.	Alex	Weißensel	23:34,40

Männer 10000m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) 10000m
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

1.	Carsten	Breitenbach	30:27,18	Köln	25.04.1998	M30
2.		Yohannes		Hailu Atey	30:47,08	
3.		Carsten		Thoma	30:56,23	
4.	Erich		Roth		31:51,40	Berg. Gladbach
5.		Alfons		Wagener	33:20,30	
6.	Andreas		Rottler		33:29,63	Berg. Gladbach
7.		Patrick		Höfer	33:35,70	
8.	Andreas		Senner		33:53,01	Leverkusen
9.		Matthias		Kraft	33:55,53	
10.	Stefan		Brockfeld		33:59,89	Aichach

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

11.		Wolfram	Geisler	34:05,80	
12.	Ulrich	Schmelzer	34:46,90		Berg. Gladbach
13.		Manuel	Wörmann	34:47,46	
14.		Bert	Schmal	35:02,09	
15.	Waldemar	Schmidt	35:04,57		Berg. Gladbach
16.		Lars	Brandenburger	35:19,26	
17.	Karl	Steiner	35:39,00		Berg. Gladbach
18.		Rainer	Stahl	35:40,00	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

19.		Holger	Natzke	37:49,35	
20.	Christian	Jung	38:26,66		Leverkusen
21.		Jannik	Ax	38:54,98	
22.	Armin	Mockenhaupt	39:42,84		Wetter
23.		Friedbert	Schöler	40:29,10	
24.		Horst	Günther	40:30,61	
25.	Torsten	Streibel	40:48,50		Wetter
26.		Rainer	Müller	41:45,47	
27.	Dr. Karl-H.	Drexhage	42:13,14		Kamen

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

28. Torsten Hähling 47:41,28

Männer 10km

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

10km

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Yohannes	Hailu Atey	30:29,00	Bad Liebenzell	06.09.2015	MHK
2.	Carsten	Thoma	30:46,00			
3.	Carsten	Breitenbach	30:55,00			
4.	Stefan	Groß	31:04,50			

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Thomas	Tremmel	31:26,00
6.	Patrick	Höfer	32:49,00
7.	Matthias	Kraft	32:50,00
8.	Tim	Dally	32:52,00
9.	Ulrich	Schmelzer	33:02,32
10.	Andreas	Rottler	33:11,98
11.	Jonas	Winkel	33:18,00
12.	Stefan	Brockfeld	33:36,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13.	Andreas	Senner	33:46,00
14.	Thomas	Braukmann	33:56,00
15.	Tobias	Schmechel	34:00,00
16.	Bert	Schmal	34:06,00
17.	Manuel	Wörmann	34:16,00
18.	Rainer	Bonn	34:25,00
19.	Patrick	Löhr	34:27,00
20.	Lars	Brandenburger	34:28,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Anno	Dallmann	34:34,00
22.	Karl	Steiner	34:36,00
23.	Benjamin	Engel	34:36,00
24.	Viktor	Horch	34:38,00
25.	Waldemar	Schmidt	34:44,00
26.	Peter	Veith	34:54,00
27.	Rainer	Stahl	34:55,58
28.	Timo	Dreisbach	35:04,97

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

29.	Berthold	Wagner	35:08,00
30.	Dieter	Müller	35:17,00
31.	Amanuel	Yakob	35:21,00
32.	Christian	Becker	35:22,00
33.	Peter	Petzold	35:48,00
34.	Nils	Wagner	35:50,00
35.	Markus	Croonenbroeck	36:02,31
36.	Dirk	Neumann	36:52,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

37.	Bernd	Schädler	36:56,08
38.	Holger	Natzke	37:01,00
39.	Volker	Menn	37:17,00
40.	Aleksei	Nesterov	37:22,00
41.	Rainer	Steinhorst	37:29,00
42.	Tim-Oliver	Dreisbach	37:29,00
43.	Christian	Jung	37:33,19
44.	Jens	Ulmer	37:35,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

45.	Holger	Klein	37:41,00
46.	Björn	Büdenbender	37:47,00
47.	Uli	Vitt	37:53,91
48.	Matthias	Dignaß	37:59,96
49.	Reiner	Neiß	38:03,00
50.	Alexander	Manaa	38:06,00
51.	Lutz	Hellmann	38:07,00
52.	Andreas	Klappert	38:12,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

53.	Rolf	Twardella	38:17,95
54.	Uwe	Bittner	38:19,00
55.	Gerhard	Schneider	38:27,00
56.	Volker	Stein	38:33,00
57.	Jannik	Ax	38:34,00
58.	Nils	Abdelhedi	38:53,00
59.	Jakob	Steffe	38:53,00
60.	Hanjo	Wagener	38:54,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

61.	Alex	Wassmann	38:55,00
62.	Ulrich	Pietsch	39:05,98
63.	Armin	Mockenhaupt	39:27,00
64.	Michael	Schulz	39:42,00
65.	Michael	Scholze	39:44,00
66.	Felix	Herrera	39:44,65
67.	Günter	Bieler	39:51,00
68.	Rainer	Müller	39:58,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

69.	Horst	Günther	40:07,00
70.	Andree	Habig	40:19,00
71.	Vincenzo	Civitavecchia	40:26,00
72.	Friedbert	Schöler	40:38,00
73.	Patrick	Loibl	40:50,09
74.	Jörn	Gerhardus	41:09,00
75.	Tobias	Dick	41:14,00
76.	Jörn	Hüttemann	41:24,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

77.	Sebastian	Weber	41:59,30
78.	Reinhard	Pisters	42:03,00
79.	Dr. Karl-H.	Drexhage	42:05,00
80.	Sascha	Görg	42:32,00
81.	Andreas	Oster	42:35,00
82.	Reinhard	Trettin	42:48,30
83.	Ortwin	Vogel	43:12,00
84.	Christian	Kirbach	43:13,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

85.	Torsten	Streibel	43:22,00
86.	Reinhard	Bannert	43:32,28
87.	Eberhard	Schmidt	44:03,40
88.	Klaus	Wiedemann	44:22,00
89.	Andreas	Riethig	45:00,00
90.	Gerd	Gläser	45:21,90
91.	Henning	Daub	45:26,24
92.	Markus	Sauerwald	46:13,40

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

93.	Benjamin	Klappert	46:27,20
94.	Frank	Grunwald	47:07,00
95.	Torsten	Hähling	47:24,00
96.	Eberhard	Fischbach	47:48,00
97.	Alexander	Weißensel	48:36,00
98.	Martin	Becker	48:56,00
99.	Steffen	Schmidt	51:35,00
100.	Salauat	Kiraeu	56:13,00

Männer Halbmarathon

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Marathon](#)

[100km](#)

Team

[Männer](#) /

[Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Carsten Breitenbach	01:05:40	Hannover	05.04.1998 M30
2.	Yohannes Hailu Atey			01:06:46
3.	Carsten Thoma			01:08:01
4.	Thomas Tremmel			01:09:56

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Frank	Münzner	01:11:27 (*)
6.	Matthias	Kraft	01:11:33
7.	Tim	Dally	01:11:55
8.	Erich	Roth	01:11:58 (*)
9.	Andreas	Rottler	01:12:49
10.	Wolfram	Geisler	01:13:25 (*)
11.	Patrick	Höfer	01:13:55
12.	Alfons	Wagner	01:13:59 (*)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13.	Sascha	Fiedler	01:14:49
14.	Stefan	Brockfeld	01:15:11
15.	Ulrich	Schmelzer	01:15:19
16.	Thomas	Braukmann	01:15:31
17.	Andreas	Senner	01:15:43
18.	Viktor	Horch	01:16:13
19.	Waldemar	Schmidt	01:16:14
20.	Peter	Veith	01:16:20

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Anno	Dallmann	01:16:20
22.	Manuel	Wörmann	01:16:41
23.	Karl	Steiner	01:17:17
24.	Patrick	Löhr	01:17:37
25.	Rainer	Stahl	01:18:18
26.	Benjamin	Engel	01:18:36
27.	Tobias	Schmechel	01:18:38
28.	Berthold	Wagner	01:19:14 (*)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

29.	Nils	Wagner	01:19:26
30.	Christian	Becker	01:19:43
31.	Bert	Schmal	01:20:16
32.	Holger	Natzke	01:20:19
33.	Arnold	Bähr	01:20:28 (*)
34.	Holger	Klein	01:21:17
35.	Aleksei	Nesterov	01:22:32
36.	Jens	Ulmer	01:22:47

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

37.	Rolf	Twardella	01:23:43
38.	Lutz	Hellmann	01:24:12
39.	Alexander	Manaa	01:24:35
40.	Reiner	Neiß	01:25:06
41.	Gerhard	Schneider	01:25:55
42.	Timo	Dreisbach	01:26:00
43.	Hanjo	Wagener	01:26:07
44.	Christian	Jung	01:26:09

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

45.	Raimund	Fritsch	01:27:03 (*)
46.	Andreas	Klappert	01:27:32
47.	Michael	Scholze	01:27:35
48.	Horst	Günther	01:27:54
49.	Günter	Bieler	01:28:03
50.	Jörn	Hüttemann	01:29:14
51.	Friedrich-K	Wagner	01:29:29 (*)
52.	Rainer	Steinhorst	01:29:33

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

53.	Wilfried	Schneider	01:30:33 (*)
54.	Jörn	Gerhardus	01:30:39
55.	Uli	Vitt	01:31:09
56.	Rainer	Müller	01:32:18
57.	Trettin	Reinhard	01:32:48
58.	Andree	Habig	01:32:59
59.	Reinhard	Pisters	01:33:44
60.	Jannik	Ax	01:33:55

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

61.	Bernd	Schädler	01:34:25
62.	Volker	Stein	01:35:48
63.	Ortwin	Vogel	01:36:16 (*)
64.	Klaus	Wiedemann	01:36:17
65.	Andreas	Oster	01:36:24
66.	Reinhard	Bannert	01:37:35
67.	Horst	Grübener	01:37:54
68.	Sascha	Görg	01:41:58

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

69.	Christian	Kirbach	01:43:30
70.	Björn	Büdenbender	01:45:22
71.	Dirk	Dreisbach	01:45:36
72.	Frank	Grunwald	01:46:00
73.	Torsten	Hähling	01:47:57
74.	Markus	Sauerwald	01:48:25
75.	Benjamin	Klappert	01:48:54
76.	Heiko	Oerter	01:53:09

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

77. Jan Michel Müller 02:06:49

Männer Marathon

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[100km](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Carsten Breitenbach	02:21:36	Essen	26.10.1997	MHK
2.	Yohannes Hailu Atey	02:23:32			
3.	Stefan Groß	02:26:18			
4.	Thomas Tremmel	02:27:51			

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Frank	Münzner	02:28:24
6.	Carsten	Thoma	02:28:30
7.	Matthias	Kraft	02:31:26
8.	Wolfram	Geisler	02:32:??
9.	Andreas	Rottler	02:33:08
10.	Patrick	Löhr	02:33:18
11.	Tim	Dally	02:33:53
12.	Peter	Veith	02:35:58

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13.	Erich	Roth	02:36:17
14.	Rainer	Bonn	02:36:23
15.	Anno	Dallmann	02:36:43
16.	Andreas	Senner	02:36:50
17.	Patrick	Höfer	02:38:59
18.	Stefan	Brockfeld	02:39:42
19.	Tobias	Schmechel	02:40:06
20.	Waldemar	Schmidt	02:41:08

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Karl	Steiner	02:41:56
22.	Viktor	Horch	02:42:09
23.	Sascha	Fiedler	02:42:25
24.	Thomas	Braukmann	02:42:56
25.	Ulrich	Schmelzer	02:47:04
26.	Peter	Petzold	02:48:42
27.	Rainer	Stahl	02:49:11
28.	Berthold	Wagner	02:49:23

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

29.	Lars	Brandenburger	02:51:46
30.	Rudolf	Brück	02:53:xx
31.	Thomas	Liedke	02:53:xx
32.	Rainer	Steinhorst	02:54:26
33.	Holger	Natzke	02:54:41
34.	Benjamin	Engel	02:55:26
35.	Ulrich	Schmelzer	02:55:xx
36.	Georg	Schöllmann	02:56:xx

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

37.	Nils	Wagner	02:57:51
38.	Gerhard	Schneider	02:57:55
39.	Uwe	Bittner	02:58:26
40.	Christian	Becker	02:59:42
41.	Markus	Croonenbroeck	03:00:18
42.	Friedrich-K	Wagener	03:01:xx
43.	Hanjo	Wagener	03:02:42
44.	Alexander	Manaa	03:03:53

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

45.	Jens	Ulmer	03:03:56
46.	Reiner	Neiß	03:05:57
47.	Bernd	Schädler	03:07:13
48.	Holger	Klein	03:08:34
49.	Lutz	Hellmann	03:09:12
50.	Michael	Scholze	03:10:54
51.	Reinhard	Trettin	03:11:18
52.	Volker	Stein	03:12:08

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

53.	Mario	Münzner	03:12:12
54.	Walter	Thiel	03:14:28
55.	Günter	Bieler	03:15:01
56.	Andreas	Klappert	03:15:34
57.	Friedbert	Schöler	03:15:36
58.	Uli	Vitt	03:17:15
59.	Ulrich	Pietsch	03:17:55
60.	Johannes	Schneider	03:18:xx

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

61.	Wilfried	Schneider	03:19:xx
62.	Horst	Günther	03:22:50
63.	Horst	Grübener	03:23:28
64.	Karl	Klein	03:26:xx
65.	Eberhard	Fischbach	03:26:xx
66.	Vincenzo	Civitavecchia	03:28:13
67.	Joachim	Jung	03:29:24
68.	Eckhard	Görg	03:29:27

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

69.	Thorsten	Streibel	03:29:28
70.	Friedhelm	Braun	03:29:47
71.	Matthias	Dignaß	03:30:46
72.	Egon	Bender	03:32:45
73.	Andreas	Oster	03:34:52
74.	Reinhard	Bannert	03:35:21
75.	Hubertus	Wagener	03:36:xx
76.	Klaus	Wiedemann	03:40:23

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

77.	Frank	Bachus	03:41:11
78.	Christian	Kirbach	03:42:31
79.	Jörn	Hüttemann	03:46:02
80.	Adhi	Molzberger	03:47:11
81.	Rainer	Schmidt	03:48:xx
82.	Manfred	Denis	03:50:09
83.	Ortwin	Vogel	03:50:18
84.	Torsten	Hähling	03:51:19

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

85.	Burkhard	Pelzer	03:53:08
86.	Andreas	Keller	03:53:17
87.	Sascha	Görg	03:58:19
88.	Frank	Grunwald	03:59:35
89.	Heiko	Örter	04:01:26
90.	Markus	Sauerwald	04:02:53
91.	Henning	Daub	04:10:14
92.	Maik	Oster	04:11:51

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

93.	Christian	Eling	04:12:09
94.	Gerhard	Schmitt	04:25:05
95.	Dr. Petri	Michael	04:28:49
96.	Thorsten	Günther	04:42:33
97.	Joachim	Günther	04:45:05
98.	Carsten A.	Mattejiet	04:49:17

Männer 100km

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)[Marathon](#)

Team

[Männer](#) /[Frauen](#)[3x1000m](#)

	10km	Halbmarathon	Marathon			
1.	Wilfried	Schneider	08:11:47	Unna	07.09.1986	M50
2.		Erich		Roth	08:18:44	
3.		Carsten		Matejiet	09:06:42	
4.		Reiner		Steinhorst	09:08:36	
5.		Helmut		Göbel	10:26:56	
6.		Karl		Steiner	11:20:57	
7.		Jochen		Niedmand	12:27:00	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Männer 3 x 1000m

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team Männer / [Frauen](#)

3x1000m

10km [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Jung, Jakob, Winkel	08:38,85	Dietzhölzta	19.08.2017
2.	Dally, Horch, Brockfeld	08:53,39		Dietzhölzta

Männer Teams 10km

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Team Männer

/

[Frauen](#)

[3x1000m](#)

10km

[Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Hailu Atey, Tremmel, Dally	01:36:23	Essen	23.11.2013
2.	Hailu Atey, Dally, Brockfeld	01:37:32		Salzkotten
3.	Thoma, Breitenbach, Rottler	01:39:11		Haltern
4.	Tremmel, Rottler, Brockfeld	01:40:03		Bentfeld
5.	Höfer, Rottler, Brockfeld	01:40:56		Wegberg
6.	Groß, Senner, Engel	01:41:29		Leverkusen
7.	Tremmel, Dally Brockfeld	01:41:40		Essen
8.	Tremmel, Senner, Engel	01:42:24		Niederfischbach
9.	Rottler, Brockfeld, Senner	01:42:39		Bentfeld
10.	Rottler, Thoma, T. Dreisbach	01:42:43		Niederfischbach

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

11.	Brockfeld, Braukmann, Seiner	01:43:13	Salzkotten
12.	Dally, Dallmann, Yakob	01:43:22	Essen
13.	Bonn, Schmechel, Horch	01:43:42	Bremen
14.	Brockfeld, Brandenburger, Seiner	01:43:46	Bad Liebenzell
15.	Höfer, Kraft, Stahl	01:43:50	Leverkusen
16.	Braukmann, Wörmann, Seiner	01:43:53	Salzkotten
17.	Rottler, Brockfeld, Stahl	01:44:18	Wegberg
18.	Kraft, Rottler, Brockfeld	01:44:55	Refrath
19.	Rottler, Brockfeld, Stahl	01:45:11	Mannheim
20.	Dally, Schmidt, Wörmann	01:45:22	Niederfischbach

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Senner, Wörmann, Brockfeld	01:45:31	Essen
22.	Rottler, Kraft, Stahl	01:46:11	Birkenfeld
23.	Senner, Kraft, Stahl	01:46:14	Bentfeld
24.	Rottler, Kraft, Natzke	01:47:37	Wegberg
25.	Engel, Wagner, Neumann	01:48:13	
26.	Kraft, Stahl, Neiß	01:49:30	Bentfeld
27.	Müller, Rottler, Kraft	01:51:40	Niederfischbach
28.	Rottler, Brockfeld, Stein	01:52:01	Köln
29.	Jung, Klein, Manaa	01:53:58	Essen
30.	Jung, Klappert, Natzke	01:54:50	Essen

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

31.	Natzke, Jung, Ulmer	01:57:01	Essen
32.	Natzke, Twardella, Scholz	01:57:17	Bentfeld
33.	Büdenbender, Ulmer, Krauß	01:59:05	Essen
34.	Natzke, Bieler, Schneider	01:59:53	Salzkotten
35.	Neumann, Büdenbender, Citala	01:59:12	Leverkusen
36.	Schneider, Bieler, Steiner	02:02:02	Bad Liebenzell
37.	Ax, Müller, Oster	02:02:21	Essen
38.	Bieler, Schneider, Müller	02:03:59	Salzkotten
39.	Natzke, Müller, Vitt	02:05:16	Bremen
40.	Ax, Görg, Oster	02:06:18	Essen

Männer Teams Halbmarathon

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

	10km	Halbmarathon	Marathon		
	1.	Rottler, Kraft, Thoma	03:41:13	Traben Trarbach	01.10.2005
2.	Thoma, Rottler, Höfer	03:41:51		Siegburg	14.03.2004
3.		Rottler, Kraft, Brockfeld	03:45:34		Calw
4.	Rottler, Brockfeld, Senne	03:47:44		Oelde	06.09.2009
5.		Fiedler, Senner, Brockfeld	03:47:49		Griesheim
6.	Höfer, Brockfeld, Kraft	03:47:51		Walmerod	04.09.2005

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

- | | | | | |
|-----|--------------------------------|----------|-----------------|------------|
| 7. | Rottler, Brockfeld, Kraft | 03:51:02 | Wegberg | |
| 8. | Rottler, Kraft, Höfer | 03:51:45 | Marburg | 14.07.2006 |
| 9. | Rottler, Höfer, Stahl | 03:51:53 | Fulda | |
| 10. | Hailu Atey, Klein, Manaa | 03:53:31 | Bonn | 06.04.2014 |
| 11. | Dally, Wörmann, Brockfeld | 03:54:37 | Straberg | |
| 12. | Schmidt, Brockfeld, Enge | 03:54:39 | Traben Trarbach | 23.09.2012 |
| 13. | Rottler, Brockfeld, Kraft | 03:55:51 | Paderborn | |
| 14. | Kraft, Stahl, Natzke | 04:04:19 | Oelde | 06.09.2009 |
| 15. | Horch, Nesterov, Müller | 04:11:31 | Gütersloh | 04.11.2018 |
| 16. | Natzke, Twardella, Scholz | 04:16:49 | Oelde | |
| 17. | Brockfeld, Natzke, Stein | 04:16:53 | Traben Trarbach | 23.09.2012 |
| 18. | Natzke, Trettin, Wiedema | 04:29:50 | Reil | 05.04.2008 |

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Männer Teams Marathon

Männer / [Frauen](#) [400m](#) [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x1000m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) Marathon

1.	Thoma, Rottler, Höfer	07:46:13	Berlin	26.09.2004
2.	Münzner, Veith, Steiner	07:46:18	Berlin	01.10.1989
3.	Tremmel, Senner, Brockfeld	07:55:10		Hamburg
4.	Rottler, Kraft, Senner	07:57:58	Mainz	10.05.2009
5.	Groß, Fiedler, Engel	08:04:09		Frankfurt
6.	Kraft, Rottler, Brockfeld	08:04:18	München	08.10.2006
7.	Löhr, Schmechel, Senner	08:05:53		Frankfurt

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

8.	Senner, Brockfeld, Rottler	08:07:23	Hamburg	22.05.2011
9.	Rottler, Kraft, Brockfeld	08:08:45	Mainz	
10.	Senner, Brockfeld, Stahl	08:14:08	Frankfurt	31.10.2010
11.	Rottler, Kraft, Brockfeld	08:14:54	Mainz	
12.	Schmechel, Horch, Bonn	08:17:12	Frankfurt	
13.	Senner, Brockfeld, Brandeburger	08:17:17	Frankfurt	25.10.2015
14.	Senner, Brockfeld, Stahl	08:21:51	Mainz	
15.	Bonn, Horch, Natzke	08:31:01	Düsseldorf	
16.	Kraft, Stahl, Brockfeld	08:31:35	Bonn	
17.	Senner, Kraft, Ulmer	08:37:19	Berlin	25.09.2011
18.	Bonn, Horch, Hellmann	08:37:27	Düsseldorf	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

19.	Höfer, Brockfeld, Natzke	08:37:56	Berlin	
20.	Rottler, Kraft, Engel	08:39:45	Hamburg	
21.	Brockfeld, Scholze, Tretti	09:08:09	Mainz	10.05.2009
22.	Schneider, Bieler, Steiner	09:46:35	Frankfurt	
23.	Natzke, Wagener, Civitav	09:46:59	Frankfurt	
24.	Natzke, Scholze, Bannert	10:13:48	Mainz	

Frauen/ [Männer](#)

Frauen 800m

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Team

[Männer](#) /

[Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Gresia Grace Shimaneni	02:23,61	Kreuztal	12.05.2013	WHK
2.	Gabi	Müller-Scherzant		02:28,98	Zittau
3.	Vanessa	Oster		02:32,02	Köln
4.	Davina	Bohn		02:36,96	Berlin
5.	Sandra	Waldek		02:37,40	Dortmund
6.	Rebekka	Rückes		02:42,62	Kreuztal
7.	Melanie	Weckler		02:48,80	Dortmund
8.	Anna Sophie Oster	03:01,70	Betzdorf		14.06.20
9.	Laura Schönling	03:08,20	Betzdorf	17.08.2012	W13
10.	Tamara Göbel	03:11,00	Betzdorf	30.05.2008	W12

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

11.	Linn Sophie	Tersteegen	03:11,99	Betzdorf	30.05.2008	W12
12.	Alisa	Kren	03:12,67	Betzdorf	21.08.2009	W12
13.	Celina	Schönling	03:14,52	Betzdorf	21.08.2009	W13
14.	Jessica	Durgut	03:19,32	Betzdorf	11.06.2010	W10
15.	Jasmin	Durgut	03:28,57	Betzdorf	11.06.2010	W14
16.	Lisa	Tersteegen	03:38,59	Betzdorf	30.05.2008	W8
17.	Hannah Marie	Tersteegen	03:47,66	Betzdorf	30.05.2008	W8

Frauen 1000m

[Männer](#) / [Frauen](#) 400m [800m](#) 1000m [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)

[1000m](#) [1](#)

[0km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team

[Männer](#) /

[Frauen](#)

[3x800m](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Gabi	Müller-Scherzant	00:19,89	Bergisch Gladb.	31.08.2017	W45
2.	Vanessa	Oster	03:21,46			

Frauen 1500m

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) 1500m [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#) [10 km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Tina	Schneider	05:01,28	Meckenheim	13.05.2015	WHK
2.	Gabi			Müller-Scherzant	05:05,17	
3.	Gresia Grace			Jochindke	05:08,41	
4.	Vanessa	Oster	05:16,90			

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5. Renate Schneider 05:44,80

Frauen 3000m

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) 3000m [5000m](#) [10000m](#) [10](#)
[km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Tina	Schneider	10:15,46	Leverkusen	30.04.2016	WHK
2.		Rebekka		Otterbach		10:17,36
3.		Gresia Grace		Jochindke		10:38,24
4.		Katharina		Schäfers		10:52,49

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Gabi	Müller-Scherzant	11:06,56
6.	Anna	Schneider	11:23,06
7.	Bianca	Senner	11:26,18
8.	Vanessa	Oster	11:34,09
9.	Rebekka	Birkner	11:50,30
10.	Petra	Henkel	11:54,95
11.	Susanne	Büdenbender	11:56,20
12.	Bianca	Neumann	12:08,94

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13. Karin Pohler 12:39,10

Frauen 5000m

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) 5000m [10000m](#) [10 km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Tina Schneider	17:15,54	Koblenz	25.05.2016	WHK
2.	Rebekka Otterbach			17:32,70	
3.	Gresia Grace Jochindke			18:13,07	
4.	Katharina Schäfers			18:32,50	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Eva	Cieslik	18:47,62	
6.	Linda	Schäfer	18:58,20	
7.	Gabi	Müller-		
Scherzant	19:14,19	Neuss	29.04.2017	W45
8.	Julia	Otterbach	19:17,46	
9.	Isabel	Pfeifer	19:23,00	
10.	Vanessa	Oster	19:37,78	
11.	Bianca	Schneider	19:38,30	
12.	Anna	Schneider	19:38,90	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13.	Susanne	Büdenbender	19:42,10
14.	Rebecca	Birkner	20:06,20
15.	Davina	Bohn	20:14,90
17.	Petra	Henkel	20:17,11
16.	Bianca	Neumann	20:17,50
18.	Andrea	Günther	20:51,45
19.	Hanna	Hafer	20:56,93
20.	Hilu	Weißensel	20:57,90

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Nadine	Münchow	21:01,30
22.	Bianca	Krah	21:02,00
23.	Marianne	Scholze	21:42,72
24.	Rebekka	Rückes	22:07,00
25.	Eva-Maria	Mittrop	22:33,64
26.	Ulrike	Pithan	22:54,43
27.	Karin	Trettin	24:13,30
28.	Claudia	Mockenhaupt	24:37,60

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

29.	Laura	Schönling	25:02,43
30.	Kornelia	Robotecki	25:21,43
31.	Anna Sophie	Oster	25:23,56
32.	Celina	Schönling	25:59,27
33.	Melanie	Muermann	26:07,00
34.	Anja	Robotecki	26:11,96
35.	Tanja	Görg	27:04,55
36.	Carina	Schmidt	27:04,67

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

37. Heike Oster 29:40,39

Frauen 10000m

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) 10000m [10 km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Tina	Schneider	36:14,35	Neuss	29.04.2017	WHK
2.	Caprice			Giehl		37:39,18
3.	Gresia Grace			Jochindke		38:11,83
4.	Katharina			Schäfers		38:20,89

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5. Gabi Müller- 39:47,32 Leverkusen

Scherzant
6. Bianca Schneider 41:12,16

Frauen 10km

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#) 10km

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1. Tina Schneider 35:55,00 Bad Liebenzell 03.09.2017 WHK

2. Caprice Giehl 36:42,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

3. Rebekka Otterbach 36:55,00

4. Gresia Grace Jochindke 37:05,00

5. Katharina Schäfers 37:39,00

6. Lisa Jaschke 37:40,00

7. Linda Schäfer 38:37,00

8. Eva Cieslik 38:51,00

9. Gabi Müller- 39:23,00 Leverkusen

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Scherzant

10.	Julia	Otterbach	39:45,00	Siegburg
11.	Brigitte	Schmelzer	40:17,00	Worms
12.	Almuth	Stötzel	40:23,00	Salzkotten
13.	Petra	Henkel	40:31,00	Essen
14.	Anna	Schneider	40:35,00	Essen
15.	Rebecca	Birkner	40:40,00	Niederfischbach
16.	Isabel	Pfeifer	40:51,00	Essen
17.	Vanessa	Oster	41:00,00	Essen
18.	Bianca	Schneider	41:14,37	Niederfischbach
19.	Susanne	Büdenbender	41:24,00	Berleburg

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

20.	Claudia	Reiter	42:20,00	Monheim
21.	Hilu	Weißensel	42:28,00	Leverkusen
22.	Susanne	Vizzari	42:30,00	Bonn-Ippendorf
23.	Bianca	Neumann	42:41,00	Duisburg
24.	Andrea	Günther	42:43,79	Puderbach
25.	Hanna	Hafer	42:57,00	Essen
26.	Eva-Maria	Mittrop	43:36,00	Essen
27.	Marianne	Scholze	44:13,00	Köln-Refrath
28.	Nadine	Münchow	44:35,00	Kirchen
29.	Davina	Bohn	45:20,00	Netphen-Oberna

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

30.	Sarah	Twardella	45:22,45	Herdorf
31.	Isabelle	Schneider	45:34,00	Herdorf
32.	Maren	Werthenbach	46:26,00	Essen
33.	Renate	Hoffmann	46:53,00	Wehbach
34.	Ulrike	Pithan	46:58,31	Puderbach
35.	Ulrike	Roth	48:11,92	Herdorf
36.	Monika	Dicker	49:19,00	Bad Berleburg
37.	Carmen	Theis	49:51,00	Essen
38.	Petra	Klaes-Fischer	51:29,00	Netphen-Oberna
39.	Meike	Giebeler	53:43,00	Niederfischbach

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

40.	Birgit	Schneider	54:21,00	Essen
41.	Sonja	Herwig	55:01,00	Paderborn
42.	Heike	Rump	55:02,30	Berleburg
43.	Melanie	Dreute	55:48,00	Biedenkopf
44.	Anna-Sophie	Oster	56:11,00	Essen
45.	Melanie	Muermann	56:27,00	Essen
46.	Tanja	Görg	58:51,51	Anzhausen
47.	Edda	Schulte	1:05:33,00	Herdorf

Frauen Halbmarathon

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

Marathon

Team

Männer /

Frauen

3x800m

10km

Halbmarathon

Marathon

1.	Tina	Schneider	01:19:52	Köln	02.10.2016	WHK
2.		Caprice		Giehl		01:21:37
3.		Rebekka		Otterbach		01:22:15
4.		Katharina		Schäfers	01:22:27	Gütersloh
5.		Gresia Grace		Jochindke		01:26:11
6.		Linda		Schäfer		01:28:21
7.		Gabi		Müller-		
Scherzant	01:28:49		Traben Trarbach		21.09.2014	W45

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

8.	Petra	Henkel	01:30:15	Netphen
9.	Eva	Cieslik	01:30:24	Herten-Be
10.	Anna	Schneider	01:32:04	Freiburg
11.	Susanne	Vizzari	01:32:12	
12.	Brigitte	Schmelzer	01:32:12	
13.	Renate	Schneider	01:32:29	
14.	Susanne	Büdenbender	01:32:48	
15.	Vanessa	Oster	01:33:24	
16.	Bianca	Schneider	01:33:34	

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

17.	Sascha Aino	Trauth	01:34:02
18.	Hanna	Hafer	01:35:34
19.	Andrea	Günther	01:35:39
20.	Marianne	Scholze	01:36:24
21.	Hilu	Weißensel	01:37:25
22.	Hanna	Hafer	01:39:14
23.	Maren	Werthenbach	01:45:17
24.	Ulrike	Pithan	01:48:55

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

25.	Julia	Otterbach	01:49:12
26.	Martina	Rezic	01:49:30
27.	Heike	Rump	01:49:35
28.	Monika	Dicker	01:49:35
29.	Sabine	Hoffmann	01:53:48
30.	Melanie	Dreute	02:03:28
31.	Anna Sophie	Oster	02:03:30
32.	Birgit	Schneider	02:05:08

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

33. Sonja Herweg 02:20:32

Frauen Marathon

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) [1000m](#) [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#)
[10km](#)

[Halbmarathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

[3x800m](#)

[10km](#) [Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1.	Tina	Schneider	02:50:13	Frankfurt	29.10.2017	WHK
2.		Caprice		Löhr		02:58:18
3.		Rebekka		Wörmann		02:58:21
4.		Linda		Schäfer		03:03:58

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

5.	Eva	Cieslik	03:10:06
6.	Katharina	Schäfers	03:12:16
7.	Susanne	Büdenbender	03:13:15
8.	Monika	Brück	03:15:xx
9.	Renate	Schneider	03:17:01
10.	Bianca	Schneider	03:21:04
11.	Andrea	Günther	03:21:20
12.	Claudia	Reiter	03:23:06

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

13.	Anna	Schneider	03:24:04
14.	Marianne	Scholze	03:27:15
15.	Hilu	Weißensel	03:32:40
16.	Brigitte	Schmelzer	03:36:02
17.	Sascha Aino	Trauth	03:39:03
18.	Ulrike	Pithan	03:48:20
19.	Ulrike	Roth	03:49:29
20.	Heike	Rump	03:51:17

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team

[Männer](#) /

[Frauen](#)

3x800m

10km

[Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1. **Müller-Scherzant, Schäfers, Oster** Dietzhölzta 19.08.2017

Frauen Teams 10km

[km](#) [Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) 1000m [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#) [10](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team

[Männer](#) /

[Frauen](#)

[3x800m](#)

10km

[Halbmarathon](#) [Marathon](#)

1. Giehl, Shimaneni, Otterbach 01:51:14 Essen 23.11.2013 WHK

2. Otterbach, Giehl, Schäfer 01:52:11 Salzkotten

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

- | | | | |
|----|--|----------|-----------------|
| 3. | Löhr, Schneider, Jaschke | 01:53:37 | Essen |
| 4. | Giehl, Otterbach, Shimanoff | 01:53:41 | Essen |
| 5. | Otterbach, Giehl, Shimanoff | 01:54:43 | Niederfischbach |
| 6. | Giehl, Schäfers, Senner | 01:58:17 | Salzkotten |
| 7. | Schäfers, Müller-Scherzant, Pfeifer | 02:01:02 | Essen |
| 8. | Schneider, Stötzel, Müller-Scherzant | 02:02:02 | Salzkotten |
| 9. | Schäfer, Schneider, Büdenbender | 02:02:50 | Essen |

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

- | | | | |
|-----|---------------------------------------|----------|-----------------|
| 10. | Müller-Scherzant, Shimanen, Scherzant | 02.01.17 | Kirchen |
| 11. | Cieslik, Büdenbender, Weibenzel | 02.01.03 | Leverkusen |
| 12. | Cieslik, Büdenbender, Weibenzel | 02.01.15 | Refrath |
| 13. | Stötzel, Müller-Scherzant, Neumann | 02.01.11 | Salzkotten |
| 14. | Cieslik, Büdenbender, Günther | 02.01.29 | Wegberg |
| 15. | Müller-Scherzant, Birkner, Neumann | 02.01.16 | Niederfischbach |

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

- | | | | |
|-----|--|----------|------------|
| 16. | Schäfer, Neumann, Weißensel | 02:06:38 | Essen |
| 17. | Bianca Schneider, Büdenbender, Weißensel | 02:07:48 | Leverkusen |
| 18. | Pfeifer, Büdenbender, Sennelager | 02:08:14 | Salzkotten |
| 19. | Büdenbender, Birkner, Neumann | 02:11:44 | Wickede |
| 20. | Büdenbender, Scholze, Weißensel | 02:12:23 | Bentfeld |

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

21.	Oster, Büdenbender, Wert	02:15:21	Essen
22.	Büdenbender, Weißensel, G	02:15:40	Bentfeld
23.	Mittrop, Oster, Oster	02:27:15	Essen

Frauen Teams Halbmarathon

[Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) 1000m [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#) [10](#)
[km](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

3x800m

	<u>10km</u>	Halbmarathon	<u>Marathon</u>		
	1.	T. Schneider, Giehl, Otterbach	04:05:24	Freiburg	06.04.2014
2.		Giehl, Otterbach, Jochindke	04:11:24		Straberg
3.		Otterbach, Giehl, Schäfer	04:15:42		Refrath
4.		Otterbach, Shimaneni, Müller-Scherzant	04:31:18		Traben Trarbach
5.		Schäfers, Shimaneni, Müller-Scherzant	04:34:52		Refrath
6.		Müller-Scherzant, Weißensel, Süßbender	04:45:37		Traben Trarbach

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

- | | | | |
|----|---------------------------------------|----------|-----------|
| 7. | Bianca Schneider, Bündenbecker, Tauth | 01:45:52 | Griesheim |
| 8. | Dicker, Rump, Isabelle Schrieber | 01:53:54 | Köln |

Frauen Teams Marathon

[km](#) [Männer](#) / Frauen 400m [800m](#) 1000m [1500m](#) [3000m](#) [5000m](#) [10000m](#) [10](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

Team [Männer](#) / [Frauen](#)

3x800m10km Halbmarathon Marathon

- | | | | | |
|----|---------------------------------|-------------|------------|------------|
| 1. | Schneider, Wörmann, Löh | 10:58:59:11 | Düsseldorf | 29.04.2018 |
| 2. | Cieslik, Büdenbender, Günther | 11:03:54 | Berlin | |
| 3. | Büdenbender, Bianca Schneider | 11:09:40 | Weißensel | Berlin |
| 4. | Trauth, Scholze Dicker | 11:23:01 | Frankfurt | |
| 5. | Renate Schneider, Pithan, Reitz | 11:42:35 | Berlin | |
| 6. | Günther, Bender, Pithan | 11:43:43 | Berlin | |

100km

- | | | | | | |
|----|---------|-----------|----------|---------|------------|
| 1. | Tina | Schneider | 17:15,54 | Koblenz | 25.05.2016 |
| 2. | Rebekka | Otterbach | 17:32,70 | | |

WHK

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

3.	Gresia Grace	Jochindke	18:13,07		
4.	Katharina	Schäfers	18:32,50		
5.	Eva	Cieslik	18:47,62		
6.	Linda	Schäfer	18:58,20		
7.	Gabi	Müller-			
Scherzant	19:14,19	Neuss	29.04.2017		W45
8.	Julia	Otterbach	19:17,46		
9.	Isabel	Pfeifer	19:23,00		

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

10.	Vanessa	Oster	19:37,78
11.	Bianca	Schneider	19:38,30
12.	Anna	Schneider	19:38,90
13.	Susanne	Büdenbender	19:42,10
14.	Rebecca	Birkner	20:06,20
15.	Davina	Bohn	20:14,90
17.	Petra	Henkel	20:17,11
16.	Bianca	Neumann	20:17,50

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

18.	Andrea	Günther	20:51,45
19.	Hanna	Hafer	20:56,93
20.	Hilu	Weißensel	20:57,90
21.	Nadine	Münchow	21:01,30
22.	Bianca	Krah	21:02,00
23.	Marianne	Scholze	21:42,72
24.	Rebekka	Rückes	22:07,00
25.	Eva-Maria	Mittrop	22:33,64

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

26.	Ulrike	Pithan	22:54,43
27.	Karin	Trettin	24:13,30
28.	Claudia	Mockenhaupt	24:37,60
29.	Laura	Schönling	25:02,43
30.	Kornelia	Robotecki	25:21,43
31.	Anna Sophie	Oster	25:23,56
32.	Celina	Schönling	25:59,27
33.	Melanie	Muermann	26:07,00

Bestenliste

Aktualisiert Mittwoch, den 15. Januar 2020 um 19:29 Uhr

34.	Anja	Robotecki	26:11,96
35.	Tanja	Görg	27:04,55
36.	Carina	Schmidt	27:04,67
37.	Heike	Oster	29:40,39