

**Einlaufliste 400m Bambini**

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Pos</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Stnr.</b>
1.	Marquardt	Hanna	TV Honnefeld/Straßenhaus	WK U8	1	<b>0:01:12</b>	2012	712
2.	Cierpka	Tian	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	1	<b>0:01:33</b>	2014	700
3.	Meißner	Mila	Eitorf läuft	WK U8	2	<b>0:01:34</b>	2015	713
4.	Pflicht	Julius	DLRG Altenkirchen	MK U8	2	<b>0:01:35</b>	2014	715
5.	Ciraci	Lina	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	3	<b>0:01:36</b>	2014	701
6.	Jüngling	Amelie	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	4	<b>0:01:37</b>	2014	710
7.	Hoffmann	Laura	Buchholz	WK U8	5	<b>0:01:38</b>	2014	714
8.	Horbach	Syra	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	6	<b>0:01:42</b>	2014	709
8.	Hanselka	Noah	Königswinter	MK U8	3	<b>0:01:42</b>	2014	706
10.	Fuhr	Sophia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	7	<b>0:01:57</b>	2015	705
11.	Fuhr	Emilia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	8	<b>0:01:58</b>	2015	704
12.	Effenberger	Loreen	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	9	<b>0:01:59</b>	2015	703
13.	Dodemont	Joas	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	4	<b>0:02:07</b>	2015	702
14.	Leimbach	Klara	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	10	<b>0:02:12</b>	2015	711
15.	Effenberger	Felix	SV Buchholz 05	MK U8	5	<b>0:02:34</b>	2017	716

**Einlaufliste wbl. / mnl. 400m Bambinilauf**

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Pos</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Strn.</b>
1.	Marquardt	Hanna	TV Honnefeld/Straßenhaus	WK U8	1	<b>0:01:12</b>	2012	712
2.	Meißner	Mila	Eitorf läuft	WK U8	2	<b>0:01:34</b>	2015	713
3.	Ciraci	Lina	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	3	<b>0:01:36</b>	2014	701
4.	Jüngling	Amelie	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	4	<b>0:01:37</b>	2014	710
5.	Hoffmann	Laura	Buchholz	WK U8	5	<b>0:01:38</b>	2014	714
6.	Horbach	Syra	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	6	<b>0:01:42</b>	2014	709
7.	Fuhr	Sophia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	7	<b>0:01:57</b>	2015	705
8.	Fuhr	Emilia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	8	<b>0:01:58</b>	2015	704
9.	Effenberger	Loreen	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	9	<b>0:01:59</b>	2015	703
10.	Leimbach	Klara	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	10	<b>0:02:12</b>	2015	711
1.	Cierpka	Tian	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	1	<b>0:01:33</b>	2014	700
2.	Pflicht	Julius	DLRG Altenkirchen	MK U8	2	<b>0:01:35</b>	2014	715
3.	Hanselka	Noah	Königswinter	MK U8	3	<b>0:01:42</b>	2014	706
4.	Dodemont	Joas	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	4	<b>0:02:07</b>	2015	702
5.	Effenberger	Felix	SV Buchholz 05	MK U8	5	<b>0:02:34</b>	2017	716

**AK-Wertung 400m Bambinilauf**

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Stnr.</b>
1.	Marquardt	Hanna	TV Honnefeld/Straßenhaus	WK U8	<b>0:01:12</b>	2012	712
2.	Meißner	Mila	Eitorf läuft	WK U8	<b>0:01:34</b>	2015	713
3.	Ciraci	Lina	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:36</b>	2014	701
4.	Jüngling	Amelie	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:37</b>	2014	710
5.	Hoffmann	Laura	Buchholz	WK U8	<b>0:01:38</b>	2014	714
6.	Horbach	Syra	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:42</b>	2014	709
7.	Fuhr	Sophia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:57</b>	2015	705
8.	Fuhr	Emilia	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:58</b>	2015	704
9.	Effenberger	Loreen	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:01:59</b>	2015	703
10.	Leimbach	Klara	Kindergarten St. Pantaleon	WK U8	<b>0:02:12</b>	2015	711
1.	Cierpka	Tian	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	<b>0:01:33</b>	2014	700
2.	Pflicht	Julius	DLRG Altenkirchen	MK U8	<b>0:01:35</b>	2014	715
3.	Hanselka	Noah	Königswinter	MK U8	<b>0:01:42</b>	2014	706
4.	Dodemont	Joas	Kindergarten St. Pantaleon	MK U8	<b>0:02:07</b>	2015	702
5.	Effenberger	Felix	SV Buchholz 05	MK U8	<b>0:02:34</b>	2017	716

## Einlaufliste 1 km Schülerlauf

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Müller	Lukas	SSG Königswinter	M13	1	<b>0:03:37</b>	2006	475
2.	Römmelt	Carolin	Sportfreunde Aegidienberg	WJ U12	1	<b>0:03:46</b>	2009	462
3.	Löbach	Justus	1.FC Spich 1911 e.V.	MJ U10	1	<b>0:03:47</b>	2011	458
4.	Ivo	Klara	SSG Königswinter	WJ U12	2	<b>0:03:48</b>	2009	455
5.	Pleitner	Deniz	Windhagen	MJ U12	1	<b>0:03:52</b>	2009	461
6.	Waldek	Daniel	VfB Linz	MJ U12	2	<b>0:03:56</b>	2008	463
7.	Makau	Jonas	Siegburg	MK U8	1	<b>0:03:59</b>	2012	459
7.	Marquardt	Elias	TV Honnefeld/Straßenhaus	MJ U10	2	<b>0:03:59</b>	2010	460
9.	Junen	Isabella	SV Buchholz 05	WJ U12	3	<b>0:04:07</b>	2009	474
10.	Tentler	Nele	SSG Königswinter	WJ U12	4	<b>0:04:08</b>	2009	477
11.	Eter	Conner	VfB Linz	MJ U10	3	<b>0:04:13</b>	2010	452
12.	Kick	Clara	Asbach	WJ U10	1	<b>0:04:14</b>	2010	457
13.	Hannemann	Nils	TuS Oberpleis	MJ U10	4	<b>0:04:28</b>	2010	468
14.	Höfer	Mia-Sophie	SV Buchholz 05	WJ U10	2	<b>0:04:30</b>	2011	472
15.	Pollmann	Ronja	TuS Oberwinter	WJ U12	5	<b>0:04:34</b>	2009	471
16.	Kandels	Nils	VfB Linz	MJ U12	3	<b>0:04:35</b>	2009	456
17.	Limbach	Jan	Buchholz	MJ U10	5	<b>0:04:37</b>	2011	478
18.	Grygenc	Melissa	VfB Linz	WJ U10	3	<b>0:04:40</b>	2010	453
19.	Waldek	Jonas	VfB Linz	MJ U10	6	<b>0:04:47</b>	2011	464
20.	Müller	Johanneses	SSG Königswinter	MK U8	2	<b>0:04:50</b>	2012	476
21.	Buhr	Vincent	VfB Linz	MK U8	3	<b>0:05:03</b>	2012	451
21.	Stingl	David	SV Buchholz 05	MJ U10	7	<b>0:05:03</b>	2010	467
23.	Schnitzler	Lara	SV Buchholz 05	WK U8	1	<b>0:05:06</b>	2012	465
24.	Buhr	Marlene	VFB Linz	WK U8	2	<b>0:05:22</b>	2013	470
25.	Berger	Moritz		MJ U10	8	<b>0:05:25</b>	2011	469
26.	Hoffmann	Anica	Buchholz	WJ U10	4	<b>0:05:29</b>	2011	454
27.	Effenberger	Leni	SV Buchholz 05	WK U8	3	<b>0:05:31</b>	2012	473
28.	Stingl	Christian	SV Buchholz 05	MK U8	4	<b>0:06:19</b>	2012	466

## Einlaufliste wbl. / mnl. 1 km Schülerlauf

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Römmelt	Carolin	Sportfreunde Aegidienberg	WJ U12	1	<b>0:03:46</b>	2009	462
2.	Ivo	Klara	SSG Königswinter	WJ U12	2	<b>0:03:48</b>	2009	455
3.	Junen	Isabella	SV Buchholz 05	WJ U12	3	<b>0:04:07</b>	2009	474
4.	Tentler	Nele	SSG Königswinter	WJ U12	4	<b>0:04:08</b>	2009	477
5.	Kick	Clara	Asbach	WJ U10	1	<b>0:04:14</b>	2010	457
6.	Höfer	Mia-Sophie	SV Buchholz 05	WJ U10	2	<b>0:04:30</b>	2011	472
7.	Pollmann	Ronja	TuS Oberwinter	WJ U12	5	<b>0:04:34</b>	2009	471
8.	Grygenc	Melissa	VfB Linz	WJ U10	3	<b>0:04:40</b>	2010	453
9.	Schnitzler	Lara	SV Buchholz 05	WK U8	1	<b>0:05:06</b>	2012	465
10.	Buhr	Marlene	VfB Linz	WK U8	2	<b>0:05:22</b>	2013	470
11.	Hoffmann	Anica	Buchholz	WJ U10	4	<b>0:05:29</b>	2011	454
12.	Effenberger	Leni	SV Buchholz 05	WK U8	3	<b>0:05:31</b>	2012	473
1.	Müller	Lukas	SSG Königswinter	M13	1	<b>0:03:37</b>	2006	475
2.	Löbach	Justus	1.FC Spich 1911 e.V.	MJ U10	1	<b>0:03:47</b>	2011	458
3.	Pleitner	Deniz	Windhagen	MJ U12	1	<b>0:03:52</b>	2009	461
4.	Waldek	Daniel	VfB Linz	MJ U12	2	<b>0:03:56</b>	2008	463
5.	Makau	Jonas	Siegburg	MK U8	1	<b>0:03:59</b>	2012	459
5.	Marquardt	Elias	TV Honnefeld/Straßenhaus	MJ U10	2	<b>0:03:59</b>	2010	460
7.	Eter	Conner	VfB Linz	MJ U10	3	<b>0:04:13</b>	2010	452
8.	Hannemann	Nils	TuS Oberpleis	MJ U10	4	<b>0:04:28</b>	2010	468
9.	Kandels	Nils	VfB Linz	MJ U12	3	<b>0:04:35</b>	2009	456
10.	Limbach	Jan	Buchholz	MJ U10	5	<b>0:04:37</b>	2011	478
11.	Waldek	Jonas	VfB Linz	MJ U10	6	<b>0:04:47</b>	2011	464
12.	Müller	Johanneses	SSG Königswinter	MK U8	2	<b>0:04:50</b>	2012	476
13.	Buhr	Vincent	VfB Linz	MK U8	3	<b>0:05:03</b>	2012	451
13.	Stingl	David	SV Buchholz 05	MJ U10	7	<b>0:05:03</b>	2010	467
15.	Berger	Moritz		MJ U10	8	<b>0:05:25</b>	2011	469
16.	Stingl	Christian	SV Buchholz 05	MK U8	4	<b>0:06:19</b>	2012	466

**AK-Wertung 1 km Schülerlauf**

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Schnitzler	Lara	SV Buchholz 05	WK U8	<b>0:05:06</b>	2012	465
2.	Buhr	Marlene	VfB Linz	WK U8	<b>0:05:22</b>	2013	470
3.	Effenberger	Leni	SV Buchholz 05	WK U8	<b>0:05:31</b>	2012	473
1.	Makau	Jonas	Siegburg	MK U8	<b>0:03:59</b>	2012	459
2.	Müller	Johanneses	SSG Königswinter	MK U8	<b>0:04:50</b>	2012	476
3.	Buhr	Vincent	VfB Linz	MK U8	<b>0:05:03</b>	2012	451
4.	Stingl	Christian	SV Buchholz 05	MK U8	<b>0:06:19</b>	2012	466
1.	Kick	Clara	Asbach	WJ U10	<b>0:04:14</b>	2010	457
2.	Höfer	Mia-Sophie	SV Buchholz 05	WJ U10	<b>0:04:30</b>	2011	472
3.	Grygenc	Melissa	VfB Linz	WJ U10	<b>0:04:40</b>	2010	453
4.	Hoffmann	Anica	Buchholz	WJ U10	<b>0:05:29</b>	2011	454
1.	Löbach	Justus	1.FC Spich 1911 e.V.	MJ U10	<b>0:03:47</b>	2011	458
2.	Marquardt	Elias	TV Honnefeld/Straßenhaus	MJ U10	<b>0:03:59</b>	2010	460
3.	Eter	Conner	VfB Linz	MJ U10	<b>0:04:13</b>	2010	452
4.	Hannemann	Nils	TuS Oberpleis	MJ U10	<b>0:04:28</b>	2010	468
5.	Limbach	Jan	Buchholz	MJ U10	<b>0:04:37</b>	2011	478
6.	Waldek	Jonas	VfB Linz	MJ U10	<b>0:04:47</b>	2011	464
7.	Stingl	David	SV Buchholz 05	MJ U10	<b>0:05:03</b>	2010	467
8.	Berger	Moritz		MJ U10	<b>0:05:25</b>	2011	469
1.	Römmelt	Carolin	Sportfreunde Aegidienberg	WJ U12	<b>0:03:46</b>	2009	462
2.	Ivo	Klara	SSG Königswinter	WJ U12	<b>0:03:48</b>	2009	455
3.	Junen	Isabella	SV Buchholz 05	WJ U12	<b>0:04:07</b>	2009	474
4.	Tentler	Nele	SSG Königswinter	WJ U12	<b>0:04:08</b>	2009	477
5.	Pollmann	Ronja	TuS Oberwinter	WJ U12	<b>0:04:34</b>	2009	471
1.	Pleitner	Deniz	Windhagen	MJ U12	<b>0:03:52</b>	2009	461
2.	Waldek	Daniel	VfB Linz	MJ U12	<b>0:03:56</b>	2008	463
3.	Kandels	Nils	VfB Linz	MJ U12	<b>0:04:35</b>	2009	456
1.	Müller	Lukas	SSG Königswinter	M13	<b>0:03:37</b>	2006	475

## Einlaufliste 5 km Jedermann

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Schneider	Silke	Bunert-Der Kölner Laufladen	W40	1	<b>0:20:21</b>	1976	320
2.	Tentler	Ben	SSG Königswinter	M12	1	<b>0:20:48</b>	2007	332
3.	Tallmann	Joanna	SV Buchholz 05	W20	1	<b>0:21:33</b>	1991	328
4.	Ivo	Jonas	SSG Königswinter	M12	2	<b>0:21:42</b>	2007	316
5.	Mönnig	Jutta	VFB Linz	W50	1	<b>0:24:56</b>	1968	326
6.	Kleimon	Yannis	Germerscheid	M20	1	<b>0:25:15</b>	1997	335
7.	Bensch	Thomas	VfB Linz	M13	1	<b>0:25:49</b>	2006	312
8.	Wallau	Sophia	SV Buchholz 05	W20	2	<b>0:27:06</b>	1992	323
9.	Pflicht	Jana	DLRG Altenkirchen	W30	1	<b>0:27:13</b>	1988	327
10.	Krause	Jürgen	ernst Getränkeservice	M60	1	<b>0:28:55</b>	1957	334
11.	Effenberger	Nadia		W40	2	<b>0:30:17</b>	1976	329
12.	Jüngling	Jonathan	Buchholz	M18	1	<b>0:30:39</b>	2001	325
13.	Mongiat	Beate	Asbach	W50	2	<b>0:30:58</b>	1966	331
14.	Brinz	Lucia	Asbach	W35	1	<b>0:30:59</b>	1980	330
15.	Filthaut	Linda	Hennef	W35	2	<b>0:31:01</b>	1981	314
16.	Dincel	Elif	Hennef	W35	3	<b>0:31:04</b>	1982	313
17.	Weßler	Claudia	SSV Weyerbusch-Lauftreff	W50	3	<b>0:32:34</b>	1966	322
18.	Jüngling	Martin	Buchholz	M30	1	<b>0:33:26</b>	1985	317
19.	Klöter	Nicole	Windhagen	W45	1	<b>0:36:29</b>	1972	319
20.	Schnitzler	Kirsten	Buchholz	W40	3	<b>0:37:07</b>	1977	324

**Einlaufliste wbl. / mnl. 5 km Jedermann**

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Schneider	Silke	Bunert-Der Kölner Laufladen	W40	1	<b>0:20:21</b>	1976	320
2.	Tallmann	Joanna	SV Buchholz 05	W20	1	<b>0:21:33</b>	1991	328
3.	Mönnig	Jutta	VfB Linz	W50	1	<b>0:24:56</b>	1968	326
4.	Wallau	Sophia	SV Buchholz 05	W20	2	<b>0:27:06</b>	1992	323
5.	Pflicht	Jana	DLRG Altenkirchen	W30	1	<b>0:27:13</b>	1988	327
6.	Effenberger	Nadia		W40	2	<b>0:30:17</b>	1976	329
7.	Mongiat	Beate	Asbach	W50	2	<b>0:30:58</b>	1966	331
8.	Brinz	Lucia	Asbach	W35	1	<b>0:30:59</b>	1980	330
9.	Filthaut	Linda	Hennef	W35	2	<b>0:31:01</b>	1981	314
10.	Dincel	Elif	Hennef	W35	3	<b>0:31:04</b>	1982	313
11.	Weßler	Claudia	SSV Weyerbusch-Lauftreff	W50	3	<b>0:32:34</b>	1966	322
12.	Klöter	Nicole	Windhagen	W45	1	<b>0:36:29</b>	1972	319
13.	Schnitzler	Kirsten	Buchholz	W40	3	<b>0:37:07</b>	1977	324
1.	Tentler	Ben	SSG Königswinter	M12	1	<b>0:20:48</b>	2007	332
2.	Ivo	Jonas	SSG Königswinter	M12	2	<b>0:21:42</b>	2007	316
3.	Kleimon	Yannis	Germerscheid	M20	1	<b>0:25:15</b>	1997	335
4.	Bensch	Thomas	VfB Linz	M13	1	<b>0:25:49</b>	2006	312
5.	Krause	Jürgen	ernst Getränkeservice	M60	1	<b>0:28:55</b>	1957	334
6.	Jüngling	Jonathan	Buchholz	M18	1	<b>0:30:39</b>	2001	325
7.	Jüngling	Martin	Buchholz	M30	1	<b>0:33:26</b>	1985	317



**AK-Wertung 5 km Jedermann**

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Tentler	Ben	SSG Königswinter	M12	<b>0:20:48</b>	2007	332
2.	Ivo	Jonas	SSG Königswinter	M12	<b>0:21:42</b>	2007	316
1.	Bensch	Thomas	VfB Linz	M13	<b>0:25:49</b>	2006	312
1.	Jüngling	Jonathan	Buchholz	M18	<b>0:30:39</b>	2001	325
1.	Tallmann	Joanna	SV Buchholz 05	W20	<b>0:21:33</b>	1991	328
2.	Wallau	Sophia	SV Buchholz 05	W20	<b>0:27:06</b>	1992	323
1.	Kleimon	Yannis	Germerscheid	M20	<b>0:25:15</b>	1997	335
1.	Pflicht	Jana	DLRG Altenkirchen	W30	<b>0:27:13</b>	1988	327
1.	Jüngling	Martin	Buchholz	M30	<b>0:33:26</b>	1985	317
1.	Brinz	Lucia	Asbach	W35	<b>0:30:59</b>	1980	330
2.	Filthaut	Linda	Hennef	W35	<b>0:31:01</b>	1981	314
3.	Dincel	Elif	Hennef	W35	<b>0:31:04</b>	1982	313
1.	Schneider	Silke	Bunert-Der Kölner Laufladen	W40	<b>0:20:21</b>	1976	320
2.	Effenberger	Nadia		W40	<b>0:30:17</b>	1976	329
3.	Schnitzler	Kirsten	Buchholz	W40	<b>0:37:07</b>	1977	324
1.	Klöter	Nicole	Windhagen	W45	<b>0:36:29</b>	1972	319
1.	Mönnig	Jutta	VfB Linz	W50	<b>0:24:56</b>	1968	326
2.	Mongiät	Beate	Asbach	W50	<b>0:30:58</b>	1966	331
3.	Weßler	Claudia	SSV Weyerbusch-Lauftreff	W50	<b>0:32:34</b>	1966	322
1.	Krause	Jürgen	ernst Getränkeservice	M60	<b>0:28:55</b>	1957	334

## Einlaufliste 10 km Volkslauf

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Strn.
1.	Stingl	Bernd	Buchholz	M50	1	<b>0:41:05</b>	1968	375
2.	Kämpf	Volker	DJK Marienstatt	M50	2	<b>0:41:13</b>	1965	388
3.	Corazza	Germano	Selbstläufer Altenahr	M45	1	<b>0:42:02</b>	1972	401
4.	Pfeiffer	Patrick	Asbach	M40	1	<b>0:42:35</b>	1978	370
5.	Clemens	Nils	Tripower Rhein-Sieg	M15	1	<b>0:43:07</b>	2004	382
6.	Koch	Stefan	LT Siebengebirge	M55	1	<b>0:43:16</b>	1962	389
7.	Hakim	Denny	Jungeroth / SV Buchholz	M20	1	<b>0:43:56</b>	1992	395
8.	Schäfer	Jonas	Siegen	M20	2	<b>0:44:30</b>	1990	398
9.	Kleine-Reidick	Jascha	Bennau	M35	1	<b>0:44:31</b>	1980	399
10.	Schwarz	Andreas	Buchholz	M40	2	<b>0:44:55</b>	1975	374
11.	Laux	Bernd	Leonmann Homerun	M55	2	<b>0:45:13</b>	1960	392
12.	Ebert	Eduard		M40	3	<b>0:45:52</b>	1979	378
13.	Trenkenschuh	Marc	Buchholz	M20	3	<b>0:47:19</b>	1997	390
14.	Röhr	Harry	LT Vettelschoss	M50	3	<b>0:48:26</b>	1965	393
15.	Clemens	Gunnar	Tripower Rhein-Sieg	M45	2	<b>0:49:06</b>	1971	383
16.	Kick	Lothar	TuS Asbach	M45	3	<b>0:50:08</b>	1974	386
17.	Rausch	Erwin	Uckerath	M70	1	<b>0:50:15</b>	1948	400
18.	Brandt	Karsten	donnerwetter.de GmbH	M45	4	<b>0:50:48</b>	1973	361
19.	Zimmermann	Wilfried	Spfr. Neustadt	M70	2	<b>0:51:33</b>	1949	406
20.	Tscherner	Bernd	Asbach	M45	5	<b>0:52:18</b>	1972	402
21.	Roehr	Christopher	LT Vettelschoss	M35	2	<b>0:52:24</b>	1983	394
22.	Mohr	Michelle	Krankel	W18	1	<b>0:54:22</b>	2001	379
23.	Hahndück	Daniel	Hennef	M55	3	<b>0:54:27</b>	1964	391
24.	Rheindorf	Uli	FHC Heidehof	M60	1	<b>0:54:55</b>	1956	371
25.	Mohr	Anja	Asbach	W45	1	<b>0:56:09</b>	1973	381
26.	Petcu	Vlad	Remagen Oberwinter	M70	3	<b>0:57:29</b>	1947	369
27.	Wirges	Stefan	Sankt Katharinen	M40	4	<b>0:57:57</b>	1977	377
28.	Schwalbach	Alexander	Softwave AG	M55	4	<b>0:59:10</b>	1964	405
29.	Weitemeier	Andrea	Bad Honnef	W50	1	<b>1:00:31</b>	1968	376
30.	Salz	Petra	Windhagen	W35	1	<b>1:02:53</b>	1981	387
31.	Hakim	Mohi	Jungeroth	W50	2	<b>1:03:06</b>	1967	397
32.	Schander	Melanie	Verbandsgemeinde Asbach	W19	1	<b>1:03:47</b>	2000	372
33.	Klein	Claudia	Verbandsgemeinde Asbach	W45	2	<b>1:03:50</b>	1971	363
34.	Naewie	Martina	Rheinbreitbach	W35	2	<b>1:08:36</b>	1982	403
35.	Naewie	Phillip	Rheinbreitbach	M40	5	<b>1:08:37</b>	1975	404
36.	Kuhn	Konstantin	Verbandsgemeinde Asbach	M30	1	<b>1:09:21</b>	1988	364
37.	Menzel	Wolfgang	LLG St. Augustin	M60	2	<b>1:13:35</b>	1955	384
38.	Leimbach	Thomas	Verbandsgemeinde Asbach	M35	3	<b>1:15:47</b>	1981	367
38.	Hartung	Conny	Verbandsgemeinde Asbach	W40	1	<b>1:15:47</b>	1977	362
40.	Baumann	Jürgen	Dernau	M75	1	<b>1:23:24</b>	1944	385

**Einlaufliste wbl. / mnl. 10 km Volkslauf**

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Pos</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Stnr.</b>
1.	Mohr	Michelle	Krankel	W18	1	<b>0:54:22</b>	2001	379
2.	Mohr	Anja	Asbach	W45	1	<b>0:56:09</b>	1973	381
3.	Weitemeier	Andrea	Bad Honnef	W50	1	<b>1:00:31</b>	1968	376
4.	Salz	Petra	Windhagen	W35	1	<b>1:02:53</b>	1981	387
5.	Hakim	Mohi	Jungeroth	W50	2	<b>1:03:06</b>	1967	397
6.	Schander	Melanie	Verbandsgemeinde Asbach	W19	1	<b>1:03:47</b>	2000	372
7.	Klein	Claudia	Verbandsgemeinde Asbach	W45	2	<b>1:03:50</b>	1971	363
8.	Naewie	Martina	Rheinbreitbach	W35	2	<b>1:08:36</b>	1982	403
9.	Hartung	Conny	Verbandsgemeinde Asbach	W40	1	<b>1:15:47</b>	1977	362
1.	Stingl	Bernd	Buchholz	M50	1	<b>0:41:05</b>	1968	375
2.	Kämpf	Volker	DJK Marienstatt	M50	2	<b>0:41:13</b>	1965	388
3.	Corazza	Germano	Selbstläufer Altenahr	M45	1	<b>0:42:02</b>	1972	401
4.	Pfeiffer	Patrick	Asbach	M40	1	<b>0:42:35</b>	1978	370
5.	Clemens	Nils	Tripower Rhein-Sieg	M15	1	<b>0:43:07</b>	2004	382
6.	Koch	Stefan	LT Siebengebirge	M55	1	<b>0:43:16</b>	1962	389
7.	Hakim	Denny	Jungeroth / SV Buchholz	M20	1	<b>0:43:56</b>	1992	395
8.	Schäfer	Jonas	Siegen	M20	2	<b>0:44:30</b>	1990	398
9.	Kleine-Reidick	Jascha	Bennau	M35	1	<b>0:44:31</b>	1980	399
10.	Schwarz	Andreas	Buchholz	M40	2	<b>0:44:55</b>	1975	374
11.	Laux	Bernd	Leonmann Homerun	M55	2	<b>0:45:13</b>	1960	392
12.	Ebert	Eduard		M40	3	<b>0:45:52</b>	1979	378
13.	Trenkenschuh	Marc	Buchholz	M20	3	<b>0:47:19</b>	1997	390
14.	Röhr	Harry	LT Vettelschoss	M50	3	<b>0:48:26</b>	1965	393
15.	Clemens	Gunnar	Tripower Rhein-Sieg	M45	2	<b>0:49:06</b>	1971	383
16.	Kick	Lothar	TuS Asbach	M45	3	<b>0:50:08</b>	1974	386
17.	Rausch	Erwin	Uckerath	M70	1	<b>0:50:15</b>	1948	400
18.	Brandt	Karsten	donnerwetter.de GmbH	M45	4	<b>0:50:48</b>	1973	361
19.	Zimmermann	Wilfried	Spfr. Neustadt	M70	2	<b>0:51:33</b>	1949	406
20.	Tscherner	Bernd	Asbach	M45	5	<b>0:52:18</b>	1972	402
21.	Roehr	Christopher	LT Vettelschoss	M35	2	<b>0:52:24</b>	1983	394
22.	Hahndück	Daniel	Hennef	M55	3	<b>0:54:27</b>	1964	391
23.	Rheindorf	Uli	FHC Heidehof	M60	1	<b>0:54:55</b>	1956	371
24.	Petcu	Vlad	Remagen Oberwinter	M70	3	<b>0:57:29</b>	1947	369
25.	Wirges	Stefan	Sankt Katharinen	M40	4	<b>0:57:57</b>	1977	377
26.	Schwalbach	Alexander	Softwave AG	M55	4	<b>0:59:10</b>	1964	405
27.	Naewie	Phillip	Rheinbreitbach	M40	5	<b>1:08:37</b>	1975	404
28.	Kuhn	Konstantin	Verbandsgemeinde Asbach	M30	1	<b>1:09:21</b>	1988	364
29.	Menzel	Wolfgang	LLG St. Augustin	M60	2	<b>1:13:35</b>	1955	384
30.	Leimbach	Thomas	Verbandsgemeinde Asbach	M35	3	<b>1:15:47</b>	1981	367
31.	Baumann	Jürgen	Dernau	M75	1	<b>1:23:24</b>	1944	385

**AK-Wertung 10 km Volkslauf**

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Zielzeit	Jg	Strn.
1.	Clemens	Nils	Tripower Rhein-Sieg	M15	<b>0:43:07</b>	2004	382
1.	Mohr	Michelle	Krankel	W18	<b>0:54:22</b>	2001	379
1.	Schander	Melanie	Verbandsgemeinde Asbach	W19	<b>1:03:47</b>	2000	372
1.	Hakim	Denny	Jungeroth / SV Buchholz	M20	<b>0:43:56</b>	1992	395
2.	Schäfer	Jonas	Siegen	M20	<b>0:44:30</b>	1990	398
3.	Trenkenschuh	Marc	Buchholz	M20	<b>0:47:19</b>	1997	390
1.	Kuhn	Konstantin	Verbandsgemeinde Asbach	M30	<b>1:09:21</b>	1988	364
1.	Salz	Petra	Windhagen	W35	<b>1:02:53</b>	1981	387
2.	Naewie	Martina	Rheinbreitbach	W35	<b>1:08:36</b>	1982	403
1.	Kleine-Reidick	Jascha	Bennau	M35	<b>0:44:31</b>	1980	399
2.	Roehr	Christopher	LT Vettelschoss	M35	<b>0:52:24</b>	1983	394
3.	Leimbach	Thomas	Verbandsgemeinde Asbach	M35	<b>1:15:47</b>	1981	367
1.	Hartung	Conny	Verbandsgemeinde Asbach	W40	<b>1:15:47</b>	1977	362
1.	Pfeiffer	Patrick	Asbach	M40	<b>0:42:35</b>	1978	370
2.	Schwarz	Andreas	Buchholz	M40	<b>0:44:55</b>	1975	374
3.	Ebert	Eduard		M40	<b>0:45:52</b>	1979	378
4.	Wirges	Stefan	Sankt Katharinen	M40	<b>0:57:57</b>	1977	377
5.	Naewie	Phillip	Rheinbreitbach	M40	<b>1:08:37</b>	1975	404
1.	Mohr	Anja	Asbach	W45	<b>0:56:09</b>	1973	381
2.	Klein	Claudia	Verbandsgemeinde Asbach	W45	<b>1:03:50</b>	1971	363
1.	Corazza	Germano	Selbstläufer Altenahr	M45	<b>0:42:02</b>	1972	401
2.	Clemens	Gunnar	Tripower Rhein-Sieg	M45	<b>0:49:06</b>	1971	383
3.	Kick	Lothar	TuS Asbach	M45	<b>0:50:08</b>	1974	386
4.	Brandt	Karsten	donnerwetter.de GmbH	M45	<b>0:50:48</b>	1973	361
5.	Tscherner	Bernd	Asbach	M45	<b>0:52:18</b>	1972	402
1.	Weitemeier	Andrea	Bad Honnef	W50	<b>1:00:31</b>	1968	376
2.	Hakim	Mohi	Jungeroth	W50	<b>1:03:06</b>	1967	397
1.	Stingl	Bernd	Buchholz	M50	<b>0:41:05</b>	1968	375
2.	Kämpf	Volker	DJK Marienstatt	M50	<b>0:41:13</b>	1965	388
3.	Röhr	Harry	LT Vettelschoss	M50	<b>0:48:26</b>	1965	393
1.	Koch	Stefan	LT Siebengebirge	M55	<b>0:43:16</b>	1962	389
2.	Laux	Bernd	Leonmann Homerun	M55	<b>0:45:13</b>	1960	392
3.	Hahndück	Daniel	Hennef	M55	<b>0:54:27</b>	1964	391
4.	Schwalbach	Alexander	Softwave AG	M55	<b>0:59:10</b>	1964	405
1.	Rheindorf	Uli	FHC Heidehof	M60	<b>0:54:55</b>	1956	371
2.	Menzel	Wolfgang	LLG St. Augustin	M60	<b>1:13:35</b>	1955	384
1.	Rausch	Erwin	Uckerath	M70	<b>0:50:15</b>	1948	400

## 21. Buchholzer Bahndammlauf am 07.09.2019

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Stnr.</b>
2.	Zimmermann	Wilfried	Spfr. Neustadt	M70	<b>0:51:33</b>	1949	406
3.	Petcu	Vlad	Remagen Oberwinter	M70	<b>0:57:29</b>	1947	369
1.	Baumann	Jürgen	Dernau	M75	<b>1:23:24</b>	1944	385

**Einlaufliste 21,1 km Halbmarathon**

<b>Plg.</b>	<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	<b>Verein / Ort</b>	<b>AK</b>	<b>Pos</b>	<b>Zielzeit</b>	<b>Jg</b>	<b>Stnr.</b>
1.	Rappenhöner	Andreas	LONG WAY RUNNERS	M45	1	<b>1:32:31</b>	1972	792
2.	Neuenfeldt	Norbert	Road Runner 100	M50	1	<b>1:35:49</b>	1967	791
3.	Pollmann	Sven	Rollergang	M40	1	<b>1:37:51</b>	1977	783
4.	Müller	Hartwig	SSG Königswinter	M50	2	<b>1:38:12</b>	1969	790
5.	Hundrieser	Sabine	LT Siebengebirge	W50	1	<b>1:38:31</b>	1967	782
6.	Simon	Michael	KT43 Köln	M55	1	<b>1:42:35</b>	1964	781
6.	Torres	Didier	Köln	M55	1	<b>1:42:35</b>	1964	797
8.	Koch	Lena Katharina	LT Siebengebirge	W20	1	<b>1:46:20</b>	1998	780
9.	Dömlang	Robert	76 runergy Laufteam	M50	3	<b>1:47:51</b>	1967	778
10.	Zander	Jan	Hümmerich	M20	1	<b>1:54:43</b>	1994	799
11.	Stichtenoth	Thomas	Windhagen	M50	4	<b>1:55:55</b>	1967	796
12.	Zöhlerbauer	Mathias	Hürth	M50	5	<b>1:57:25</b>	1969	800
13.	Sommerberg	Carmen	Asbach	W45	1	<b>1:59:14</b>	1974	795
13.	Messing	Mark	Troisdorf	M45	2	<b>1:59:14</b>	1971	789
15.	Dinspel	Ellen	Hennef	W35	1	<b>1:59:43</b>	1980	786
16.	Briese	Erwin		M55	3	<b>2:01:04</b>	1961	784
17.	Mende	Wolf	Skiclub Bad Honnef	M65	1	<b>2:04:17</b>	1954	788
18.	König	Harald	Kalenborn	M55	4	<b>2:05:51</b>	1964	777
19.	Hoferichter	Andreas	Windhagen	M40	2	<b>2:07:10</b>	1975	779
20.	Wöstenfeld	Claudia	BAPersBw	W45	2	<b>2:12:48</b>	1973	798
20.	Anger	Andrea	Team Erdinger Alkoholfrei	W50	2	<b>2:12:48</b>	1965	785

## Einlaufliste wbl. / mnl. 21,1 km Halbmarathon

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Hundrieser	Sabine	LT Siebengebirge	W50	1	<b>1:38:31</b>	1967	782
2.	Koch	Lena Katharina	LT Siebengebirge	W20	1	<b>1:46:20</b>	1998	780
3.	Sommerberg	Carmen	Asbach	W45	1	<b>1:59:14</b>	1974	795
4.	Dinspel	Ellen	Hennef	W35	1	<b>1:59:43</b>	1980	786
5.	Wöstenfeld	Claudia	BAPersBw	W45	2	<b>2:12:48</b>	1973	798
5.	Anger	Andrea	Team Erdinger Alkoholfrei	W50	2	<b>2:12:48</b>	1965	785
1.	Rappenhöner	Andreas	LONG WAY RUNNERS	M45	1	<b>1:32:31</b>	1972	792
2.	Neuenfeldt	Norbert	Road Runner 100	M50	1	<b>1:35:49</b>	1967	791
3.	Pollmann	Sven	Rollergang	M40	1	<b>1:37:51</b>	1977	783
4.	Müller	Hartwig	SSG Königswinter	M50	2	<b>1:38:12</b>	1969	790
5.	Simon	Michael	KT43 Köln	M55	1	<b>1:42:35</b>	1964	781
5.	Torres	Didier	Köln	M55	1	<b>1:42:35</b>	1964	797
7.	Dömlang	Robert	76 runergy Laufteam	M50	3	<b>1:47:51</b>	1967	778
8.	Zander	Jan	Hümmerich	M20	1	<b>1:54:43</b>	1994	799
9.	Stichtenoth	Thomas	Windhagen	M50	4	<b>1:55:55</b>	1967	796
10.	Zöhrerbauer	Mathias	Hürth	M50	5	<b>1:57:25</b>	1969	800
11.	Messing	Mark	Troisdorf	M45	2	<b>1:59:14</b>	1971	789
12.	Briese	Erwin		M55	3	<b>2:01:04</b>	1961	784
13.	Mende	Wolf	Skiclub Bad Honnef	M65	1	<b>2:04:17</b>	1954	788
14.	König	Harald	Kalenborn	M55	4	<b>2:05:51</b>	1964	777
15.	Hoferichter	Andreas	Windhagen	M40	2	<b>2:07:10</b>	1975	779

**AK-Wertung 21,1 km Halbmarathon**

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Zielzeit	Jg	Strn.
1.	Koch	Lena Katharina	LT Siebengebirge	W20	<b>1:46:20</b>	1998	780
1.	Zander	Jan	Hümmerich	M20	<b>1:54:43</b>	1994	799
1.	Dinspel	Ellen	Hennef	W35	<b>1:59:43</b>	1980	786
1.	Pollmann	Sven	Rollergang	M40	<b>1:37:51</b>	1977	783
2.	Hoferichter	Andreas	Windhagen	M40	<b>2:07:10</b>	1975	779
1.	Sommerberg	Carmen	Asbach	W45	<b>1:59:14</b>	1974	795
2.	Wöstenfeld	Claudia	BAPersBw	W45	<b>2:12:48</b>	1973	798
1.	Rappenhöner	Andreas	LONG WAY RUNNERS	M45	<b>1:32:31</b>	1972	792
2.	Messing	Mark	Troisdorf	M45	<b>1:59:14</b>	1971	789
1.	Hundrieser	Sabine	LT Siebengebirge	W50	<b>1:38:31</b>	1967	782
2.	Anger	Andrea	Team Erdinger Alkoholfrei	W50	<b>2:12:48</b>	1965	785
1.	Neuenfeldt	Norbert	Road Runner 100	M50	<b>1:35:49</b>	1967	791
2.	Müller	Hartwig	SSG Königswinter	M50	<b>1:38:12</b>	1969	790
3.	Dömlang	Robert	76 runergy Laufteam	M50	<b>1:47:51</b>	1967	778
4.	Stichtenoth	Thomas	Windhagen	M50	<b>1:55:55</b>	1967	796
5.	Zöhrrerbauer	Mathias	Hürth	M50	<b>1:57:25</b>	1969	800
1.	Simon	Michael	KT43 Köln	M55	<b>1:42:35</b>	1964	781
1.	Torres	Didier	Köln	M55	<b>1:42:35</b>	1964	797
3.	Briese	Erwin		M55	<b>2:01:04</b>	1961	784
4.	König	Harald	Kalenborn	M55	<b>2:05:51</b>	1964	777
1.	Mende	Wolf	Skiclub Bad Honnef	M65	<b>2:04:17</b>	1954	788



## Einlaufliste 9 km Walking / Nordic Walking

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Strn.
1.	Wörlein	Philipp	Bielefeld	M40	1	<b>0:52:04</b>	1977	104
2.	Weber	Josef	LT. Sternberg-Linz/Rhein	M65	1	<b>0:57:56</b>	1952	109
3.	Ohl	Heinz	Ohl-Family Colies	M60	1	<b>1:06:51</b>	1955	106
4.	Grüber	Herbert	TuS Asbach	M60	2	<b>1:08:00</b>	1955	103
5.	Caspar-Heimeshoff	Stephanie	Fiersbach	W45	1	<b>1:11:56</b>	1973	102
5.	Heuser	Frank	TV Eitorf	M55	1	<b>1:11:56</b>	1963	107
7.	Vorbringer	Christoph	Windhagen	M50	1	<b>1:15:37</b>	1966	105

## Einlaufliste wbl. / mnl. 9 km Walking / Nordic Walking

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Pos	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Caspar-Heimeshoff	Stephanie	Fiersbach	W45	1	<b>1:11:56</b>	1973	102
1.	Wörlein	Philipp	Bielefeld	M40	1	<b>0:52:04</b>	1977	104
2.	Weber	Josef	LT. Sternberg-Linz/Rhein	M65	1	<b>0:57:56</b>	1952	109
3.	Ohl	Heinz	Ohl-Family Colies	M60	1	<b>1:06:51</b>	1955	106
4.	Grüber	Herbert	TuS Asbach	M60	2	<b>1:08:00</b>	1955	103
5.	Heuser	Frank	TV Eitorf	M55	1	<b>1:11:56</b>	1963	107
6.	Vorbringer	Christoph	Windhagen	M50	1	<b>1:15:37</b>	1966	105

## AK-Wertung 9 km Walking / Nordic Walking

Pfg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Zielzeit	Jg	Strn.
1.	Wörlein	Philipp	Bielefeld	M40	<b>0:52:04</b>	1977	104
1.	Caspar-Heimeshoff	Stephanie	Fiersbach	W45	<b>1:11:56</b>	1973	102
1.	Vorbringer	Christoph	Windhagen	M50	<b>1:15:37</b>	1966	105
1.	Heuser	Frank	TV Eitorf	M55	<b>1:11:56</b>	1963	107
1.	Ohl	Heinz	Ohl-Family Colies	M60	<b>1:06:51</b>	1955	106
2.	Grüber	Herbert	TuS Asbach	M60	<b>1:08:00</b>	1955	103
1.	Weber	Josef	LT. Sternberg-Linz/Rhein	M65	<b>0:57:56</b>	1952	109