

Lauf 5.000m

Männer

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-Pl	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	1236	Kai Hesterwerth	W+F Münster	0:16:41	1	M20	0:16:40 * 08:16 * 08:25	3:20 min/km
2	1043	Ralf Gottheil	Sparkasse Westmünsterland	0:17:22	1	M30	0:17:21 * 08:48 * 08:33	3:29 min/km
3	1230	Jens Seggewiß	LG Coesfeld	0:17:23	2	M20	0:17:22 * 08:48 * 08:34	3:29 min/km
4	1250	Christian Hölter	Martinko	0:17:26	2	M30	0:17:25 * 08:46 * 08:40	3:29 min/km
5	1419	Janek Betting	LAZ Rhede	0:17:32	1	MJug	0:17:30 * 08:49 * 08:42	3:30 min/km
6	1237	Patrick Hoffmann	W+F Münster	0:17:57	3	M30	0:17:55 * 08:50 * 09:07	3:35 min/km
7	1130	Gerrit Dikslag	AVA70	0:18:06	1	M45	0:18:04 * 09:05 * 09:01	3:37 min/km
8	634	Robin Eßling	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:18:14	2	MJug	0:18:13 * 08:51 * 09:23	3:39 min/km
9	1060	Moritz Buchheister	Team Injoy	0:18:43	4	M30	0:18:42 * 08:53 * 09:50	3:45 min/km
10	1034	Werner Geling	Grosse Frericks 1	0:18:45	1	M40	0:18:43 * 09:18 * 09:26	3:45 min/km
11	1409	Andreas Hopf		0:18:49	2	M40	0:18:47 * 09:33 * 09:16	3:46 min/km
12	1137	Sven Fels	Stadtsportring Coesfeld	0:18:51	3	M20	0:18:48 * 09:35 * 09:15	3:46 min/km
13	1044	Ingmar Wenzel	Sparkasse Westmünsterland	0:18:52	1	M35	0:18:49 * 09:31 * 09:21	3:46 min/km
14	655	Justus Jaegers	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:18:54	3	MJug	0:18:53 * 09:17 * 09:37	3:47 min/km
15	1289	Ben Bensaalmink		0:18:55	1	M50	0:18:53 * 09:31 * 09:23	3:47 min/km
16	1273	Jan Schäffer		0:18:56	4	M20	0:18:54 * 09:30 * 09:25	3:47 min/km
17	1420	Friedhelm Betting	DJK SV Lowide	0:18:57	2	M45	0:18:54 * 09:25 * 09:31	3:47 min/km
18	608	Jannik Berlemann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:18:57	4	MJug	0:18:55 * 09:16 * 09:41	3:48 min/km
19	1074	Dominik Hüls	TuS Wüllen - Team 1	0:18:57	5	M20	0:18:49 * 09:26 * 09:31	3:48 min/km
20	1239	Roman Schmeier	W+F Münster	0:19:02	6	M20	0:19:00 * 09:27 * 09:35	3:49 min/km
21	691	Timon Rensinghoff	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:19:23	5	MJug	0:19:19 * 09:37 * 09:46	3:53 min/km
22	1053	Markus Bönning	Haus Hall - Team 2	0:19:25	7	M20	0:19:19 * 09:15 * 10:09	3:53 min/km
23	1103	Andreas Wolters	Schützenverein Wendfeld	0:19:25	2	M35	0:19:21 * 09:48 * 09:37	3:53 min/km
24	1031	Michael Büning	Gutenberghaus	0:19:26	8	M20	0:19:23 * 09:33 * 09:53	3:53 min/km
25	1075	Tim Sicking	TuS Wüllen - Team 1	0:19:31	9	M20	0:19:24 * 09:29 * 10:01	3:54 min/km
26	1061	Steven Wobbe	Team Injoy	0:19:32	10	M20	0:19:17 * 09:45 * 09:47	3:55 min/km
27	1108	Marius Heming	AHR SPORT 13.1	0:19:34	11	M20	0:19:26 * 09:48 * 09:45	3:55 min/km
28	711	Lukas Tendahl	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:19:39	6	MJug	0:19:37 * 09:44 * 09:54	3:56 min/km
28	1417	Wim Brinkman		0:19:39	2	M50	0:19:35 * 10:01 * 09:38	3:56 min/km
30	1139	Patrick Ikink	AVA70	0:19:40	3	M40	0:19:38 * 09:42 * 09:57	3:56 min/km
31	607	David Berlemann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:19:40	7	MJug	0:19:35 * 09:19 * 10:21	3:56 min/km
32	628	Christoph Eismann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:19:43	8	MJug	0:19:41 * 09:43 * 10:00	3:57 min/km
33	1046	Ralf Segbers	Haus Hall - Team 1	0:19:46	4	M40	0:19:42 * 09:53 * 09:53	3:57 min/km
34	1268	Jan Dissemond	1. FC Köln	0:19:46	9	MJug	0:19:45 * 09:42 * 10:03	3:57 min/km
35	1025	Didier Duret	Maschinenfabrik Kemper 5	0:19:57	3	M35	0:19:53 * 09:58 * 09:58	3:59 min/km
36	667	Pierre Lanfer	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:19:57	10	MJug	0:19:55 * 09:49 * 10:08	3:60 min/km
37	624	Fabian Dücker	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:20:05	11	MJug	0:19:51 * 10:24 * 09:40	4:01 min/km
38	1073	Jürgen Kremer	TuS Wüllen - Team 1	0:20:07	12	M20	0:20:01 * 09:50 * 10:16	4:02 min/km
39	625	David Effing	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:20:13	12	MJug	0:20:11 * 09:45 * 10:27	4:03 min/km
40	1233	Jürgen Gehling		0:20:13	5	M40	0:20:10 * 10:00 * 10:13	4:03 min/km
41	704	Jannik Schwitte	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:20:17	13	MJug	0:20:11 * 09:48 * 10:29	4:04 min/km
42	1041	Maik Drüner	Sparkasse Westmünsterland	0:20:19	5	M30	0:20:12 * 10:17 * 10:02	4:04 min/km
43	1045	Andre Oenning	Haus Hall - Team 1	0:20:29	3	M45	0:20:21 * 10:41 * 09:48	4:06 min/km
44	1291	Joachim Bungert	Stadtlohn	0:20:32	6	M40	0:20:30 * 10:08 * 10:24	4:06 min/km
45	1029	Stephan Lammers	Gutenberghaus	0:20:33	4	M45	0:20:30 * 09:56 * 10:37	4:07 min/km
46	1040	Christian Wittland	Sparkasse Westmünsterland	0:20:34	13	M20	0:20:27 * 10:53 * 09:40	4:07 min/km
47	1064	Matthias Hendricks	Team Injoy - 2	0:20:34	14	M20	0:20:19 * 10:28 * 10:05	4:07 min/km
48	1077	Maik Hollweg	TuS Wüllen - Team 2	0:20:36	15	M20	0:20:29 * 10:18 * 10:18	4:07 min/km
49	1418	Henk Mengers		0:20:48	1	M55	0:20:45 * 10:29 * 10:19	4:10 min/km
50	1270	Tim Nathues		0:20:49	16	M20	0:20:35 * 10:45 * 10:03	4:10 min/km
51	633	Jochen Esseling	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:20:57	14	MJug	0:20:53 * 10:09 * 10:47	4:11 min/km
52	1415	Til Büttnghaus	SUS Stadtlohn	0:20:58	15	MJug	0:20:51 * 10:40 * 10:18	4:12 min/km
53	1421	Dirk Schniedertöns	VfL Ahaus	0:21:02	5	M45	0:20:47 * 10:38 * 10:24	4:13 min/km
54	1050	Dieter Späker	Haus Hall - Team 2	0:21:04	6	M45	0:20:59 * 10:13 * 10:51	4:13 min/km
55	1113	Frank Böckers	AHR SPORT 13.2	0:21:11	16	MJug	0:21:03 * 10:40 * 10:30	4:14 min/km
56	685	Jonah Ploß	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:21:11	17	MJug	0:21:02 * 10:55 * 10:15	4:14 min/km
57	726	Justus Wies	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:21:11	18	MJug	0:21:02 * 10:31 * 10:40	4:14 min/km
58	1039	Philip Lanzmann Lanzmar	Grosse Frericks 2	0:21:17	17	M20	0:20:59 * 10:54 * 10:23	4:16 min/km
59	1133	Bernd Dirksen	Stadtlohn	0:21:22	3	M50	0:21:15 * 10:18 * 11:03	4:16 min/km
60	1087	Oliver Martha	TuS Wüllen - Team 4	0:21:23	18	M20	0:21:14 * 10:25 * 10:57	4:17 min/km

Lauf 5.000m

Männer

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-PI	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
61	1165	Jacques-Noel Spahn	Stadtlohn	0:21:24	19	MJug	0:21:17 * 10:40 * 10:43	4:17 min/km
62	1163	Thomas Schöning	Stadtlohn	0:21:24	20	MJug	0:21:16 * 10:42 * 10:42	4:17 min/km
63	1037	Stefan Dobbrunz	Grosse Frericks 2	0:21:25	19	M20	0:21:09 * 10:59 * 10:25	4:17 min/km
64	1160	Thomas Renger	Wiropa	0:21:29	7	M45	0:21:14 * 11:01 * 10:28	4:18 min/km
65	1174	Nick Van Nuland	TV Gescher 1908 e.V.	0:21:35	21	MJug	0:21:30 * 10:51 * 10:44	4:19 min/km
66	1048	Andreas Kaatz	Haus Hall - Team 2	0:21:37	7	M40	0:21:29 * 10:47 * 10:49	4:20 min/km
67	1033	Christian Wulf	Gutenberghaus	0:21:39	4	M35	0:21:23 * 11:12 * 10:27	4:20 min/km
68	657	Nauar Kaumi	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:21:45	22	MJug	0:21:40 * 10:51 * 10:54	4:21 min/km
69	1016	Mohamed Hammoud	Maschinenfabrik Kemper 3	0:21:49	20	M20	0:21:34 * 10:54 * 10:55	4:22 min/km
70	644	Lewin Hahne	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:21:50	23	MJug	0:21:46 * 11:05 * 10:45	4:22 min/km
71	1104	Hermann Rickert	Schützenverein Wendfeld	0:21:56	4	M50	0:21:50 * 10:58 * 10:57	4:23 min/km
72	1413	Heinrich Bäumer	TV Vreden	0:21:58	5	M50	0:21:53 * 11:16 * 10:42	4:24 min/km
73	1014	Benedikt Berghaus	Maschinenfabrik Kemper 2	0:22:02	21	M20	0:21:50 * 11:02 * 11:00	4:25 min/km
74	1101	Tim Gericks	Untouchables	0:22:06	22	M20	0:21:51 * 11:25 * 10:41	4:25 min/km
75	1125	Michael Beunink	SuS Stadtlohn	0:22:07	24	MJug	0:21:57 * 11:22 * 10:45	4:26 min/km
76	1402	Hermann Hemsing	LSF Münster	0:22:12	8	M45	0:22:07 * 11:02 * 11:09	4:26 min/km
77	1035	Frank Bußwolder	Grosse Frericks 1	0:22:13	5	M35	0:21:56 * 11:14 * 10:58	4:27 min/km
78	626	Michael Efting	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:22:15	25	MJug	0:22:11 * 11:05 * 11:09	4:27 min/km
79	1051	Jens Nienhaus	Haus Hall - Team 1	0:22:17	6	M35	0:22:09 * 10:50 * 11:27	4:27 min/km
80	1042	Thomas Mathieu	Sparkasse Westmünsterland	0:22:23	6	M30	0:22:17 * 11:05 * 11:18	4:29 min/km
81	705	Thilo Sicking	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:22:25	26	MJug	0:22:21 * 10:56 * 11:29	4:29 min/km
82	1116	Martin Stowermann	Die Spri(n)ties	0:22:27	23	M20	0:22:24 * 11:14 * 11:12	4:30 min/km
83	1058	Nils Langenbach	Haus Hall - Team 4	0:22:30	7	M35	0:22:25 * 10:38 * 11:52	4:30 min/km
84	1129	Thomas Dieker	VfL Ahaus	0:22:35	6	M50	0:22:20 * 11:29 * 11:06	4:31 min/km
85	725	Lukas Wewers	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:22:44	27	MJug	0:22:32 * 11:46 * 10:58	4:33 min/km
86	1067	Sven Ostendorf	Urenco	0:22:45	8	M35	0:22:23 * 11:45 * 11:00	4:33 min/km
87	1100	Hendrik Gericks	Untouchables	0:22:46	28	MJug	0:22:31 * 11:41 * 11:05	4:33 min/km
88	1106	Michael Te Vrugt	Schützenverein Wendfeld	0:22:47	29	MJug	0:22:35 * 11:32 * 11:14	4:33 min/km
89	1122	Markus Middendorf	Anna läuft	0:22:48	8	M40	0:22:35 * 11:29 * 11:19	4:34 min/km
90	1102	Jan-Gerrit Brillert	Untouchables	0:22:51	30	MJug	0:22:37 * 11:40 * 11:11	4:34 min/km
91	1069	Philipp Graffe	Hardy Schmitz	0:22:52	24	M20	0:22:32 * 12:01 * 10:50	4:34 min/km
92	1119	Stefan Tenbrink	Anna läuft	0:22:55	9	M40	0:22:52 * 11:15 * 11:39	4:35 min/km
93	1167	Lukas Stowermann	SuS Stadtlohn	0:22:55	31	MJug	0:22:48 * 11:39 * 11:16	4:35 min/km
93	673	Leon Martin	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:22:55	31	MJug	0:22:51 * 11:05 * 11:50	4:35 min/km
95	1080	Dennis Jestel	TuS Wüllen - Team 2	0:22:56	25	M20	0:22:49 * 11:19 * 11:37	4:35 min/km
96	1173	Marlon Van Nuland	TV Gescher 1908 e.V.	0:22:58	33	MJug	0:22:53 * 11:36 * 11:22	4:36 min/km
97	1010	Hendrik Buning	Maschinenfabrik Kemper 1	0:22:58	34	MJug	0:22:44 * 12:21 * 10:37	4:36 min/km
98	1138	Ludger Hisker	SuS Stadtlohn	0:23:04	9	M45	0:22:57 * 11:16 * 11:48	4:37 min/km
99	609	Jochen Boll	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:07	35	MJug	0:23:04 * 11:17 * 11:50	4:38 min/km
100	664	Marten Kramer	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:21	36	MJug	0:23:02 * 12:05 * 11:15	4:40 min/km
101	1063	Markus Volks	Team Injoy - 2	0:23:21	7	M30	0:23:04 * 12:10 * 11:10	4:40 min/km
102	650	Johannes Homann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:25	37	MJug	0:23:21 * 10:48 * 12:37	4:41 min/km
103	1096	Christof Rölver	Aalglatt - Team 1	0:23:26	9	M35	0:23:02 * 12:14 * 11:12	4:41 min/km
104	1065	Georg Kuschel	Urenco	0:23:30	2	M55	0:23:06 * 11:57 * 11:33	4:42 min/km
105	627	Philipp Einhaus	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:31	38	MJug	0:23:25 * 11:57 * 11:34	4:42 min/km
106	1148	Dirk Lanze	Wiropa	0:23:34	10	M45	0:23:18 * 11:54 * 11:40	4:43 min/km
107	675	Maik Mensing	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:34	39	MJug	0:23:23 * 11:46 * 11:48	4:43 min/km
108	612	Jannik Bürger	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:35	40	MJug	0:23:21 * 12:28 * 11:06	4:43 min/km
109	1089	Hendrik Vorkamp	TuS Wüllen - Team 4	0:23:39	26	M20	0:23:31 * 12:05 * 11:33	4:44 min/km
110	1082	Jürgen Boll	TuS Wüllen - Team 3	0:23:39	27	M20	0:23:32 * 12:05 * 11:33	4:44 min/km
111	1423	Hans-Jürgen Olejnik	VfL Ahaus	0:23:40	7	M50	0:23:25 * 11:39 * 12:00	4:44 min/km
112	0	DT64YH1 unbekannt		0:23:46	28	M20	0:23:27 * 12:05 * 11:41	4:45 min/km
113	618	Alexander Deitert	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:50	41	MJug	0:23:35 * 12:25 * 11:24	4:46 min/km
114	1124	Matthias Beunink	SuS Stadtlohn	0:23:53	11	M45	0:23:42 * 11:59 * 11:53	4:47 min/km
115	1120	Peter Wittland	Anna läuft	0:24:05	10	M35	0:23:52 * 12:03 * 12:02	4:49 min/km
116	718	Johannes Vornholt	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:07	42	MJug	0:24:01 * 12:10 * 11:57	4:49 min/km
117	651	Alexander Honermann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:12	43	MJug	0:24:08 * 11:43 * 12:28	4:50 min/km
118	602	Niklas Bachorski	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:13	44	MJug	0:24:01 * 12:41 * 11:32	4:51 min/km
119	638	Manuel Funk	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:14	45	MJug	0:24:08 * 12:09 * 12:04	4:51 min/km
120	1071	Jörg Doods	Hardy Schmitz	0:24:18	10	M40	0:23:59 * 12:08 * 12:09	4:52 min/km

Lauf 5.000m

Männer

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-PI	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
121	1098	Jörg Heßling	Aalglatt - Team 2	0:24:18	11	M35	0:23:54 * 12:37 * 11:41	4:52 min/km
122	1068	Tony Smith	Urenco	0:24:19	29	M20	0:23:56 * 12:13 * 12:05	4:52 min/km
123	623	Alexander Dücker	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:28	46	MJug	0:24:17 * 11:52 * 12:36	4:54 min/km
124	1132	Marius Dirks	SuS Stadtlohn	0:24:33	47	MJug	0:24:15 * 12:52 * 11:40	4:55 min/km
125	1146	Gregor Krafeld	Stadtlohn	0:24:33	12	M45	0:24:26 * 12:05 * 12:28	4:55 min/km
126	1231	Thomas Heuer		0:24:36	11	M40	0:24:28 * 12:25 * 12:10	4:55 min/km
127	702	Julian Schlüter	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:41	48	MJug	0:24:29 * 12:42 * 11:59	4:56 min/km
128	1400	Georg Wigger	Maschinenfabrik Kemper	0:24:45	13	M45	0:24:30 * 12:03 * 12:41	4:57 min/km
129	1412	Andreas Brinkhaus	SF Nordvelen	0:24:45	8	M30	0:24:32 * 12:24 * 12:21	4:57 min/km
130	615	Volkan Caliskanyürek	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:53	49	MJug	0:24:38 * 12:25 * 12:28	4:59 min/km
131	606	Henrik Bergerbusch	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:56	50	MJug	0:24:45 * 13:04 * 11:52	4:59 min/km
132	1021	Alexander Knam	Maschinenfabrik Kemper 4	0:25:03	12	M35	0:24:49 * 12:26 * 12:36	5:01 min/km
133	1162	Martin Schmittmann	Stadtlohn	0:25:03	14	M45	0:24:52 * 12:37 * 12:25	5:01 min/km
134	1414	Hermann Rietfort	Wiropa	0:25:11	15	M45	0:25:05 * 12:41 * 12:29	5:02 min/km
135	658	John Kawmi	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:15	51	MJug	0:25:01 * 11:51 * 13:23	5:03 min/km
136	1036	Christian Kölker	Grosse Frericks 1	0:25:15	52	MJug	0:24:57 * 12:41 * 12:34	5:03 min/km
137	696	Marek Robers	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:16	53	MJug	0:24:57 * 13:18 * 11:57	5:03 min/km
138	1097	Enrico Beuth	Aalglatt - Team 2	0:25:24	13	M35	0:25:00 * 12:44 * 12:40	5:05 min/km
139	1070	André Ostendarp	Hardy Schmitz	0:25:25	9	M30	0:25:06 * 13:03 * 12:22	5:05 min/km
140	1118	Philipp Ahler	Die Spri(n)ties	0:25:28	30	M20	0:25:24 * 12:36 * 12:51	5:06 min/km
141	1026	Norbert Böckmann	Maschinenfabrik Kemper 5	0:25:28	12	M40	0:25:13 * 13:09 * 12:19	5:06 min/km
142	1176	Tjorven Wensing	SuS Stadtlohn	0:25:33	54	MJug	0:25:15 * 12:56 * 12:36	5:07 min/km
143	1012	Ulf Räwer	Maschinenfabrik Kemper 2	0:25:34	14	M35	0:25:16 * 13:41 * 11:52	5:07 min/km
144	1066	Wolfgang Werner	Urenco	0:25:35	16	M45	0:25:11 * 12:57 * 12:37	5:07 min/km
145	1002	Matthias Lammers	Spassläufer 1	0:25:43	15	M35	0:25:22 * 12:34 * 13:09	5:09 min/km
146	1024	Florian Wilkes	Maschinenfabrik Kemper 4	0:25:46	31	M20	0:25:27 * 12:51 * 12:55	5:09 min/km
147	1170	Michael Terschluse	SuS Stadtlohn	0:25:52	17	M45	0:25:41 * 13:02 * 12:49	5:10 min/km
148	1117	Nicolai Marpert	Die Spri(n)ties	0:25:59	32	M20	0:25:54 * 12:43 * 13:16	5:12 min/km
149	715	Ahmet Faruk Ulukaya	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:01	55	MJug	0:25:45 * 13:25 * 12:36	5:12 min/km
150	1123	Paul Bensing	Vreden	0:26:13	13	M40	0:25:59 * 13:29 * 12:44	5:15 min/km
151	671	Michael Lichtenhagen	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:22	33	M20	0:26:09 * 13:07 * 13:15	5:17 min/km
152	1038	Wolfgang Joppe	Grosse Frericks 2	0:26:23	14	M40	0:26:07 * 12:45 * 13:38	5:17 min/km
153	1008	Martin Hinske-Tenbrink	Maschinenfabrik Kemper 1	0:26:30	56	MJug	0:26:17 * 12:42 * 13:48	5:18 min/km
154	1092	Jörg Lanfer	Aalglatt - Team 2	0:26:40	16	M35	0:26:16 * 13:31 * 13:08	5:20 min/km
155	1009	Jochen Wilde	Maschinenfabrik Kemper 1	0:26:43	57	MJug	0:26:30 * 12:45 * 13:58	5:21 min/km
156	1410	Matthias Linnemann		0:26:46	34	M20	0:26:28 * 12:52 * 13:54	5:21 min/km
157	1411	Fabian Borghoff		0:26:46	35	M20	0:26:27 * 13:05 * 13:40	5:21 min/km
158	1018	Bernd Busen	Maschinenfabrik Kemper 3	0:26:50	10	M30	0:26:34 * 13:59 * 12:51	5:22 min/km
159	1000	Andre Ooppel	Spassläufer 1	0:27:00	36	M20	0:26:41 * 13:36 * 13:24	5:24 min/km
160	1110	Marcel Schmanke	AHR SPORT 13.1	0:27:01	37	M20	0:26:46 * 13:55 * 13:06	5:24 min/km
161	1161	Henrik Schlettert	Papa ist der Beste	0:27:06	17	M35	0:26:39 * 13:17 * 13:49	5:25 min/km
162	1141	Holger Janning	Legden	0:27:11	18	M35	0:26:51 * 14:01 * 13:09	5:26 min/km
163	1105	Berthold Te Vrugt	Schützenverein Wendfeld	0:27:14	18	M45	0:27:07 * 13:27 * 13:46	5:27 min/km
164	1177	Levin Wissen	TV Gescher 1908 e.V.	0:27:16	58	MJug	0:26:55 * 14:41 * 12:34	5:27 min/km
165	1178	Mike Wissen	TV Gescher 1908 e.V.	0:27:16	19	M35	0:26:55 * 14:41 * 12:35	5:27 min/km
166	1424	Dirk Stange	VfL Ahaus	0:27:17	11	M30	0:27:03 * 13:31 * 13:46	5:28 min/km
167	1404	Jens Steggemann	SW	0:27:22	59	MJug	0:27:12 * 14:48 * 12:33	5:28 min/km
168	1405	Maximilian Weiß	SW	0:27:24	60	MJug	0:27:14 * 14:49 * 12:34	5:29 min/km
169	1017	Jens Bomers	Maschinenfabrik Kemper 3	0:27:31	38	M20	0:27:14 * 14:07 * 13:24	5:30 min/km
170	1019	Eugen Tittel	Maschinenfabrik Kemper 3	0:27:34	39	M20	0:27:18 * 14:06 * 13:28	5:31 min/km
171	1020	Andreas Trippel	Maschinenfabrik Kemper 3	0:27:35	40	M20	0:27:18 * 14:04 * 13:30	5:31 min/km
172	1416	Paul Farah		0:27:39	41	M20	0:27:21 * 14:03 * 13:35	5:32 min/km
173	1022	Rainer Klassen	Maschinenfabrik Kemper 4	0:27:41	15	M40	0:27:25 * 13:37 * 14:04	5:32 min/km
174	1159	Marcel Rehermann	Stadtlohn	0:27:52	42	M20	0:27:41 * 13:33 * 14:18	5:34 min/km
175	1145	Martin Könning	Stadtlohn	0:27:54	19	M45	0:27:52 * 13:35 * 14:18	5:35 min/km
176	677	Jonas Meteling	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:01	61	MJug	0:27:52 * 15:04 * 12:57	5:36 min/km
177	1134	Albert Dr. Daniels	Stadtlohn	0:28:03	8	M50	0:27:52 * 13:57 * 14:05	5:37 min/km
178	1057	Matthias Dieker	Haus Hall - Team 4	0:28:03	16	M40	0:27:42 * 14:20 * 13:43	5:37 min/km
179	1175	Stephan Wegmann	VfL Ahaus	0:28:06	9	M50	0:27:52 * 14:28 * 13:38	5:37 min/km
180	1151	Adrian Meinert	Stadtlohn	0:28:17	62	MJug	0:27:51 * 14:53 * 13:23	5:39 min/km

Lauf 5.000m

Männer

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-Pl	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
181	721	Fabian Wehr	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:33	63	MJug	0:28:23 * 15:03 * 13:30	5:43 min/km
182	604	Sven Bardelmeier	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:07	64	MJug	0:28:55 * 13:22 * 15:45	5:50 min/km
183	1152	Werner Meinert	Stadtlohn	0:29:08	20	M45	0:28:43 * 14:53 * 14:15	5:50 min/km
184	1115	Hanna Schepers	AHR SPORT 13.2	0:29:09	65	MJug	0:28:56 * 14:15 * 14:53	5:50 min/km
185	1093	Marco Niltop	Aalglatt - Team 1	0:29:09	12	M30	0:28:44 * 14:52 * 14:17	5:50 min/km
186	666	Lars Kropp	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:11	66	MJug	0:28:59 * 13:22 * 15:49	5:50 min/km
187	1023	Christoph Van der Aa	Maschinenfabrik Kemper 4	0:29:13	43	M20	0:28:53 * 15:00 * 14:13	5:51 min/km
188	1095	Daniel Olbers	Aalglatt - Team 1	0:29:26	20	M35	0:29:02 * 14:55 * 14:31	5:53 min/km
189	1240	Hartmut Kolle		0:29:31	10	M50	0:29:22 * 14:44 * 14:47	5:54 min/km
190	661	Hans-Peter Kock	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:45	67	MJug	0:29:35 * 15:08 * 14:36	5:57 min/km
191	617	Nils Dammfeld	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:48	68	MJug	0:29:32 * 15:08 * 14:40	5:58 min/km
192	1107	Daniel Te Vrugt	Schützenverein Wendfeld	0:29:58	69	MJug	0:29:50 * 14:35 * 15:22	5:60 min/km
193	1121	Lars Titz	Anna läuft	0:30:05	21	M35	0:29:52 * 13:37 * 16:27	6:01 min/km
194	1011	Jan Dalhaus	Maschinenfabrik Kemper 1	0:30:18	70	MJug	0:29:59 * 16:27 * 13:51	6:04 min/km
195	621	Patrik Dietze	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:30:59	71	MJug	0:30:48 * 21:01 * 09:57	6:12 min/km
196	1172	Maik Valenkamp	TV Vreden	0:31:18	13	M30	0:30:57 * 16:14 * 15:04	6:16 min/km
197	1027	Markus Boldering	Maschinenfabrik Kemper 5	0:31:50	22	M35	0:31:30 * 15:56 * 15:54	6:22 min/km
198	1028	Diana Boldering	Maschinenfabrik Kemper 5	0:31:50	44	M20	0:31:30 * 15:55 * 15:54	6:22 min/km
199	1032	Heselhaus Gerrit	Gutenberghaus	0:31:52	45	M20	0:31:29 * 16:12 * 15:40	6:23 min/km
200	723	Ingo Wellner	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:31:58	72	MJug	0:31:47 * 16:03 * 15:54	6:24 min/km
201	722	Wolfgang Weinert	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:07	73	MJug	0:31:51 * 15:33 * 16:33	6:25 min/km
202	1007	Patrick Terhechte	Spassläufer 2	0:32:23	14	M30	0:32:00 * 20:33 * 11:49	6:29 min/km
203	680	Florian Nickl	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:45	74	MJug	0:32:35 * 16:04 * 16:41	6:33 min/km
204	1144	Christoph Klein Reesink	TV Vreden	0:32:54	21	M45	0:32:32 * 16:19 * 16:34	6:35 min/km
205	1015	Oliver Elsing	Maschinenfabrik Kemper 2	0:32:56	75	MJug	0:32:37 * 16:26 * 16:29	6:35 min/km
206	1004	Jens Stegemann	Spassläufer 2	0:36:36	46	M20	0:36:10 * 18:12 * 18:24	7:19 min/km
207	1001	Frank Schulte	Spassläufer 1	0:37:09	22	M45	0:36:46 * 18:13 * 18:55	7:26 min/km
208	1003	Ulrike Upgang	Spassläufer 1	0:37:15	17	M40	0:36:53 * 18:35 * 18:39	7:27 min/km
209	1099	Uwe Erning	Aalglatt - Team 2	0:37:26	23	M35	0:37:02 * 18:47 * 18:38	7:29 min/km
210	1013	Christoph Icking	Maschinenfabrik Kemper 2	0:37:35	76	MJug	0:37:17 * 18:50 * 18:45	7:31 min/km

Lauf 5.000m

Frauen

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-Pl	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
1	1155	Jasmin Nieland	LAZ Rhede	0:19:56	1	WJug	0:19:54 * 09:53 * 10:03	3:59 min/km
2	1136	Anika Fels	LG Coesfeld	0:20:37	2	WJug	0:20:33 * 10:24 * 10:13	4:07 min/km
3	1127	Kim - Melina Bomkamp	LAZ Rhede	0:20:58	3	WJug	0:20:55 * 10:20 * 10:37	4:12 min/km
4	698	Eva Sax	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:22:08	4	WJug	0:22:06 * 10:41 * 11:27	4:26 min/km
5	1052	Alina Walfort	Haus Hall - Team 4	0:22:28	1	W20	0:22:22 * 11:13 * 11:15	4:30 min/km
6	1406	Anika Waning	FC Vreden `52	0:22:54	5	WJug	0:22:48 * 11:15 * 11:39	4:35 min/km
7	717	Aileen Volmer	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:26	6	WJug	0:23:18 * 11:46 * 11:39	4:41 min/km
8	1059	Anna-Karina Wemmer	Team Injoy	0:23:30	1	W30	0:23:25 * 11:30 * 12:00	4:42 min/km
9	707	Jana Spahn	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:23:32	7	WJug	0:23:27 * 11:35 * 11:57	4:42 min/km
10	1235	Christina Kemper	Weseke	0:23:44	2	W20	0:23:40 * 11:41 * 12:03	4:45 min/km
11	1112	Christina Plate	AHR SPORT 13.2	0:24:25	3	W20	0:24:10 * 12:08 * 12:17	4:53 min/km
12	1056	Anneke Groen	Haus Hall - Team 4	0:24:27	4	W20	0:24:22 * 12:09 * 12:18	4:54 min/km
13	1401	Annemarie Juttermann	TV Wattenscheid 01	0:24:32	5	W20	0:24:27 * 12:12 * 12:19	4:54 min/km
14	622	Luisa Dirksen	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:38	8	WJug	0:24:34 * 12:02 * 12:35	4:56 min/km
15	1403	Nicola Kemmeling	LG Coesfeld	0:24:40	9	WJug	0:24:25 * 12:34 * 12:05	4:56 min/km
16	682	Sidney Oberhaus	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:42	10	WJug	0:24:38 * 12:27 * 12:15	4:56 min/km
17	1248	Nina Martinko	Martinko	0:24:53	1	W40	0:24:37 * 12:35 * 12:18	4:59 min/km
18	678	Laura Münsterkötter	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:24:54	11	WJug	0:24:43 * 12:26 * 12:27	4:59 min/km
19	663	Sophie Kötting	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:36	12	WJug	0:25:32 * 12:36 * 12:59	5:07 min/km
20	703	Sophia Schulz	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:42	13	WJug	0:25:38 * 12:34 * 13:07	5:08 min/km
21	676	Saskia Mensing	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:45	14	WJug	0:25:35 * 13:07 * 12:37	5:09 min/km
22	719	Miriam Wallstein	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:46	15	WJug	0:25:43 * 12:54 * 12:51	5:09 min/km
23	724	Franziska Wessing	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:49	16	WJug	0:25:46 * 13:24 * 12:25	5:10 min/km
24	620	Claire Deuticke	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:54	17	WJug	0:25:49 * 12:33 * 13:21	5:11 min/km
25	1290	Maria Hemsing		0:25:56	1	W50	0:25:52 * 12:53 * 13:03	5:11 min/km
26	600	Miriam Abel	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:25:59	18	WJug	0:25:55 * 13:00 * 12:58	5:12 min/km
27	660	Lisa Koch	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:00	19	WJug	0:25:55 * 12:42 * 13:18	5:12 min/km
28	1249	Janina Kemper	Martinko	0:26:22	6	W20	0:26:05 * 13:22 * 12:59	5:17 min/km
29	693	Isabell Rickert	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:36	20	WJug	0:26:28 * 13:02 * 13:34	5:19 min/km
30	642	Laura Grave	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:38	21	WJug	0:26:30 * 13:07 * 13:31	5:20 min/km
31	690	Leonie Rensinghoff	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:49	22	WJug	0:26:41 * 13:18 * 13:31	5:22 min/km
32	656	Anna Kahmen	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:26:50	23	WJug	0:26:41 * 13:07 * 13:43	5:22 min/km
33	1062	Anne Pötzl	Team Injoy - 2	0:26:54	7	W20	0:26:37 * 13:35 * 13:18	5:23 min/km
34	1114	Marina Lerner	AHR SPORT 13.2	0:26:59	8	W20	0:26:44 * 13:55 * 13:04	5:24 min/km
35	654	Chiara Iding	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:27:05	24	WJug	0:26:59 * 13:28 * 13:36	5:25 min/km
36	649	Nina Herbst	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:27:12	25	WJug	0:27:05 * 13:23 * 13:48	5:26 min/km
37	716	Susan Van Eckendonk	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:27:19	26	WJug	0:27:14 * 12:57 * 14:21	5:28 min/km
38	687	Ellen Raber	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:27:36	27	WJug	0:27:33 * 13:24 * 14:11	5:31 min/km
39	1408	Mirijam Zastrow		0:27:38	9	W20	0:27:21 * 14:03 * 13:35	5:32 min/km
40	643	Aynur Gülle	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:10	28	WJug	0:28:07 * 14:06 * 14:04	5:38 min/km
41	610	Marieke Brockherde	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:12	29	WJug	0:28:07 * 13:06 * 15:05	5:39 min/km
42	1147	Brigitte Lange	VfL Ahaus	0:28:14	1	W65	0:28:07 * 13:52 * 14:21	5:39 min/km
43	684	Franca Oing	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:17	30	WJug	0:28:11 * 13:35 * 14:42	5:39 min/km
44	647	Julia Heetpaß	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:18	31	WJug	0:28:11 * 14:43 * 13:35	5:40 min/km
45	1143	Britta Klan	... die nach dem Weg fragen	0:28:22	2	W30	0:27:55 * 14:02 * 14:19	5:40 min/km
46	728	Marleen Winking	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:23	32	WJug	0:28:14 * 14:19 * 14:03	5:41 min/km
47	668	Carolin Lating	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:23	33	WJug	0:28:10 * 14:52 * 13:31	5:41 min/km
48	688	Larissa Rathmer	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:33	34	WJug	0:28:20 * 14:41 * 13:51	5:43 min/km
49	629	Sophie Ekrod	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:28:43	35	WJug	0:28:32 * 14:17 * 14:25	5:45 min/km
50	1232	Kirsten Wissen	TV Gescher e.V.	0:28:48	1	W35	0:28:27 * 14:41 * 14:06	5:46 min/km
51	1150	Melanie Majert	Vreden	0:29:02	10	W20	0:28:51 * 13:52 * 15:09	5:49 min/km
52	1166	Elke Steggemann	SuS Stadtlohn	0:29:04	2	W40	0:28:45 * 14:54 * 14:10	5:49 min/km
53	681	Monika O'Shea	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:05	36	WJug	0:29:02 * 14:13 * 14:51	5:49 min/km
54	700	Elisa Schlüter	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:13	37	WJug	0:29:11 * 13:13 * 16:00	5:51 min/km
55	727	Anna Willemsen	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:24	38	WJug	0:29:13 * 14:23 * 15:00	5:53 min/km
56	1238	Anne Jansen		0:29:26	2	W50	0:29:17 * 14:44 * 14:42	5:53 min/km
57	614	Laura Bußmeier	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:29:40	39	WJug	0:29:32 * 14:20 * 15:20	5:56 min/km
58	1111	Theresa Dücker	AHR SPORT 13.1	0:29:49	11	W20	0:29:36 * 13:56 * 15:53	5:58 min/km
59	729	Sarah Yalda	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:30:05	40	WJug	0:30:02 * 14:01 * 16:04	6:01 min/km
60	713	Miriam Topmöller	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:30:06	41	WJug	0:29:55 * 14:19 * 15:46	6:01 min/km

Lauf 5.000m

Frauen

Platz	Startnr	Name	Verein/*Ort	Ges.Brutto	AK-Pl	AK	Netto - Rundenzeiten	Geschwindigkeit
61	1126	Jennifer Bloom	... die nach dem Weg fragen	0:30:44	12	W20	0:30:18 * 15:43 * 15:01	6:09 min/km
62	603	Julia Baier	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:30:49	42	WJug	0:30:39 * 14:53 * 15:56	6:10 min/km
63	1407	Elke Kerkeling		0:31:17	2	W35	0:30:59 * 15:32 * 15:44	6:16 min/km
64	1169	Kerstin Tenhumberg	TV Vreden	0:31:18	3	W30	0:30:58 * 16:11 * 15:07	6:16 min/km
65	1157	Renate Oßendorf	TV Vreden	0:31:19	3	W40	0:30:58 * 16:10 * 15:08	6:16 min/km
66	1135	Maria Ehler	TV Vreden	0:31:20	13	W20	0:30:59 * 16:11 * 15:08	6:16 min/km
66	1149	Elke Lepping	TV Vreden	0:31:20	4	W40	0:31:00 * 16:10 * 15:09	6:16 min/km
68	669	Sabrina Lensker	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:31:20	43	WJug	0:31:11 * 14:33 * 16:47	6:16 min/km
69	1154	Ruth Niehues	TV Vreden	0:31:23	1	W45	0:31:02 * 16:12 * 15:11	6:17 min/km
70	730	Pia Zekay	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:31:46	44	WJug	0:31:41 * 14:59 * 16:46	6:21 min/km
71	1171	Christina Valenkamp	TV Vreden	0:31:53	4	W30	0:31:32 * 16:14 * 15:39	6:23 min/km
72	1006	Mareen Stevenbeld	Spassläufer 2	0:32:16	5	W30	0:31:54 * 19:59 * 12:17	6:27 min/km
73	710	Helena Strotmann	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:17	45	WJug	0:32:04 * 14:55 * 17:21	6:27 min/km
74	1164	Karin Schütt	Gronau	0:32:33	1	W60	0:32:21 * 16:03 * 16:30	6:31 min/km
75	712	Jana Thomes	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:36	46	WJug	0:32:29 * 16:42 * 15:54	6:31 min/km
76	662	Annika Könning	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:44	47	WJug	0:32:35 * 15:31 * 17:12	6:33 min/km
77	1005	Nadine Sprey	Spassläufer 2	0:32:51	14	W20	0:32:30 * 20:48 * 12:03	6:34 min/km
78	1131	Doris Dippner	TV Vreden	0:32:53	2	W45	0:32:32 * 16:19 * 16:34	6:35 min/km
79	601	Rima Emad Mustafa Abd	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:32:57	15	W20	0:32:54 * 14:44 * 18:12	6:35 min/km
80	631	Saskia Engbers	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:14	48	WJug	0:33:02 * 16:10 * 17:03	6:39 min/km
81	635	Sheney Faraj	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:19	49	WJug	0:33:16 * 15:43 * 17:35	6:40 min/km
82	611	Kirsten Bühs	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:19	50	WJug	0:33:16 * 15:43 * 17:35	6:40 min/km
83	706	Jana Sintic	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:23	51	WJug	0:33:11 * 16:10 * 17:13	6:41 min/km
84	639	Angelika Gebel	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:32	52	WJug	0:33:26 * 16:09 * 17:22	6:43 min/km
85	636	Aminata Faye	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:33:34	53	WJug	0:33:30 * 16:10 * 17:23	6:43 min/km
86	1030	Eva Breil	Gutenberghaus	0:35:16	16	W20	0:34:53 * 17:37 * 17:38	7:03 min/km
87	1153	Ulrike Nedler	TV Vreden	0:35:36	3	W50	0:35:16 * 17:40 * 17:56	7:07 min/km
88	1128	Claudia Brundies	TV Vreden	0:35:37	3	W45	0:35:17 * 17:39 * 17:57	7:07 min/km
89	709	Romy Steverink	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:37:12	54	WJug	0:37:03 * 18:22 * 18:49	7:26 min/km
90	694	Anna-Lena Ritter	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:37:12	55	WJug	0:37:03 * 18:22 * 18:50	7:26 min/km
91	672	Lisa Lietfien	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:37:34	56	WJug	0:37:28 * 18:57 * 18:36	7:31 min/km
92	645	Ann-Kathrin Harks	Geschw. Scholl- Gymnasium	0:38:39	57	WJug	0:38:33 * 19:03 * 19:35	7:44 min/km