

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* Ergebnisliste 1 km

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 6				
1.	Weghaus, Timon	Köln	5:26	03
M 7				
1.	Feils, Ben	1.Kölner Laufstall	5:30	02
M 8				
1.	Benamer Belkacem, Lounis	Grafschaft-Ringen	4:24	01
2.	Götte, Xaver	LC Weilerswist	5:12	01
M 10				
1.	Ario, Luca	GSV Porz	4:22	99
2.	Wolfgarten, Pascal	GSV Porz	4:29	99
3.	Feils, Lucas	1.Kölner Laufstall	4:54	99
4.	Götte, Konrad	LC Weilerswist	4:56	99
5.	Weichhaus, Sönke	GSV Porz	5:07	99
M 11				
1.	Bruder-Pedroso, Rafael	Köln	4:13	98
2.	Boje, Niklas	GSV Porz	4:26	98
M 12				
1.	Villar Burgos, Yosmeily	TV Refrath	3:51	97
M 13				
1.	Frericks, Marcell	GSV Porz	3:45	96
2.	Müller, Björn	SV Bergisch Gladbach	4:06	96
3.	Zehnpfennig, Damian	Berg. Gladbach	4:30	96
W 4				
1.	Hasselweiler, Lea	Köln-Porz	5:54	05
W 9				
1.	Poschmann, Cora	Wiehl	4:49	00
W 10				
1.	Benamer Belkacem, Jasminh	Grafschaft-Ringen	6:17	99
W 11				
1.	Müller, Anke	SV Bergisch Gladbach	5:22	98
W 13				
1.	Gerke, Chiara	GSV Porz	4:35	96

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* Ergebnisliste 5 km

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 10				
1.	König, Leonard	Bad Gandersheim	30:17	99
M 11				
1.	Hünemeyer, Leon	GSV Porz	27:35	98
M 12				
1.	Rotondi, Yannic	RTB Remscheid	24:21	97
2.	Wolf, Arnold	Göttingen	29:37	97
M 13				

1. Hoppe, Johannes	GSV Porz	24:54	96
2. Koose, Heiko	GSV Porz	24:54	96
M 14			
1. Leitinger, Jan	1.FC Spich/Lauftreff	26:17	95
M 15			
1. Siedler, Julius	GSV Porz	20:39	94
M 30			
1. Van de Weyer, Stephan J.	Bunert Running Team	17:58	75
2. Sajitz, Olaf	Bunert Running Team	18:08	75
M 35			
1. Ballweg, Jörg	TSV Solingen	17:27	70
2. Carbach, Frank	Laufmonster	18:56	70
3. Weghaus, Klaus	Köln	19:29	74
M 40			
1. Kalisch, Peter	LK 42,2 St.Augustin	19:53	69
2. Schütz, Volker	BMT Beethovenpark Köln	20:49	69
3. Koch, Frank	Köln-Porz	21:56	66
4. Poschmann, Mike	Wiehl	23:43	67
5. Cichon, Jürgen	Köln-Porz	26:11	68
6. Wiesen, Rolf	THC Brühl	26:46	65
7. Vehlou, Ralf	Köln-Rath	27:13	65
8. Smirhous, Klaus	Köln-Porz	30:13	68
M 45			
1. Waldoff, Michael	ASV Köln	20:52	61
2. Rotondi, Sacha	Tura Pohlhausen	24:21	64
M 50			
1. Nitsche, Bernd	LLG St. Augustin	17:52	58
2. Schmidt, Hans-Ulrich	GSV Porz	26:00	57
3. Kroemer, Heinz-Werner	St. Augustin	26:18	59
M 55			
1. Frings, Michael	Köln	31:42	54
M 60			
1. Scharbert, Bernd	TSV Solingen	20:31	49
M 65			
1. Rust, Frank	TSV Solingen	21:27	43
2. Pacholke, Frank	Sp. RW Beuel	25:57	41
3. Stiehl, Hans-Detlev	LT Kerpen	26:35	42
M 70			
1. Kühnel, Wolfgang	Los Köln 09	29:16	35
2. Küpper, Heiner	1.FC Spich/Lauftreff	29:44	38
3. Pütz, Willi	WDR Köln Aktiv	35:14	36
M 75			
1. Mohr, Rudi	TFG Köln Nippes 1878	32:12	34
2. Schulte-Schröer, Hermann	Altenkirchen	34:27	34
W 13			
1. Exner, Lucia	GSV Porz	28:56	96
2. Wolff, Cara	GSV Porz	32:34	96
W 14			
1. Forsch, Vera	TPSK	28:56	95
W HK			
1. Kramer, Jenny	Köln	35:15	86
W 30			
1. Eggmann, Silvia	BSG Postbank Köln	30:41	78

2.	Smirnovs, Esther	Köln-Porz	33:07	75
3.	Roth, Astrid	Köln-Porz	33:10	75
W 35				
1.	Gömpel, Claudia	TV Bedburg 1927	29:21	73
2.	Gischarkowski, Pia	Köln	34:40	74
W 40				
1.	Koch, Simone	Köln-Porz	30:12	66
2.	Wolf, Rosa	Göttingen	35:53	65
W 45				
1.	Pöhler, Marion	Bergisch-Gladbach	30:39	61
2.	Kiehne, Katja	Köln	31:47	60
3.	Koch, Ursula	Köln	35:20	62
W 50				
1.	Schmidt, Rita	GSV Porz	30:47	58
W 55				
1.	Dittmann-Girndt, Monika	1.FC Spich/Lauftreff	29:07	54
W 60				
1.	Stiehl, Brigitte	LT Kerpen	29:46	47

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* Ergebnisliste 10 km

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M JgB				
1.	Taddey, Tim	Burscheid	41:56	93
M HK				
1.	Jung, Simon	Ejot Team TV Buschhütten	32:14	86
2.	Meurer, Sebastian	LC Euskirchen	34:03	86
3.	Widenka, Martin	Köln	38:21	83
4.	Kreuer, Manuel	Lindlar	38:44	80
5.	Nickol, Heiner	RSV Daadetal	39:46	84
6.	Rönn, Thomas	Malta Crew	42:45	83
7.	Hermisdorf, Tobias	Antilopen Kottenforst	46:32	81
8.	Bremer, Thilo	Niederkassel	47:12	81
9.	Arlt, Matthias	19Zwo Sportmarketing	48:04	86
10.	Klappich, Thomas	BSG Postbank Köln	50:24	82
M 30				
1.	Nolte, Benedikt	Bunert Running Team	36:30	78
2.	Kiehle, Christian	Köln	37:00	76
3.	Bach, Stefan	Hennef	38:38	77
4.	Heldt, Carsten	Wermelskirchen	39:28	77
5.	Raab, Patrick	SKP	40:44	77
6.	Scherer, Christian	Bonn	41:42	78
7.	Hock, Sebastian	SKP	43:15	79
8.	Flosbach, Simon-Sebastian	Köln-Porz	47:57	76
9.	Nentwich, Henry	Köln	50:05	77
10.	Nikolai, Vitalij	Much	53:54	76
M 35				
1.	Meyer, Irek	TV Refrath	37:45	71
2.	Lemp, Lars	Triplepain Köln	39:47	70
3.	Klappert, Andreas	Anlauf Marathonteam Siege	39:49	70
4.	Grauer, Michael	Köln	39:56	71
5.	Strelzyk, Andreas	Köln	40:34	72
6.	Herd, Martin	Köln-Porz-Zündorf	41:45	74
7.	Alexander, Christian	TV Refrath	41:46	70
8.	Höttschold, Rainer	1.FC Spich/Lauftreff	41:49	74
9.	Zerell, Mischa	Köln-Porz	42:12	71

10. Voigt, Alexander	SG USU Köln	42:39	71
11. Malcus, Gernot	Köln	44:11	74
12. Zimmermann, Martin	TC BW Hohen Neuendor	45:10	72
13. Danielowski, Karsten	Troisdorf	45:58	70
14. Hasselweiler, Frank	Hängebauch Hirsche Köln	46:03	70
15. Dietzler, Frank	BSG KSK Köln	50:04	72
16. Sommer, Arwin	Leverkusen	50:10	73
17. Philipp, Manfred	Köln-Nippes	52:56	71
18. Rese, Lars	Köln-Porz	53:11	71
19. Hirsch, Manfred	Köln	55:06	71
20. Faulhaber, Matthias	Unterwegs im Auftrage d.H	60:13	72

## M 40

1. Ajmedar, Said	SSG Königswinter	34:43	68
2. Schneider, Norbert	TuS Mechernich 1897 e.V.	36:59	68
3. Mockenhaupt, Armin	Netphen (Siegerland)"	39:31	67
4. Niekrawietz, Peter	Köln	41:32	68
5. Franken, Ralf	Hürth	41:44	66
6. Dresbach, Frank	Cologne Allblacks	42:05	67
7. Hilden, Dirk	SSK Kerpen	46:08	66
8. Schneiders, Detlev	DRSL	47:21	65
9. Schneider, Reiner	Lauflöwe 65	47:38	65
10. Wiechert, Martin	Much	47:48	65
11. Benz, Jörg	Köln-Porz	48:47	65
12. Wacker, Hennig	München	49:17	65
13. Weschenbach, Guido	Lindlar	49:48	67
14. Blumenfeld, Frank	Köln-Rath	49:49	67
15. Wolter, Heinz-Dieter	Overath	51:06	67
16. Fritzen, Hubert	Niederkassel	53:08	65
17. Droege, Thomas	Porz-Zündorf	53:09	68
18. Hänseler, Ralf	ESV Gremberghoven	58:47	69
19. Hoffmann, Michael	Schwetzingen	59:11	66
20. Witzmann, Jörg	HSV	69:03	68

## M 45

1. Fuchsgruber, Rafael	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	37:58	61
2. Pöhler, Frank	TV Refrath	39:07	62
3. Blöcker, Thomas	Meckenheim	40:54	62
4. Neitzel, Achim	LLG St. Augustin	41:05	64
5. Grebe, Rüdiger	Skiclub Olpe e.V.	41:29	61
6. Schneider, Manfred	ERGO sports Köln Langlauf	41:43	62
7. Uedelhoven, Stefan	LC Euskirchen	41:53	63
8. Natzheim, Ralf	Troisdorf	42:46	60
9. Gast, Norbert	TURA Remscheid-Süd	42:50	64
10. Olbricht, Uwe	TuS rrrh. Köln	43:36	63
11. Höhmann, Dr.Marc	Running Doctors Düx	43:54	64
12. Cremer, Jürgen	LLG 80 Nordpark Köln	44:17	62
13. Dittrich, Ulrich	Einergiekoeln.de	47:15	60
14. Grimm, Manfred	1.Kölner Laufstall	47:53	62
15. Dahlhausen, Frank	BSG Postbank Köln	48:14	61
16. May, Achim	TV Witzhelden	48:54	64
17. Fritsch, Ronald	BSG Postbank Köln	49:51	62
18. Wasserburger, Andreas	SV Bergisch Gladbach	51:28	63
19. Hollaender, Knut	Köln	51:45	63
20. Wurda, Werner	SC Fortuna Köln	52:31	60
21. Modery, Rainer	Köln-Porz	52:42	62
22. Hildebrandt, Oliver	LT Leidenhausen GSV Porz	53:04	61
23. Fitzpatrick, John	Rösrath	54:14	63

## M 50

1. Döll, Wolfgang	TSV Solingen	38:02	57
2. Funk, Rolf	Troisdorf	41:07	58
3. Ohl, Heinz-Hermann	Nümbrecht	45:53	55
4. Klein, Norbert	Köln	48:48	55
5. Dhein, Georg	THC RW Bergisch Gladbach	50:11	58
6. Schütt, Heino	Köln-Porz	50:42	59
7. Bienert, Frank	Weilerswist	52:36	57
8. Erve, Achim	Radiergummiliga.de	53:11	56
9. Brieger, Thomas	1.FC Spich/Lauftreff	54:29	56

10.	Thron, Hans-Peter	ESV Gremberghoven	56:21	57
11.	Schürmann, Ralf	Köln-Porz	58:32	59
12.	Dinslaken, Heinz-Jürgen	Hoppelala	60:15	55
M 55				
1.	Uedelhofen, Manfred	Köln	45:02	51
2.	Wollermann, Christoph	VFL Sürth	45:34	54
3.	Pohle, Gerhard	LLG St. Augustin	47:11	50
4.	Feindt, Reinhard	SG Bockenbergr 1965	47:22	50
5.	Clemens, Felix	Ottingen	49:32	53
6.	Krötze, Paul	ESV Gremberghoven	50:30	53
7.	Birk, Gottfried	FFO Ford Köln	55:55	52
8.	Schmidt, Wolfgang	FSV Mainz 05	67:44	53
M 60				
1.	Emmerich, Hans-Christoph	ESV Gremberghoven	53:46	49
2.	Herd, Dr. Carlo	Avanti Köln	54:21	49
3.	Detmer, Hanspeter	Kölner Roll-Möpfe	57:04	46
4.	Oster, Christoph	Antilopen Kottenforst	57:16	46
5.	Orsag, Otmar	ASV Wesselin 1985 e.V.	59:35	49
6.	Gräter, Kurt	Blackfoot Cologne	65:44	48
M 65				
1.	Jacobs, Kurt	Pulheimer SC	47:37	40
2.	Debald, Volker	ASV Wesselin 1985 e.V.	48:03	44
3.	Meyer, Werner	TTG 77 Radevormwald	50:16	41
4.	Reinartz, Heinrich	LG Eifel Runner`s	50:57	43
M 70				
1.	Christophel, Werner	TSV Weiss-Köln	46:29	35
2.	Schoss, Manfred	LLG 80 Nordpark Köln	50:59	38
W Jun				
1.	Völk, Silke	LC Euskirchen	41:53	88
W HK				
1.	Richter, Judith	SSV Bonn Triathlon	47:28	84
2.	Lenthe, Gisa	Niederkassel	51:07	83
3.	Oster, Laura	Antilopen Kottenforst	53:01	83
4.	Eibel, Angi	Köln	53:43	81
5.	Oster, Silvia	Antilopen Kottenforst	57:32	81
W 30				
1.	Rabenschlag, Sandra	TV Refrath	43:50	75
2.	Sporin, Zyrafete	TV Refrath	47:56	78
3.	Siegert, Doreen	TuS 1882 Opladen e.V.	51:10	78
4.	Fitzpatrick, Iris	Rösrath	54:57	77
5.	Weghaus, Carmen	Köln	56:02	77
6.	Ramm, Christina	Quäl Dich Du Sau e.V.	58:54	75
7.	Puppe, Anja	Köln	60:13	77
W 35				
1.	Lamboy, Petra	Köln	50:36	71
2.	Jaeschke, Sandra	Lohmar	54:25	71
3.	Birk, Nicole	Quäl Dich Du Sau e.V.	58:58	70
4.	Kafzyk, Anne	Köln-Porz	60:07	70
5.	Kraus, Sonja	Frechen	60:29	73
6.	Hahlweg, Hildegard	ASG Elsdorf	63:14	73
7.	Witzmann, Susanne	HSV	69:03	73
8.	Noras, Britta	Köln-Porz	73:31	73
W 40				
1.	Zündorf, Sigrid	Meckenheim	42:34	65
2.	Dünner-Waßerburger, Ruth	SV Bergisch Gladbach	46:11	65
3.	Unshelm, Catrin	Quäl Dich Du Sau e.V.	46:16	68
4.	Poensgen, Kelly	VTG Köln	46:24	66
5.	Meyer, Heidi	SSF Bonn	48:13	68
6.	Rese, Angelika	Köln-Porz	53:10	69
7.	Wenzel, Lucia	ASV Köln	55:32	65

8. Modery, Petra	Köln-Porz	56:10	68
9. Südmeyer, Annette	Köln	63:35	69
10. Meyer, Renate	SSF Bonn	64:57	68
11. Wolf, Petra	Medivital	65:07	65
12. König, Irina	Bad Gandersheim	65:53	66
13. König, Marina	Bad Gandersheim	65:54	66
14. Georgiadis, Sigrid	Köln-Porz	69:56	67

## W 45

1. Mußeler, Gisela	Troisdorf	42:02	64
2. Rentergent, Carola	SG Zons	44:34	63
3. Risch, Judith	Köln	45:35	60
4. Neitzel, Birgit	LLG St. Augustin	53:53	63
5. zur Muehlen, Gabi	Leverkusen	54:00	62
6. Drees, Bärbel	Köln	55:12	64
7. Popken-Froeschle, Claudia	Köln-Porz	56:44	63
8. Ditzler, Brigitte	SSF Bonn	58:18	62
9. Krams, Sabine	Wiehl	60:58	64

## W 50

1. Jansen, Dr. Marion	TSV Weiss-Köln	45:27	57
2. Knabe, Sylvia	LG Rhein-Erft	46:37	59
3. Rohrmoser, Felicitas	Laufmariechen Köln	60:53	56
4. Aldenhoven, Gabriele	Köln-Porz	69:01	57

## W 55

1. Wegner, Elisabeth	Köln	55:44	50
2. Ayche, Karin	Köln	60:56	54
3. Hajek, Verena	LG Donatus Erftstadt	63:13	52
4. Orsag, Wilma	ASV Wesselin 1985 e.V.	63:13	50
5. Kordeuter, Jutta	MediVital Bergheim	71:39	54

## W 60

1. Pöll, Gisela	Köln	60:48	46
-----------------	------	-------	----

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* Ergebnisliste 21,1 km

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M JgB				
1.	Fourn,, Fabian	Langerwehe	1:49:21	92
M Jun				
1.	Koch, Thomas	Köln-Porz	1:57:10	89
M HK				
1.	Belda, Sebastian	Köln	1:31:24	84
2.	Meißner, Marcel	Wuppertal	1:57:36	80
3.	Landmwesser, Torsten	Wuppertal	2:02:51	86
M 30				
1.	Kruse, Tobias	LT Karlsruhe	1:24:42	78
2.	Fink, Daniel	Laufmonster	1:33:15	79
3.	Willuweit, Tobias	TB Rheinhausen	1:35:42	78
4.	Model, Kay	Köln	1:45:54	79
5.	Schreiner, Frank	Köln	1:46:28	78
6.	Helmstädter, Victor	Köln	1:51:40	77
7.	Huber, Eduard	Siegen	1:53:05	79
M 35				
1.	Skopnik, Manuel	TV Refrath	1:17:38	72
2.	Carbach, Frank	Hürth	1:26:55	70
3.	Klein, Holger	Anlauf Marathonteam Siege	1:27:48	72
4.	Oberndörfer, Martin	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	1:28:12	72
5.	Prömpler, Marcel	Sportfreunde Anstel	1:37:30	73
6.	Erpenbach, Alexander	Troisdorf	1:38:07	74

7. Weghaus, Stephan	Köln	1:42:47	72
8. Ackermann, Detlev	LG ASV DSHS Köln	1:43:34	70
9. Höver, Rene	SSF Bonn	1:45:14	71
10. Hundgeburth, Eduin	Allein,Allein	1:45:26	72
11. Krapohl, Sven	Köln	1:46:49	74
12. Langwald, Robert	Dormagen	1:51:34	73
13. Hakim, Mark	Herzogenrath	1:52:47	73
14. Gremmel, Jens	Veeddelfighters.de	1:54:54	72
15. Rabenschlag, Andreas	Bergisch-Gladbach	1:55:24	70
16. Andres, Andreas	Köln-Rath	2:06:01	72
17. Schöttker, Oliver	Lindlar	2:25:42	74

## M 40

1. Kuchendorf, Andreas	Langenfeld	1:20:52	65
2. Arey, Paulos	LG Wuppertal	1:21:51	69
3. Engelhardt, Kai	Laufmonster	1:28:31	67
4. Liebegott, Frank	Alfterer SC	1:31:41	65
5. Leenen, Ulrich	Neuß	1:35:19	65
6. Krüger, Dirk	Bergisch-Gladbach	1:40:54	65
7. Enzenauer, Rolf	Help This Man	1:42:35	65
8. Gimbarov, Sergej	Köln	1:46:04	66
9. Carl,, Thomas	Köln	1:46:26	69
10. Schiffer, Volker	Der will nur spielen	1:48:34	67
11. Stiefel, Horst	Die Elche Köln	1:52:06	66
12. Gaeb, Christian	Köln-Porz	1:54:14	67
13. Hensellek, Frank	Porz-Eil	2:04:18	67
14. Krüger, Jörg	Lindlar	2:09:55	67

## M 45

1. Stephan, Matthias	SSG Königswinter	1:24:50	63
2. Messner, Michael	Brühler TV 1879	1:27:14	62
3. Heider, Rolf	Köln	1:33:05	63
4. Dudley, Richard-James	Frontrunner Cologne	1:34:07	61
5. Speitmann, Wolf	Rauchende Socken Wiehl	1:37:48	63
6. Arens, Norbert	Merlin-Runners	1:38:20	63
7. Knepper, Michael	Marathon Mülheim	1:38:20	63
8. Podzus, Horst	Overath	1:39:43	61
9. Scheidler, Uwe	Solorunners	1:40:32	63
10. Euler, Michael	Mimavoca Langel	1:43:47	64
11. Koch, Michael	Köln-Porz	1:44:53	60
12. Werner, Horst	Köln	1:51:00	63
13. Breidenbach, Reinhard	Running Divers	1:52:05	61
14. Heuschötter, Klaus	Fifty Minutes	1:52:28	64
15. Knieper, Bernd	Leverkusen	1:54:11	60
16. Zimmermann, Ingo	Köln	2:00:06	62
17. Harrer, Mario	BSG Evonik Wesseling	2:05:30	60
18. Wolf, Axel	Göttingen	2:06:23	64
19. König, Dewi	Bad Gandersheim	2:13:59	63

## M 50

1. Rongen, Matthias	Niederkassel	1:35:23	59
2. Nikelowski, Norbert	Marathonfreunde Porz Ense	1:40:27	58
3. Schultheiß, Volker	Kerpen	1:41:35	56
4. Marx, Karl-Alexander	LT Zündorf	1:42:22	55
5. Peikert, Alexander	Brücker Lauffreunde	1:42:25	56
6. Polte, Ralf	Haan	1:44:28	59
7. Schmidt, Uwe Hermann	IG Blocksberg e.V.	1:45:02	56
8. Oppermann, Axel	Köln	1:45:34	56
9. Vering, Wilfried	LT Leidenhausen GSV Porz	1:50:09	58
10. Kemper, Thomas	Köln	1:53:37	57
11. Ciernioch, Dieter	Niederkassel	1:55:31	58
12. Haas, Achim	Mausbach	2:07:30	57
13. Kappe, Dietmar	Ugand Waragi	2:10:34	59
14. Hainski, Wolfgang	Bergisch Born	2:26:39	57

## M 55

1. Pankratz, Klaus-G.	Pulheim	1:45:24	52
2. Orth, Hermann-Josef	TV Hoffnungsthal o7	1:46:13	50
3. Silah, Sami	Köln	1:55:31	50

4. Pütz, Wolfgang	LG Flotte Socke Poll	1:58:44	50
5. Werres, Bernhard	1.Kölner Laufstall	2:07:52	51
M 60			
1. Engels, Herbie	TuS rrrh. Köln	1:21:09	48
2. Geus, Karl-Heinz	Frechen	1:45:07	49
3. Böttcher, Werner	SC Fortuna Bonn	2:09:31	46
M 65			
1. Steinke, Gerhard	Köln	1:54:55	42
2. John, Gerd	Marathon-Team KVB Köln	1:59:24	41
3. Baum, Dr.Clemens	Bergisch-Gladbach	2:03:32	41
M 70			
1. Müller, Clemens	TuS rrrh. Köln	1:47:20	38
2. Marakas, Frank	Köln	1:58:51	39
W JgA			
1. Kahl, Lea	TV Großbottar	2:19:19	90
W HK			
1. Günther, Marlen	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	1:28:32	83
2. Küpper, Mirjam	Berg. Gladbach	2:06:00	82
W 30			
1. Durry, Sihone	LT Rennhamster	1:37:32	75
W 35			
1. Roth, Heike	Köln-Porz	1:58:44	70
2. Kutschildgen, Alice	Köln-Porz	2:03:06	72
3. Schöttker, Sandra	Lindlar	2:25:41	74
W 40			
1. Ortega Sawal, Tanja	MTG Horst	1:35:18	68
2. Lidmila, Monika	Düsseldorf	1:36:08	67
3. Ahrens, Heike	BSG Stadt Köln	1:54:24	65
4. Weise, Silke	Köln	2:06:06	69
W 45			
1. Jerosch, Marianne	Bergheim	1:40:52	61
2. Matar,, Birgit	TPSK	1:50:22	62
W 50			
1. Rotscheidt, Doris	Fifty Minutes	2:03:56	58
W 55			
1. Mann, Irmgard	TV Bitburg	1:52:40	50

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* 5 km Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M 75				
1.	Meyer, Adi	Brühler TV 1879	36:00	34
W 45				
1.	Voigt, Gabi	Pulheim	40:20	60
W 55				
1.	Hünseler, Heidi	Marathon-Freunde Köln-Ens	41:00	50

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* 5 km Nordic Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				

M 50				
1.	Hermann, Klaus	Köln	37:45	57
M 60				
1.	Auweiler, Hermann	Nordic-Walkingtreff GSV P	38:39	48
M 65				
1.	Rex, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	43:42	40
W 30				
1.	Hasselweiler, Sandra	Köln-Porz	39:52	76
W 40				
1.	Brausen, Anja	Nordic-Walkingtreff GSV P	43:40	66
W 45				
1.	Schultheiß, Eveline	Kerpen-Brüggen	41:57	60
2.	Kramer, Beate	Köln	43:09	61
W 50				
1.	Rex, Ursel	Nordic-Walkingtreff GSV P	39:45	55
2.	Haas, Helga	LG Stolberg	41:50	58
W 55				
1.	Frentrup, Helga	Nordic-Walkingtreff GSV P	43:41	51
W 65				
1.	Kessner, Dagmar	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:32	42
2.	Asbeck, Heidi	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:15	42
3.	Walter, Erina	Nordic-Walking GSV Porz	46:20	42
W 70				
1.	Rothe, Inge	Nordic-Walkingtreff GSV P	43:43	38

GSV Porz - Rund um Zündorf & Langel 19.04.2009 \* 10 km Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 45				
1.	Löhrmann, Ingo	HAT-Köln	1:09:40	60
2.	Volkmer, Rainer	LT Sommersberg	1:09:54	61
M 50				
1.	Döring, Uwe	HAT-Köln	1:04:40	58
M 55				
1.	Biesenbach, Roger	LTD Köln-Dellbrück	1:10:10	52
M 65				
1.	Schnelting, Dieter	LT/WT Schöllerhof	1:09:41	44
M 70				
1.	Hennecke, Manfred	LT/WT Schöllerhof	1:29:24	36
W 45				
1.	Weber, Pia	Köln-Porz	1:17:27	64
2.	Kümmeler, Sabine	LT Sommersberg	1:17:57	62
W 50				
1.	Mari-Escandell, Ursula	Köln-Porz	1:17:32	57
2.	Neugebauer, Karin	LT/WT Schöllerhof	1:26:05	59
W 55				
1.	Lammermann, Helene	Bergheim	1:17:07	50

2. Arand, Resi	LT/WT Schöllerhof	1:22:45	54
3. Hünseler, Heidi	Marathon-Freunde Köln-Ens	1:24:00	50
4. Pieper, Brigitte	LT/WT Schöllerhof	1:26:06	54
W 65			
1. Schulbert, Renate	LT Schöllerhof	1:16:59	40
2. Schnelting, Karin	LT/WT Schöllerhof	1:22:46	42
3. Hansen, Elke	LT/WT Schöllerhof	1:26:22	42
W 75			
1. Schluck, Elfriede	LT/WT Schöllerhof	1:26:07	34

## GSV Porz - Rund um Zündorf &amp; Langel 19.04.2009 \* 10 km Nordic Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 50				
1.	Jerosch, Arnold	Bergheim	1:14:53	59
2.	Hermann, Klaus	Köln	1:15:12	57
M 60				
1.	Auweiler, Hermann	Nordic-Walkingtreff GSV P	1:19:28	48
M 70				
1.	Zühlsdorf, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	1:15:07	37
W 45				
1.	Schultheiß, Eveline	Kerpen-Brüggen	1:30:16	60
W 50				
1.	Dinslaken, Marita	Motorradfrauen MG	1:23:46	56
2.	Klein, Bärbel	Köln	1:29:34	55
W 55				
1.	Simon, Silvia	LG Flotte Socke Poll	1:21:34	51
W 70				
1.	Zühlsdorf, Erna	Nordic-Walkingtreff GSV P	1:18:30	39