

## 37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis 1.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 6				
1.	Berghausen, Justus	Köln-Porz	4:58	03
2.	Waderna, Marlon	GSV Porz	5:01	03
3.	Benkert, Maximilian	GSV Porz	6:41	03
M 7				
1.	Scheilz, Sven	TV Neunkirchen 1908	4:23	02
2.	König, Janathan	GSV Porz	5:00	02
3.	Kreutz, Florian	GSV Porz	5:00	02
M 8				
1.	Kaufmann, Justus	VFL Engelskirchen	3:42,1	01
2.	Buchmann, Jan	GSV Porz	4:46	01
3.	Gummer, Arthur	GSV Porz	4:58	01
M 9				
1.	Hinz, Oliver	GSV Porz	4:39	00
2.	Ghabri, Amin	GSV Porz	4:42	00
3.	Kaminski, Kai	GSV Porz	5:01	00
M 11				
1.	Sommer, Tobias	SV Bergisch Gladbach	3:42	98
M 12				
1.	Abt, Leo	Köln-Porz	6:44	97
2.	Voosen, Dominik	Köln-Porz	6:57	97
W 6				
1.	Stollenwerk, Alina	Iliteras	6:42	03
W 7				
1.	Beßlich, Franziska	GSV Porz	5:13	02
W 8				
1.	Berghausen, Malin	GSV Porz	5:12	01
2.	Schiel, Leandra	GSV Porz	6:24	01
W 9				
1.	Schürhoff, Joy	GSV Porz	4:50	00
W 10				
1.	Altuntas, Cansel	GSV Porz	8:14	99
W 13				
1.	Cerke, Chiara	GSV Porz	4:45	96
W 15				
1.	Diawuoh, Barbara	VFL Engelskirchen	4:02	94

## 37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis 5.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 10				
1.	Högner, Lukas	Korschenbroich	28:58	99
M 11				
1.	Vidal, Luis	LG ASV DSHS Köln	21:35	98
2.	Nottelmann, Daniel	Köln-Porz	24:07	98
3.	Boje, Niklas	GSV Porz	24:29	98
4.	Hünemeyer, Leon	GSV Porz	29:52	98

M 12				
1.	Manderla, Kevin	Leopold-Soes-Realschule	21:10	97
2.	Badtke, Baradon	Leopold-Soes-Realschule	24:03	97
3.	Thomanowski, Raphael	GSV Porz	24:28	97
M 13				
1.	Jans, Simon	TLV Germania Überraehr	20:38	96
2.	Vulpe, Andreas	TLV Germania Überraehr	22:28	96
M 14				
1.	Möller, Niko	TLV Germania Überraehr	20:54	95
M 15				
1.	Siedler, Julius	GSV Porz	21:06	94
2.	Schneider, Fabian	Leopold-Soes-Realschule	21:27	94
3.	Schmitz, Tim	SSF Bonn Triathlon	22:35	94
4.	Voosen, Sascha	Köln-Porz	25:04	94
M JgB				
1.	Palm, Leonhard	SSF Bonn	18:11	92
2.	Hesemann, Luis	SSF Bonn Triathlon	18:13	92
3.	Hardt, Marvin	TV Refrath	18:34	92
4.	Schmitz, Alex	SSF Bonn Triathlon	19:14	92
5.	van de Loo, Robin	SSF Bonn Triathlon	19:24	92
M JgA				
1.	Krüger, Artur	GSV Porz	23:05	91
M Jun				
1.	Wagner, Sebastian	TV Refrath	17:23	88
M HK				
1.	Gröppel, Till	Pulheimer SC	18:43	82
2.	Rutzen, Tim	FC Köln	25:49	81
M 30				
1.	Bollmann, Carsten	Kerzenburg e.V.	22:04	79
2.	Brito, Pablo	Düsseldorf	27:27	75
M 35				
1.	Meyer, Irek	TV Refrath	17:35	71
2.	Preuss, Alexander	VFL Engelskirchen	18:40	74
3.	Lotz, Dirk-Henning	TV Refrath	20:50	74
4.	Koch, Ingo	Borener SV	30:05	73
M 45				
1.	Redlich, Michael	VFL Engelskirchen	19:27	61
2.	Meyer, Oliver	LeoGoesRunning Team	22:02	63
3.	Kühnel, Manfred	BSG Postbank Köln	22:05	63
4.	Kesting, Jörg	Bonn	22:09	64
5.	Simons, Guido	SSG Königswinter	22:55	63
6.	Bonikowski, Matthias	Erfstadt	25:01	63
M 50				
1.	Wüster, Bernd	Tri Power Rhein Sieg	22:19	59
2.	Rohde, Bernd	Eintracht Hoffnungsthal	25:23	55
3.	Schmidt, Hans-Ulrich	GSV Porz	25:42	57
4.	Butzen, Ferdi	SSZ Köln-Wahn	30:19	57
5.	Voosen, Peter	Köln-Porz	32:59	59
M 60				
1.	Neudeck, Bodo	TV Uftort Eick	22:58	49
M 65				
1.	Gärtner, Dieter	TV Refrath	22:47	43
2.	Barthel, Hartmut	FC Ford Niehl	26:12	40
3.	Möser, Wolfgang	Alfterer SC	26:45	41
4.	Stiehl, Hans-Detlev	LT Kerpen	27:10	42
M 70				
1.	Kühnel, Wolfgang	Los Köln 09	29:52	35
2.	Meyer, Otto	Kall	33:29	37

M 75				
1.	Koppatsch, Wolfgang	LLG St. Augustin	24:08	32
2.	Weilandt, Stephan	Bensberg	27:40	34
3.	Mohr, Rudi	TFG Köln Nippes 1878	31:14	34
W 11				
1.	Vidal, Ana	LG ASV DSHS Köln	23:57	98
W 12				
1.	Küpper, Johanna	LC Euskirchen	20:15	97
2.	Simons, Sofia	SSG Königswinter	22:54	97
W 14				
1.	Velten, Lena	SSF Bonn Triathlon	23:20	95
2.	Döring, Luisa-Sophie	TLV Germania Überruhr	26:18	95
W JgB				
1.	Groll, Zitale	SSF Bonn Triathlon	22:31	92
2.	Minnemann, Felicitas	SSF Bonn Triathlon	24:59	92
W JgA				
1.	Malter, Katharina	SSF Bonn Triathlon	19:32	91
W Jun				
1.	Spieler, Ann-Kristin	TSV Hornhausen	25:53	89
2.	Franzke, Lisa Katharina	Köln	29:21	88
W HK				
1.	Redlich, Daniela	TuS Weiershagen	25:06	82
2.	Morjaschov, Natalia	Borener SV	30:04	85
W 30				
1.	Viebahn, Christl	TV Refrath	17:54	76
2.	Basinski, Yola	TV Refrath	24:25	75
3.	Renn, Mandy	AachenerMünchener	33:50	79
4.	Thiel, Sabine	Köln	37:58	75
W 35				
1.	Brenner, Anke	SSF Bonn Triathlon	20:12	70
2.	Montasser, Claudia	Köln	37:57	71
W 40				
1.	Knabe, Bärbel	SF Troisdorf	25:51	66
W 45				
1.	Knipp-Diawuoh, Helga	VFL Engelskirchen	23:00	61
2.	Meyer, Silvia	LeoGoesRunning Team	33:28	64
3.	Voosen, Birgit	Köln-Porz	33:46	64
4.	Conee, Petra	AachenerMünchener	33:49	62
5.	Abt, Christa	Köln-Porz	33:53	62
6.	Müller, Eyelyn	Köln	34:05	62
W 50				
1.	Schmidt, Rita	GSV Porz	30:18	58
2.	Windscheif, Christel	Köln-Porz	31:36	58
W 60				
1.	Stiehl, Brigitte	LT Kerpen	31:35	47
2.	Fischer, Gisela	Kürten-Bechem	32:26	46

37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis 10.000 m

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

M 13  
1. Atamury, Huseyin FC Deut. Post AG 55:15 96

M 14  
1. Weike, Marcel Niederkassel 62:08 95

M JgB

1. Ralenovsky, Arthur	TV Refrath	36:13	93
M JgA			
1. Butz, Gerrit	Köln-Porz	44:20	91
2. Rastgou, Peyman	TSV Bayer o4 Leverkusen	46:15	90
3. Wolf, Philipp	Köln	49:33	90
4. Inken, Erk	Köln	54:05	90
M Jun			
1. Haag, Sven	TV Refrath	33:54	89
2. Neumann, Lennart	Spartak Neumann	38:48	89
3. Meyer, Sebastian	Köln	41:56	89
4. Naujoks, Philipp	Köln	43:20	88
5. Schumacher, Fabian	Sporthochschule Köln	43:42	88
6. Feitz, Manuel	DSHS Köln	43:56	88
7. Franke, Hendrik	Spoho	43:58	88
8. Coch, Nils-Dominik	Köln	44:01	88
9. Gesswein, Phillip	Köln	44:12	89
10. Reichert, Lukas	Linnich	44:48	89
11. Hufschmidt, Benjamin	Köln	44:49	88
12. Schaer, Tim	TuS Wesseling	45:14	89
13. Zäh, Johannes	DSHS Köln	45:19	88
14. Brinkmann, Henning	Köln	45:32	89
15. Freund, Tobias	Köln	45:33	88
16. Rahe, Simon	DJK Wilhelmshaven	46:00	88
17. Westermann, Sven	Krefeld	46:11	88
18. Schermuly, Christian	Gückingen	46:21	88
19. Brinkmann, Alexander	Düsseldorf	47:02	88
20. Buber, Nils	Düsseldorf	47:03	89
21. Reissig, Tobias	Köln-Porz	47:04	89
22. Giel, Thomas	SF Hamborn 07	47:04	89
23. Hartenstein, Max	Köln	47:16	88
24. Pieper, Dennis	DSHS Köln	47:18	88
25. Hermann, Benedikt	DSHS Köln	47:33	89
26. Ester, Linus	Köln-Zollstock	47:36	88
27. Stallecker, Stefan	DSHS Köln	47:40	88
28. Weber, Sebastian	Euskirchen	47:51	89
29. Murach, Arne	Köln	48:01	89
30. Pfeifer, Daniel	Köln	48:04	88
31. Gonsma, Christopher	Köln	48:14	89
32. Bold, Andreas	Waldfischbach-Burgalben	48:35	89
33. Bsdurek, Pascal	HGV Hürth-Gleuel	48:48	88
34. Eich, Sebastian	Nieder-Olm	48:55	88
35. Brozovic, Robert	Köln	49:09	89
36. Afrifar, Anas	DSHS Köln	49:31	88
37. Bachmann, Lukas	Köln	49:51	88
38. Browarzik, Jurek	Köln	51:51	89
39. Schmitz, Florian	DSHS Köln	53:43	88
M HK			
1. Winterholler, Andreas	TV Refrath	33:03	83
2. Osten, Christian	Brühler TV 1879	34:46	84
3. Herrmann, Roman	Großschafhausen	37:15	80
4. Schinz, Markus	TV Refrath	37:32	87
5. Kreuer, Manuel	Lindlar	37:50	80
6. Frehe, Timo	RTC Frechen 1980	38:43	80
7. Paulsen, Dirk	Köln	38:51	83
8. Nagel, Matthias	Köln	39:20	80
9. Meister, David	Wiesbaden	40:26	81
10. Grunert, Matthias	Erfstadt	40:42	84
11. Hegenbart, Carsten	Köln	42:32	80
12. Schuster, Fabian	Köln	42:34	82
13. Civale, Luca Julian	SSV Förste e.V.	42:41	87
14. Elsner, Benjamin	Köln	42:47	87
15. Glanz, Joshat	Essen	44:58	87
16. Roggan, Dirk	DSHS Köln	45:15	84
17. Wohlleben, Jan	Köln	45:32	87
18. Raiber, Philipp	DSHS Köln	46:32	87
19. Peters, Christopher	Herscheid	46:37	86
20. Tamm, Manuel	Köln	46:48	86
21. Bierwirth, Lars	Köln	46:48	85
22. Kipping, Christopher	Köln	47:00	84
23. Schleich, Arvid	DSHS Köln	47:04	86
24. Schropp, Alexander	DSHS Köln	47:10	83

25. Felder, Felix	Brühl	47:16	87
26. Schwesig, Peter	Köln	47:45	83
27. Bardonner, Nico	HSG Erbach/Dorf	47:58	87
28. Rundio, Michael	Köln	48:15	83
29. Trost, Caspar	Projekt 1.0	48:16	87
30. Bode, Lars	Köln	48:17	84
31. Fickenscher, Florian	Hürth	48:18	87
32. Klug, Nico s	Köln	48:19	83
33. Hermsdorf, Tobias	Antilopen Kottenforst	48:22	81
34. Schell, Timon	Köln	48:29	84
35. Kadlec, Daniel	TV Erbach 03	48:36	87
36. Funken, Johannes	Dürener TV 1847	48:56	85
37. Eling, Jörn	LG Kindelsberg	49:43	84
38. Schmidt-Preuß, Christian	Bonn	51:09	87
39. Möllers, Thomas	SCC Coesfeld	54:23	87
40. Basten, Dirk	Köln	55:51	83
41. Richartz, Michael	Leverkusen	58:09	83

## M 30

1. Kreußler, Thomas	Running Team Herzberg	41:13	79
2. Hoffmann, Christian	LV Pal	42:12	78
3. Merkl, Steffen	Köln	45:57	79
4. Wellen, Sven	Monheim am Rhein	48:34	79
5. Staffelstein, Jan	JAS-Express	49:00	77
6. Simons, Mirco	Turnerschaft Grefrath	49:51	78
7. Huxoll, Robert	Köln	50:51	75
8. Stollenwerk, Thomas	Köln-Porz	58:48	76

## M 35

1. Gronewold, Thomas	TV Refrath	35:16	70
2. Block, Martin	TV Refrath	37:34	73
3. Klappert, Andreas	Anlauf Siegen	39:29	70
4. Klein, Holger	Anlauf Siegen	40:10	72
5. Stinn, Frank	VFL Engelskirchen	41:16	70
6. Holst, Stephan	BSG Rheinpark e.V.	42:37	73
7. Löchelt, Martin	Köln	42:57	73
8. Bekel, Lars	Köln	43:28	74
9. Kaiser, Daniel	Köln	44:09	72
10. Brors, Stefan	TIE Breack Troisdorf	46:23	71
11. Stoß, Dirk	Monster AG	48:17	71
12. Bollin, Sven-Stefan	AachenerMünchener	50:04	73
13. Köhler, Harald	Köln	51:03	72
14. Högener, Oliver	Korschenbroich	52:08	70
15. Philipp, Manfred	Die Gildenwölfe	55:24	71
16. Peters, Mark	Rheinbach	58:58	72

## M 40

1. Koller, Martin	TV Refrath	35:57	66
2. Lieder, Dirk	TSV Dieringhausen	37:27	69
3. Lennartz, Burkhard	LLG St. Augustin	37:38	67
4. Schneider, Thomas	LG REWE Power	37:55	69
5. Gläßer, Harald	Laufmonster Köln	38:15	68
6. Gutinger, Dr.Christoph	BSG Bund Berlin	38:48	69
7. Wolsiffer, Frank	Kerpen	39:34	65
8. Salmon, Heiko	Mechernich	41:57	66
9. Notarius, Frank	Erfstadt	42:43	68
10. Kalisch, Peter	ASV Sankt Augustin	42:49	69
11. Frielingsdorf, Oliver	Köln	43:33	69
12. Adam, Dieter	Köln	43:54	65
13. Dresbach, Frank	Cologne Allblacks	43:54	67
14. Blumenfeld, Frank	Köln	44:59	67
15. Dietrich, Andreas	LeoGoesRunning Team	46:13	67
16. Müller, Harald	LLG St. Augustin	46:52	67
17. Claeßen, Jens	Köln	46:56	67
18. Schepers, Thomas	1.Kölner Laufstall	47:56	65
19. Jacob, Dr.Michael	JAS-Express	49:01	65
20. Walpert, Jens	Tischlerei Walpert	49:02	66
21. Schulz, Torsten	1.FC Spich/Lauftreff	49:08	68
22. Pagers, Sven	ESV Gremberghoven	49:30	66
23. Gerschau, Dirk	Wiehl	50:00	68
24. Hochkirchen, Frank	Brühl	50:10	67
25. Sommerfeld, Karl-Heinz	Köln-Porz	53:32	66
26. Jonuschat, Jörg	Much	53:51	66
27. Wiesen, Rolf	Brühl	56:22	65

28. Henry, Markus	BSG Leybold	57:26	67
29. Seeland, Thomas	Leichlingen	61:28	69
30. Hoffmann, Michael	Schwetzingen	63:29	66

## M 45

1. Jahner, Detlef	Wiehltaler LC	36:01	64
2. Heuschen, Dirk	TV Refrath	36:10	64
3. Schneider, Thomas	SSG Königswinter	36:20	62
4. Lieth, Udo	TV Refrath	36:25	63
5. Wölfel, Wilhelm	TuS Weiershagen	37:44	60
6. Adamczyk, Klaus	Köln	41:11	64
7. Lange, Harald	Kerpen	41:21	62
8. Dias Da Silva, Jose Carlo	PT-Faria	41:32	61
9. Eschbach, Ralf	VFL Engelskirchen	41:57	63
10. Uedelhoven, Stefan	LC Euskirchen	42:20	63
11. Cremer, Jürgen	LLG 80 Nordpark Köln	43:04	62
12. Manthei, Christian	Meckenheim	43:37	62
13. Schmitz, Jochen	Schalke 04	43:41	64
14. Schefczik, Andreas	Wülfrath	43:53	64
15. Dürr, Oliver	Bonn	46:43	64
16. Hauser, Peter	Fifty Minutes	47:47	62
17. Agan, Kunter	1.Kölner Laufstall	47:54	64
18. Scherbaum, Ralph	LTD Köln-Dellbrück	48:25	64
19. Grimm, Manfred	1.Kölner Laufstall	48:45	62
20. Werner, Horst	Köln	49:32	63
21. Gieraths, Hans-Peter	LT SV Westum	50:09	62
22. Heuschötter, Klaus	Turbo-Tiger	50:32	64
23. Wolf, Ralf-Uwe	Erftstadt	51:04	64
24. Fritsch, Ronald	BSG Postbank Köln	52:30	62
25. Senol, Kenan	Köln-Porz	53:11	61
26. Wurda, Werner	SC Fortuna Köln	53:41	60
27. Vidal, Miguel	Köln	61:08	63
28. Hoffmann, Michael	Von 0 auf 42	61:53	62
29. Lopez de Quintana, Alfons	Köln	64:00	61
30. Schönberger, Peter	Köln-Porz	65:53	64

## M 50

1. Paulitschke, Wilfried	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	35:24	57
2. Kroehnert, Klaus	TSV Weiss-Köln	39:18	58
3. Tesch, Norbert	LLG St. Augustin	39:34	59
4. Borsbach, Hermann-Josef	TV Hoffnungsthal o7	43:12	59
5. Krömer, Heinz-Werner	1.FC Spich/Lauftreff	45:48	59
6. Bienert, Frank	Weilerswist	49:19	57
7. Gottschling, Klaus	Königsforst Marathon	49:21	59
8. Heidchen, Michael	LeoGoesRunning Team	49:56	55
9. Weike, Udo	Niederkassel	50:54	57
10. Thron, Hans-Peter	ESV Gremberghoven	53:49	57
11. Nagel, Jörg-Robert	TB-Burgsteinfurt	53:52	56
12. Maczkiewicz, Arnold	LC Euskirchen	55:45	55
13. Buntbroich, Albert	Lichtgeschwindigkeit	63:28	58
14. Lang, Milan	Sulzburg-Laufen	65:37	57

## M 55

1. Pohle, Gerhard	LLG St. Augustin	44:22	50
2. Kölzer, Ulrich	TRianertaler me-sport	45:46	51
3. Feindt, Reinhard	SG Bockenberg 1965	45:47	50
4. Pniewski, Bernd	Köln	46:38	54
5. Herrndorf, Norbert	Köln	52:12	54

## M 60

1. Schäfer, Hans	LC Euskirchen	41:10	48
2. Schlunzig, Ralph	Rhein-Erft-Akademie	46:42	49
3. Froböse, Ingo	BSG Delphi Draka Wupperta	50:36	47
4. Schewiola, Hans	Erftläufer	55:11	49
5. Gröppel, Frank	Pulheimer SC	56:26	49
6. Oster, Dr.Christoph	Antilopen Kottenforst	58:50	46
7. Orsag, Otmar	ASV Wesseling 1985 e.V.	64:32	49
8. Feige, Manfred	Köln	65:58	47

## M 65

1. Krüger, Gerhard	TV Refrath	45:49	40
2. Fischer, Hermann-Josef	TV Voiswinkel 1919 e.V.	52:48	44
3. John, Gerd	1.Niehler LT/Die Gilden W	52:48	41
4. Baum, Dr.Clemens	Bergisch-Gladbach	57:55	41

M 70				
1.	Christophel, Werner	TSV Weiss-Köln	45:59	35
2.	Müller, Clemens	TuS rrrh. Köln	50:25	38
3.	Bumiller, Wilhelm	Köln	50:53	36
4.	Brunner, Ulrich	Köln	52:33	37
W JgA				
1.	Ohrem, Silke	Frechen	49:19	91
2.	Borowski, Sina	Köln	50:57	90
3.	Lotze, Kristina	Köln	50:58	91
4.	Behrens, Svenja	MTV Jever	51:46	90
5.	Kuchenbecker, Lilo	Köln	53:42	90
6.	Gressler, Nadja	DSHS Köln	53:58	90
7.	Gras, Anja	TV Bliesen	53:59	90
8.	Bachmann, Josefin	Köln	54:03	90
9.	Iyinboh, Kekema	Köln	54:08	90
10.	Hedderich, Ann-Kathrin	DSHS Köln	54:22	90
11.	Berndt, Theresa	Eschweiler	58:12	90
12.	Brandt, Jasmin	VFL Bad Berleburg	58:28	90
13.	Schönberger, Lisa	Köln-Porz	65:53	91
W Jun				
1.	Völk, Silke	LC Euskirchen	42:45	88
2.	Bade, Dorothee	MTV Bad Bevensen	48:45	89
3.	Müller, Janina	Brennende Fersen AG	49:05	89
4.	Noll, Charlotte	Köln	51:54	88
5.	Kurth, Daniela	Köln	52:12	88
6.	Kadlec, Lena	Köln	52:13	88
7.	Martinetz, Jasmin	SC Melle 03	52:50	89
8.	Husemann, Marlien	TS 79 Bergisch Gladbach	53:21	89
9.	Hinzmann, Sonja	TuS Stoecken Dahlerbrück	53:37	89
10.	Trautmann, Laura	Köln	53:46	88
11.	Haas, Lara	Köln	53:48	89
12.	Müller, Sophie Hanna	Köln	53:55	89
13.	Wirtz, Joyce	Köln	54:06	88
14.	Freudenberger, Kathrin	TV Kork	54:47	89
15.	Kunz, Isabelle	DSHS Köln	54:48	88
16.	Lenneker, Silke	Köln	54:53	89
17.	Backwinkel, Vanessa	Köln	54:55	88
18.	Hecht, Claudia	Aachen	55:19	89
19.	Ullrich, Mirjam	Köln	59:06	88
W HK				
1.	Syring, Katharina	Köln	47:22	85
2.	Kuhl, Regina	Köln-Porz	48:38	84
3.	Torres, Daniela	Leverkusen	50:44	86
4.	Delphia, Ana Laura	Köln-Müngersdorf	51:56	86
5.	Oster, Laura	Antilopen Kottenforst	52:05	83
6.	Wilken, Caroline	Köln	52:54	84
7.	Eßer, Liisa	Köln	53:29	81
8.	Schneider, Alexandra	Köln	55:15	85
9.	Vogtmann, Carina	Monheim	58:11	86
10.	Oster, Silvia	Antilopen Kottenforst	58:27	81
W 30				
1.	Rabenschlag, Sandra	TV Refrath	43:39	75
2.	Oeter, Alice Anna	Köln	55:47	79
3.	Meyers, Natalie	Bonn	65:38	77
W 35				
1.	Schäpers, Silke	TV Refrath	39:51	70
2.	Rey, Claudia	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	40:30	70
3.	Schmitz-Elvenich, Anke	TC Rondorf	41:51	71
4.	Oktav, Petra	Köln-Porz	63:34	70
5.	Mendel, Justana	Köln-Rath	65:37	70
W 40				
1.	Moser, Heike	Köln	45:33	67
2.	Kaufhold, Anja	1.FC Spich/Lauftreff	45:47	66
3.	Vidal, Marina	Köln	48:24	67
4.	Weeger, Sandra	Köln	55:33	67
5.	Eierdanz, Heike	Hürth	59:03	68
6.	Paschke, Birgitt	ESV Gremberghoven	59:08	67

7.	Osthaus, Gudrun	ESV Gremberghoven	59:28	66
8.	Wichterich, Andrea	Brühl	61:09	69
9.	Wolf, Petra	Medivital	62:06	65
10.	Wetzels, Kirsten	Köln-Porz	68:43	69

## W 45

1.	Meyer, Joanna	TV Refrath	49:12	60
2.	Beer, Silvia	Kerpen	59:32	61
3.	Milz, Anke	Leichlingen	61:26	64
4.	Krams, Sabine	Wiehl	63:29	64

## W 50

1.	Knabe, Sylvia	LG Rhein-Erft	44:53	59
2.	Schoenen, Anna-Brigitte	Köln	51:45	58
3.	Rotscheidt, Doris	Fifty Minutes	54:10	58
4.	Schmidt, Luzia	Lichtgeschwindigkeit	63:27	56
5.	Patzke, Gabriele	Köln-Porz	65:36	59

## W 55

1.	Maczkiewicz, Monika	LC Euskirchen	48:57	54
2.	Flätgen, Gisela	ESV Gremberghoven	53:17	53
3.	Hajek, Verena	LG Donatus Erftstadt	58:55	52
4.	Orsag, Wilma	ASV Wesseling 1985 e.V.	61:35	50
5.	Schäfer, Ingrid	Köln	62:16	52
6.	Ayche, Karin	Köln	66:00	54
7.	Kordeuter, Jutta	MediVital Bergheim	75:47	54

## W 60

1.	Freikamp, Gisela	Lichtkreis Köln	58:59	47
----	------------------	-----------------	-------	----

## 37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis 21.1 km

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M Jun				
1.	Scholtis, Felix	Hagen	1:44:25	89
2.	Kröling, Matthias	Köln	1:51:36	89
M HK				
1.	Nett, Markus	bronny.de Team PSV Bonn	1:21:43	84
2.	Dambon, Martin	Leverkusen	1:29:38	81
3.	Jenssen, Michael	DSHS Köln	1:30:57	85
4.	Kroppenberg, Oliver	Bergisch Gladbach	1:40:29	84
5.	Kornführer, Pascal	Leverkusen	1:45:46	80
6.	Edeling, Alexander	Essen	1:50:53	84
7.	Boderke, Christian	Essen	1:50:54	83
8.	Clemens, Jan	Köln	1:52:26	81
9.	Kalscheuer, Tobias	Schwarz-Weiss-Dürren	1:54:46	82
10.	Weber, Johannes	Leichlingen	1:54:52	82
11.	Desouza, Fiix	Wahlrod	1:57:23	86
M 30				
1.	Fink, Daniel	Laufmonster	1:34:13	79
2.	Longert, David	Bunert Running Team	1:34:37	76
3.	Baltes, Achim	Köln-Porz	1:37:33	75
4.	Froehlich, Armin	TV Arrendorn Tri-Time	1:50:05	75
5.	Maschita, Claudios	Frankfurt	1:50:50	77
6.	Becher, Bernhard	Köln	1:51:21	79
7.	Iwanek, Sebastian	Köln-Porz	1:51:42	78
8.	Yesilkaya, Dr.Tanju	Bayer Vital GMBH	1:52:20	77
9.	Blodig, Matthias	Köln	1:58:46	78
10.	Seidel, Dunja	Köln	2:12:26	76
M 35				
1.	Fricke, Marc	Non-Stop-Ultra Brakel	1:15:44	74
2.	Skopnik, Manuel	TV Refrath	1:17:31	72
3.	Petersen, Sven	GSV Porz	1:30:45	70
4.	Oberndörfer, Martin	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	1:31:17	72
5.	Schmidt, Alexander	DJK Gummersbach	1:35:49	70
6.	Hubers, Christian	VV Tooltime	1:38:23	72
7.	Gold, Bernhard	Frankfurt	1:39:58	73

8. Weber, Joachim	Düsseldorf	1:40:51	70
9. Asal-Campell, Thomas	Köln	1:45:18	71
10. Hinnecke, Matthias	Köln	1:52:40	73
11. Meuser, Michael	DZ Bank Runners	1:57:59	70
12. Reimann, Kai	Bedburg	1:59:16	73
13. Linden, Kai	runningman 1972	1:59:51	72
14. Hein, Matthias	Merscheider TV	2:05:06	71
15. Klein, Günter	Köln	2:11:07	70

## M 40

1. Schneider, Norbert	Bunnert Running Team	1:16:31	68
2. Warkentin, Jens	TV Refrath	1:20:11	66
3. Kämpf, Volker	DJK Marienstatt	1:20:19	65
4. Körbs, Joe	Laufen-im-Rheinland.de	1:21:41	68
5. Stahl, Rainer	TuS Deuz	1:22:37	66
6. Cam, Cengiz	TFG Köln Nippes 1878	1:22:59	66
7. Seitz, Jan-Ulrich	Stuttgart	1:30:16	68
8. Kirchholtes, Frank	Köln	1:32:16	67
9. Heinen, Olaf	BV o8 Lüttringhausen	1:38:33	66
10. Kreuder, Jörg	Ohligser TV	1:41:34	69
11. Scheele, Michael	ELA-PELA	1:42:31	68
12. Schneider, Stephan	VFL Engelskirchen	1:43:09	67
13. Behle, Stefan	SV o9/35 Wermelskirchen	1:47:13	65
14. Boelen-Theile, Claus	Rösrath	1:49:39	66
15. Winkler, Uwe	SV o9/35 Wermelskirchen	1:51:27	65
16. Engelke, Uwe	St. Augustin	2:04:25	67
17. Willms, Jörg	HSV Dormagen-Süd	2:06:34	66
18. Brügger, Markus	Leverkusen	2:16:00	67

## M 45

1. Fuchsruber, Rafael	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	1:26:13	61
2. Dünner, Joachim	SV Bergisch Gladbach	1:26:19	62
3. Dudley, Richard-James	Frontrunner Cologne	1:28:03	61
4. Wirth, Jörg	Rösrath	1:32:45	61
5. Gehlen, Thomas	Köln-Porz	1:35:01	64
6. Langwald, Thomas	TSG Valbert 1894	1:36:27	61
7. Gieraths, Hans-Peter	LT SV Westum	1:39:30	62
8. Resch, Kilian	Köln-Porz	1:42:22	61
9. Brinkmann, Uwe	Bergland Runners	1:42:41	64
10. Arndt, Wolfram	Bonn	1:43:14	60
11. Arndt, Jörg	Leverkusen	1:44:29	61
12. Duikers, Patrick	Köln	1:45:32	61
13. Baum, Dieter	Pulheim	1:46:24	63
14. Schmergal, Michael	Margrets Intervaljunkis	1:49:49	60
15. Van Engelen, Huib	Bad Bentheim	1:49:55	62
16. Klancic, Stefan	Mühleip	1:50:08	64
17. Jlein, Jürgen	Leverkusen	1:55:34	63
18. Hildebrandt, Oliver	LT Leidenhausen GSV Porz	2:00:15	61
19. Gassmüller, Dirk	Coll Runnings Brühl	2:02:15	61
20. Bickendorf, Josef	Running TV Bedburg	2:03:13	64
21. Hinnecke, Hannes	Nürnberg	2:03:36	64
22. Mikoteit, Dirk	Bergland Runners	2:05:38	60
23. Kathage, Uwe	Marathon Team SKUKdo	2:08:22	61
24. Drews, Ditmar	Euskirchen	2:25:50	60

## M 50

1. Hill, Frank	Piesport	1:27:01	59
2. Soethout, Guido	Laufmonster Köln	1:33:56	55
3. Mielczarek, Norbert	Hürth	1:38:05	55
4. Kasprzik, Peter	LT Saaler Mühle	1:40:36	58
5. Röhrig, Thomas	TroisdorfHotwheels	1:43:34	58
6. Pogarell, Hans-Hermann	Köln	1:43:38	59
7. Peikert, Alexander	Brücker Lauffreunde	1:44:31	56
8. Aerts, Henri	ES Gronsveld/ Niederlande	1:46:21	58
9. Gollyh, Hans	EW Gronsveld/ Niederlande	1:46:23	57
10. Miebach, Paul	Köln-Porz-Grengel	1:47:22	59
11. Balzer, Reinhold	Ratingen	1:47:32	55
12. Göbgen, Rolf	LT Schlickrutscher	1:48:16	57
13. Haas, Achim	LG Stolberg	1:51:30	57
14. Heße, Axel	Köln	1:57:52	58
15. Kappe, Dietmar	Ugand Waragi	1:58:09	59
16. Hommens, Peter	die Laufmäuse	2:02:11	57
17. Sommer, Stefan	Köln	2:02:51	57
18. Jäger, Edgar	Köln	2:03:34	58

M 55				
1.	Andernach, Helmut	LT TuS Mondorf	1:44:43	50
2.	Wirth, Burkhard	Euskirchen	1:57:36	54
3.	Knoblich, Dieter	LLC Marathon Regensburg	1:59:28	53
4.	Neumann, Stephan	RTB Remscheider Marathont	2:01:13	53
5.	Henkelmann, Matthias	HSV Dormagen-Süd	2:02:46	54
M 60				
1.	Enghofer, Dr.Erich	TV Planegg	1:45:21	49
M 65				
1.	Jacobs, Kurt	ERGO sports Köln Langlauf	1:43:06	40
2.	Debald, Volker	ASV Wesseling 1985 e.V.	1:48:22	44
3.	Steinke, Gerhard	Köln	1:56:47	42
W JgA				
1.	Schneider, Tina	ASG Altenkirchen	1:26:21	90
W Jun				
1.	Diawuoh, Annabel	VFL Engelskirchen	1:43:52	89
W HK				
1.	Günther, Marlen	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	1:31:24	83
2.	Hey, Patricia	Niederkassel	1:50:13	80
3.	Söllner, Franziska	Leverkusen	2:06:11	86
W 30				
1.	Guntermann, Diane	Burscheid	1:54:54	77
2.	Münch, Monja	Marienheide	2:25:49	79
W 35				
1.	Gosing, Bettina	Siegburg	1:59:15	73
2.	Di Michaelaele, Sandra	Frankfurt	1:59:42	72
3.	Galllittu, Sandra	Solingen	2:05:06	70
4.	Müller, Beate	Remscheid	2:13:03	74
5.	Stephan, Nadja	Köln-Porz	2:26:08	73
W 40				
1.	Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	1:31:43	65
2.	Schmechel, Anke	Brücker Lauffreunde	1:46:07	67
3.	Van Engelen, Elke	Bad Bentheim	1:49:56	65
4.	Dettinger-Krätz, Rita	Hennef	2:00:44	68
5.	Akbaba, Zehra	Köln	2:32:58	66
W 45				
1.	Vincentz, Barbara	Rösrath	1:36:13	63
2.	Jerosch, Marianne	Bergheim	1:42:47	61
3.	Gebehart, Beate	LT Saaler Mühle	1:49:49	61
4.	Jaschky, Iris	ASV Sankt Augustin	1:55:55	61
5.	Möller, Geli	LSH Elsdorf	2:00:33	64
6.	Meyer, Beate	Hürth	2:02:37	60
7.	Bickendorf, Marion	Running TV Bedburg	2:03:13	63
8.	Krone, Heike	RTB Remscheider Marathont	2:07:49	62
9.	Mehren, Andreas	DJK Rheinkraff Neuss	2:09:00	60
10.	Mehren, Jutta	DJK Rheinkraff Neuss	2:11:08	64
11.	Kuchenbecker, Hildegard	Köln	2:16:05	63
W 50				
1.	Ranft, Anne-Kathrin	die Laufmäuse	2:02:11	59
W 55				
1.	Heller, Marlene	Köln	2:06:57	52

37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M 50				
1.	Schmidt, Klaus	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:16	56

M 55				
1.	Dürk, Michael	DJK Concordia	37:47	54
2.	Bauer, Raimond	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:41	51
3.	Keune, Ernst	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:41	51
4.	Joos, Norbert	Nordic-Walkingtreff GSV P	45:57	52
M 60				
1.	Auweiler, Hermann	Nordic-Walkingtreff GSV P	37:45	48
M 65				
1.	Esser, Erich	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:43	40
2.	Baumgarte, Manfred	Nordic-Walkingtreff GSV P	42:23	40
M 70				
1.	Zühlsdorf, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	39:59	37
W 45				
1.	Meller, Barbara	Nordic-Walkingtreff GSV P	37:41	63
2.	Schmidt, Antonia	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:50	60
W 65				
1.	Baumgarte, Rosmarie	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:55	41
2.	Asbeck, Heidi	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:48	42
W 70				
1.	Zühlsdorf, Erna	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:24	39

## 37. Int. Straßen- und Volkslauf GSV Porz 21.11.2009 \* Ergebnis Nordic Wal.

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M 55				
1.	Biesenbach, Roger	LTD Köln-Dellbrück	34:33	52
M 65				
1.	Baumann, Jürgen	Dernau	33:46	44
M 70				
1.	Girards, Rudolf	SC Buchenhöhe Horrem	35:08	38
2.	Hennecke, Gerd-Manfred	SV Bayer Leverkusen o4	41:44	36
M 75				
1.	Meyer, Adi	Brühler TV 1879	35:43	34
W 45				
1.	Apitz, Daniela	Marathon-Freunde Köln-Ene	41:59	60
W 55				
1.	Hünseler, Heidi	Marathon-Freunde Köln-Ens	41:59	50