

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

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

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

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg	Kl./Rang
1.	Wagner, Sebastian	TV Refrath	17:23	88	M Jun 1
2.	Meyer, Irek	TV Refrath	17:35	71	M 35 1
3.	Viebahn, Christl	TV Refrath	17:54	76	W 30 1
4.	Palm, Leonhard	SSF Bonn	18:11	92	M JgB 1
5.	Hesemann, Luis	SSF Bonn Triathlon	18:13	92	M JgB 2
6.	Hardt, Marvin	TV Refrath	18:34	92	M JgB 3
7.	Preuss, Alexander	VFL Engelskirchen	18:40	74	M 35 2
8.	Gröppel, Till	Pulheimer SC	18:43	82	M HK 1
9.	Schmitz, Alex	SSF Bonn Triathlon	19:14	92	M JgB 4
10.	van de Loo, Robin	SSF Bonn Triathlon	19:24	92	M JgB 5
11.	Redlich, Michael	VFL Engelskirchen	19:27	61	M 45 1
12.	Malter, Katharina	SSF Bonn Triathlon	19:32	91	W JgA 1
13.	Brenner, Anke	SSF Bonn Triathlon	20:12	70	W 35 1
14.	Küpper, Johanna	LC Euskirchen	20:15	97	W 12 1
15.	Jans, Simon	TLV Germania Überruh	20:38	96	M 13 1
16.	Lotz, Dirk-Henning	TV Refrath	20:50	74	M 35 3
17.	Möller, Niko	TLV Germania Überruh	20:54	95	M 14 1
18.	Siedler, Julius	GSV Porz	21:06	94	M 15 1
19.	Manderla, Kevin	Leopold-Soes-Realsch	21:10	97	M 12 1
20.	Schneider, Fabian	Leopold-Soes-Realsch	21:27	94	M 15 2
21.	Vidal, Luis	LG ASV DSHS Köln	21:35	98	M 11 1
22.	Meyer, Oliver	LeoGoesRunning Team	22:02	63	M 45 2
23.	Bollmann, Carsten	Kerzenburg e.V.	22:04	79	M 30 1
24.	Kühnel, Manfred	BSG Postbank Köln	22:05	63	M 45 3
25.	Kesting, Jörg	Bonn	22:09	64	M 45 4
26.	Wüster, Bernd	Tri Power Rhein Sieg	22:19	59	M 50 1
27.	Vulpe, Andreas	TLV Germania Überruh	22:28	96	M 13 2
28.	Groll, Zitale	SSF Bonn Triathlon	22:31	92	W JgB 1
29.	Schmitz, Tim	SSF Bonn Triathlon	22:35	94	M 15 3
30.	Gärtner, Dieter	TV Refrath	22:47	43	M 65 1
31.	Simons, Sofia	SSG Königswinter	22:54	97	W 12 2
32.	Simons, Guido	SSG Königswinter	22:55	63	M 45 5
33.	Neudeck, Bodo	TV Uftort Eick	22:58	49	M 60 1

34. Knipp-Diawuoh, Helga	VFL Engelskirchen	23:00	61	W 45	1
35. Krüger, Artur	GSV Porz	23:05	91	M JgA	1
36. Velten, Lena	SSF Bonn Triathlon	23:20	95	W 14	1
37. Vidal, Ana	LG ASV DSHS Köln	23:57	98	W 11	1
38. Badtke, Baradon	Leopold-Soes-Realsch	24:03	97	M 12	2
39. Nottelmann, Daniel	Köln-Porz	24:07	98	M 11	2
40. Koppatsch, Wolfgang	LLG St. Augustin	24:08	32	M 75	1
41. Basinski, Yola	TV Refrath	24:25	75	W 30	2
42. Thomanowski, Raphael	GSV Porz	24:28	97	M 12	3
43. Boje, Niklas	GSV Porz	24:29	98	M 11	3
44. Minnemann, Felicitas	SSF Bonn Triathlon	24:59	92	W JgB	2
45. Bonikowski, Matthias	Erfstadt	25:01	63	M 45	6
46. Voosen, Sascha	Köln-Porz	25:04	94	M 15	4
47. Redlich, Daniela	TuS Weiershagen	25:06	82	W HK	1
48. Rohde, Bernd	Eintracht Hoffnungst	25:23	55	M 50	2
49. Schmidt, Hans-Ulrich	GSV Porz	25:42	57	M 50	3
50. Rutzen, Tim	FC Köln	25:49	81	M HK	2
51. Knabe, Bärbel	SF Troisdorf	25:51	66	W 40	1
52. Spieler, Ann-Kristin	TSV Hornhausen	25:53	89	W Jun	1
53. Barthel, Hartmut	FC Ford Niehl	26:12	40	M 65	2
54. Döring, Luisa-Sophie	TLV Germania Überruh	26:18	95	W 14	2
55. Möser, Wolfgang	Alfterer SC	26:45	41	M 65	3
56. Stiehl, Hans-Detlev	LT Kerpen	27:10	42	M 65	4
57. Brito, Pablo	Düsseldorf	27:27	75	M 30	2
58. Weilandt, Stephan	Bensberg	27:40	34	M 75	2
59. Högner, Lukas	Korschenbroich	28:58	99	M 10	1
60. Franzke, Lisa Katharina	Köln	29:21	88	W Jun	2
61. Hünemeyer, Leon	GSV Porz	29:52	98	M 11	4
62. Kühnel, Wolfgang	Los Köln 09	29:52	35	M 70	1
63. Morjaschov, Natalia	Borener SV	30:04	85	W HK	2
64. Koch, Ingo	Borener SV	30:05	73	M 35	4
65. Schmidt, Rita	GSV Porz	30:18	58	W 50	1
66. Butzen, Ferdi	SSZ Köln-Wahn	30:19	57	M 50	4
67. Mohr, Rudi	TFG Köln Nippes 1878	31:14	34	M 75	3
68. Stiehl, Brigitte	LT Kerpen	31:35	47	W 60	1
69. Windscheif, Christel	Köln-Porz	31:36	58	W 50	2
70. Fischer, Gisela	Kürten-Bechem	32:26	46	W 60	2
71. Voosen, Peter	Köln-Porz	32:59	59	M 50	5
72. Meyer, Silvia	LeoGoesRunning Team	33:28	64	W 45	2
73. Meyer, Otto	Kall	33:29	37	M 70	2
74. Voosen, Birgit	Köln-Porz	33:46	64	W 45	3
75. Conee, Petra	AachenerMünchener	33:49	62	W 45	4
76. Renn, Mandy	AachenerMünchener	33:50	79	W 30	3
77. Abt, Christa	Köln-Porz	33:53	62	W 45	5
78. Müller, Eyelyn	Köln	34:05	62	W 45	6
79. Montasser, Claudia	Köln	37:57	71	W 35	2
80. Thiel, Sabine	Köln	37:58	75	W 30	4

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

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg	Kl./Rang
1.	Winterholler, Andreas	TV Refrath	33:03	83	M HK 1
2.	Haag, Sven	TV Refrath	33:54	89	M Jun 1
3.	Osten, Christian	Brühler TV 1879	34:46	84	M HK 2
4.	Gronewold, Thomas	TV Refrath	35:16	70	M 35 1
5.	Paulitschke, Wilfried	LAZ Puma Troisdorf/S	35:24	57	M 50 1
6.	Koller, Martin	TV Refrath	35:57	66	M 40 1
7.	Jahner, Detlef	Wiehltaler LC	36:01	64	M 45 1
8.	Heuschen, Dirk	TV Refrath	36:10	64	M 45 2
9.	Ralenovsky, Arthur	TV Refrath	36:13	93	M JgB 1
10.	Schneider, Thomas	SSG Königswinter	36:20	62	M 45 3
11.	Lieth, Udo	TV Refrath	36:25	63	M 45 4
12.	Herrmann, Roman	Großschafhausen	37:15	80	M HK 3
13.	Lieder, Dirk	TSV Dieringhausen	37:27	69	M 40 2
14.	Schinz, Markus	TV Refrath	37:32	87	M HK 4
15.	Block, Martin	TV Refrath	37:34	73	M 35 2
16.	Lennartz, Burkhard	LLG St. Augustin	37:38	67	M 40 3
17.	Wölfel, Wilhelm	TuS Weiershagen	37:44	60	M 45 5
18.	Kreuer, Manuel	Lindlar	37:50	80	M HK 5
19.	Schneider, Thomas	LG REWE Power	37:55	69	M 40 4

20.	Gläßer, Harald	Laufmonster Köln	38:15	68	M	40	5
21.	Frehe, Timo	RTC Frechen 1980	38:43	80	M	HK	6
22.	Neumann, Lennart	Spartak Neumann	38:48	89	M	Jun	2
23.	Gutinger, Dr.Christoph	BSG Bund Berlin	38:48	69	M	40	6
24.	Paulsen, Dirk	Köln	38:51	83	M	HK	7
25.	Kroehnert, Klaus	TSV Weiss-Köln	39:18	58	M	50	2
26.	Nagel, Matthias	Köln	39:20	80	M	HK	8
27.	Klappert, Andreas	Anlauf Siegen	39:29	70	M	35	3
28.	Wolsiffer, Frank	Kerpen	39:34	65	M	40	7
29.	Tesch, Norbert	LLG St. Augustin	39:34	59	M	50	3
30.	Schäpers, Silke	TV Refrath	39:51	70	W	35	1
31.	Klein, Holger	Anlauf Siegen	40:10	72	M	35	4
32.	Meister, David	Wiesbaden	40:26	81	M	HK	9
33.	Rey, Claudia	LAZ Puma Troisdorf/S	40:30	70	W	35	2
34.	Grunert, Matthias	Erftstadt	40:42	84	M	HK	10
35.	Schäfer, Hans	LC Euskirchen	41:10	48	M	60	1
36.	Adamczyk, Klaus	Köln	41:11	64	M	45	6
37.	Kreußler, Thomas	Running Team Herzber	41:13	79	M	30	1
38.	Stinn, Frank	VFL Engelskirchen	41:16	70	M	35	5
39.	Lange, Harald	Kerpen	41:21	62	M	45	7
40.	Dias Da Silva, Jose Car	PT-Faria	41:32	61	M	45	8
41.	Schmitz-Elvenich, Anke	TC Rondorf	41:51	71	W	35	3
42.	Meyer, Sebastian	Köln	41:56	89	M	Jun	3
43.	Salmon, Heiko	Mechernich	41:57	66	M	40	8
44.	Eschbach, Ralf	VFL Engelskirchen	41:57	63	M	45	9
45.	Hoffmann, Christian	LV Pal	42:12	78	M	30	2
46.	Uedelhoven, Stefan	LC Euskirchen	42:20	63	M	45	10
47.	Hegenbart, Carsten	Köln	42:32	80	M	HK	11
48.	Schuster, Fabian	Köln	42:34	82	M	HK	12
49.	Holst, Stephan	BSG Rheinpark e.V.	42:37	73	M	35	6
50.	Civale, Luca Julian	SSV Förste e.V.	42:41	87	M	HK	13
51.	Notarius, Frank	Erftstadt	42:43	68	M	40	9
52.	Völk, Silke	LC Euskirchen	42:45	88	W	Jun	1
53.	Elsner, Benjamin	Köln	42:47	87	M	HK	14
54.	Kalisch, Peter	ASV Sankt Augustin	42:49	69	M	40	10
55.	Löchelt, Martin	Köln	42:57	73	M	35	7
56.	Cremer, Jürgen	LLG 80 Nordpark Köln	43:04	62	M	45	11
57.	Borsbach, Hermann-Josef	TV Hoffnungsthal o7	43:12	59	M	50	4
58.	Naujoks, Philipp	Köln	43:20	88	M	Jun	4
59.	Bekel, Lars	Köln	43:28	74	M	35	8
60.	Frielingsdorf, Oliver	Köln	43:33	69	M	40	11
61.	Manthei, Christian	Meckenheim	43:37	62	M	45	12
62.	Rabenschlag, Sandra	TV Refrath	43:39	75	W	30	1
63.	Schmitz, Jochen	Schalke 04	43:41	64	M	45	13
64.	Schumacher, Fabian	Sporthochschule Köln	43:42	88	M	Jun	5
65.	Schefczik, Andreas	Wülfrath	43:53	64	M	45	14
66.	Adam, Dieter	Köln	43:54	65	M	40	12
67.	Dresbach, Frank	Cologne Allblacks	43:54	67	M	40	13
68.	Feitz, Manuel	DSHS Köln	43:56	88	M	Jun	6
69.	Franke, Hendrik	Spoho	43:58	88	M	Jun	7
70.	Coch, Nils-Dominik	Köln	44:01	88	M	Jun	8
71.	Kaiser, Daniel	Köln	44:09	72	M	35	9
72.	Gesswein, Phillip	Köln	44:12	89	M	Jun	9
73.	Butz, Gerrit	Köln-Porz	44:20	91	M	JgA	1
74.	Pohle, Gerhard	LLG St. Augustin	44:22	50	M	55	1
75.	Reichert, Lukas	Linnich	44:48	89	M	Jun	10
76.	Hufschmidt, Benjamin	Köln	44:49	88	M	Jun	11
77.	Knabe, Sylvia	LG Rhein-Erft	44:53	59	W	50	1
78.	Glanz, Joshat	Essen	44:58	87	M	HK	15
79.	Blumenfeld, Frank	Köln	44:59	67	M	40	14
80.	Schaer, Tim	TuS Wesseling	45:14	89	M	Jun	12
81.	Roggan, Dirk	DSHS Köln	45:15	84	M	HK	16
82.	Zäh, Johannes	DSHS Köln	45:19	88	M	Jun	13
83.	Wohlleben, Jan	Köln	45:32	87	M	HK	17
84.	Brinkmann, Henning	Köln	45:32	89	M	Jun	14
85.	Moser, Heike	Köln	45:33	67	W	40	1
86.	Freund, Tobias	Köln	45:33	88	M	Jun	15
87.	Kölzer, Ulrich	TRianertaler me-spor	45:46	51	M	55	2
88.	Kaufhold, Anja	1.FC Spich/Lauftreff	45:47	66	W	40	2
89.	Feindt, Reinhard	SG Bockenberg 1965	45:47	50	M	55	3
90.	Krömer, Heinz-Werner	1.FC Spich/Lauftreff	45:48	59	M	50	5
91.	Krüger, Gerhard	TV Refrath	45:49	40	M	65	1
92.	Merkl, Steffen	Köln	45:57	79	M	30	3
93.	Christophel, Werner	TSV Weiss-Köln	45:59	35	M	70	1

94. Rahe, Simon	DJK Wilhelmshaven	46:00	88	M	Jun	16
95. Westermann, Sven	Krefeld	46:11	88	M	Jun	17
96. Dietrich, Andreas	LeoGoesRunning Team	46:13	67	M	40	15
97. Rastgou, Peyman	TSV Bayer o4 Leverku	46:15	90	M	JgA	2
98. Schermuly, Christian	Gückingen	46:21	88	M	Jun	18
99. Brors, Stefan	TIE Breack Troisdorf	46:23	71	M	35	10
100. Raiber, Philipp	DSHS Köln	46:32	87	M	HK	18
101. Peters, Christopher	Herscheid	46:37	86	M	HK	19
102. Pniewski, Bernd	Köln	46:38	54	M	55	4
103. Schlunzig, Ralph	Rhein-Erft-Akedemie	46:42	49	M	60	2
104. Dürr, Oliver	Bonn	46:43	64	M	45	15
105. Tamm, Manuel	Köln	46:48	86	M	HK	20
106. Bierwirth, Lars	Köln	46:48	85	M	HK	21
107. Müller, Harald	LLG St. Augustin	46:52	67	M	40	16
108. Claeßen, Jens	Köln	46:56	67	M	40	17
109. Kipping, Christopher	Köln	47:00	84	M	HK	22
110. Brinkmann, Alexander	Düsseldorf	47:02	88	M	Jun	19
111. Buber, Nils	Düsseldorf	47:03	89	M	Jun	20
112. Reissig, Tobias	Köln-Porz	47:04	89	M	Jun	21
113. Giel, Thomas	SF Hamborn 07	47:04	89	M	Jun	22
114. Schleich, Arvid	DSHS Köln	47:04	86	M	HK	23
115. Schropp, Alexander	DSHS Köln	47:10	83	M	HK	24
116. Hartenstein, Max	Köln	47:16	88	M	Jun	23
117. Felder, Felix	Brühl	47:16	87	M	HK	25
118. Pieper, Dennis	DSHS Köln	47:18	88	M	Jun	24
119. Syring, Katharina	Köln	47:22	85	W	HK	1
120. Hermann, Benedikt	DSHS Köln	47:33	89	M	Jun	25
121. Ester, Linius	Köln-Zollstock	47:36	88	M	Jun	26
122. Stallecker, Stefan	DSHS Köln	47:40	88	M	Jun	27
123. Schwesig, Peter	Köln	47:45	83	M	HK	26
124. Hauser, Peter	Fifty Minutes	47:47	62	M	45	16
125. Weber, Sebastian	Euskirchen	47:51	89	M	Jun	28
126. Agan, Kunter	1.Kölner Laufstall	47:54	64	M	45	17
127. Schepers, Thomas	1.Kölner Laufstall	47:56	65	M	40	18
128. Bardonner, Nico	HSG Erbach/Dorf	47:58	87	M	HK	27
129. Murach, Arne	Köln	48:01	89	M	Jun	29
130. Pfeifer, Daniel	Köln	48:04	88	M	Jun	30
131. Gonsma, Christopher	Köln	48:14	89	M	Jun	31
132. Rundio, Michael	Köln	48:15	83	M	HK	28
133. Trost, Caspar	Projekt 1.0	48:16	87	M	HK	29
134. Stoß, Dirk	Monster AG	48:17	71	M	35	11
135. Bode, Lars	Köln	48:17	84	M	HK	30
136. Fickenscher, Florian	Hürth	48:18	87	M	HK	31
137. Klug, Nico s	Köln	48:19	83	M	HK	32
138. Hermsdorf, Tobias	Antilopen Kottenfors	48:22	81	M	HK	33
139. Vidal, Marina	Köln	48:24	67	W	40	3
140. Scherbaum, Ralph	LTD Köln-Dellbrück	48:25	64	M	45	18
141. Schell, Timon	Köln	48:29	84	M	HK	34
142. Wellen, Sven	Monheim am Rhein	48:34	79	M	30	4
143. Bold, Andreas	Waldfischbach-Burgal	48:35	89	M	Jun	32
144. Kadlec, Daniel	TV Erbach 03	48:36	87	M	HK	35
145. Kuhl, Regina	Köln-Porz	48:38	84	W	HK	2
146. Bade, Dorothee	MTV Bad Bevensen	48:45	89	W	Jun	2
147. Grimm, Manfred	1.Kölner Laufstall	48:45	62	M	45	19
148. Bsdurek, Pascal	HGV Hürth-Gleuel	48:48	88	M	Jun	33
149. Eich, Sebastian	Nieder-Olm	48:55	88	M	Jun	34
150. Funken, Johannes	Dürener TV 1847	48:56	85	M	HK	36
151. Maczkiewicz, Monika	LC Euskirchen	48:57	54	W	55	1
152. Staffelstein, Jan	JAS-Express	49:00	77	M	30	5
153. Jacob, Dr.Michael	JAS-Express	49:01	65	M	40	19
154. Walpert, Jens	Tischlerei Walpert	49:02	66	M	40	20
155. Müller, Janina	Brennende Fersen AG	49:05	89	W	Jun	3
156. Schulz, Torsten	1.FC Spich/Lauftreff	49:08	68	M	40	21
157. Brozovic, Robert	Köln	49:09	89	M	Jun	35
158. Meyer, Joanna	TV Refrath	49:12	60	W	45	1
159. Ohrem, Silke	Frechen	49:19	91	W	JgA	1
160. Bienert, Frank	Weilerswist	49:19	57	M	50	6
161. Gottschling, Klaus	Königsforst Marathon	49:21	59	M	50	7
162. Pagers, Sven	ESV Gremberghoven	49:30	66	M	40	22
163. Afrifar, Anas	DSHS Köln	49:31	88	M	Jun	36
164. Werner, Horst	Köln	49:32	63	M	45	20
165. Wolf, Philipp	Köln	49:33	90	M	JgA	3
166. Eling, Jörn	LG Kindelsberg	49:43	84	M	HK	37
167. Simons, Mirco	Turnerschaft Grefrat	49:51	78	M	30	6

168.	Bachmann, Lukas	Köln	49:51	88	M	Jun	37
169.	Heidchen, Michael	LeoGoesRunning Team	49:56	55	M	50	8
170.	Gerschau, Dirk	Wiehl	50:00	68	M	40	23
171.	Bollin, Sven-Stefan	AachenerMünchener	50:04	73	M	35	12
172.	Gieraths, Hans-Peter	LT SV Westum	50:09	62	M	45	21
173.	Hochkirchen, Frank	Brühl	50:10	67	M	40	24
174.	Müller, Clemens	TuS rrrh. Köln	50:25	38	M	70	2
175.	Heuschötter, Klaus	Turbo-Tiger	50:32	64	M	45	22
176.	Froböse, Ingo	BSG Delphi Draka Wup	50:36	47	M	60	3
177.	Torres, Daniela	Leverkusen	50:44	86	W	HK	3
178.	Huxoll, Robert	Köln	50:51	75	M	30	7
179.	Bumiller, Wilhelm	Köln	50:53	36	M	70	3
180.	Weike, Udo	Niederkassel	50:54	57	M	50	9
181.	Borowski, Sina	Köln	50:57	90	W	JgA	2
182.	Lotze, Kristina	Köln	50:58	91	W	JgA	3
183.	Köhler, Harald	Köln	51:03	72	M	35	13
184.	Wolf, Ralf-Uwe	Erftstadt	51:04	64	M	45	23
185.	Schmidt-Preuß, Christia	Bonn	51:09	87	M	HK	38
186.	Schoenen, Anna-Brigitte	Köln	51:45	58	W	50	2
187.	Behrens, Svenja	MTV Jever	51:46	90	W	JgA	4
188.	Browarzik, Jurek	Köln	51:51	89	M	Jun	38
189.	Noll, Charlotte	Köln	51:54	88	W	Jun	4
190.	Delphia, Ana Laura	Köln-Müngersdorf	51:56	86	W	HK	4
191.	Oster, Laura	Antilopen Kottenfors	52:05	83	W	HK	5
192.	Högener, Oliver	Korschenbroich	52:08	70	M	35	14
193.	Kurth, Daniela	Köln	52:12	88	W	Jun	5
194.	Herrndorf, Norbert	Köln	52:12	54	M	55	5
195.	Kadlec, Lena	Köln	52:13	88	W	Jun	6
196.	Fritsch, Ronald	BSG Postbank Köln	52:30	62	M	45	24
197.	Brunner, Ulrich	Köln	52:33	37	M	70	4
198.	Fischer, Hermann-Josef	TV Voiswinkel 1919 e	52:48	44	M	65	2
199.	John, Gerd	1.Niehler LT/Die Gil	52:48	41	M	65	3
200.	Martinetz, Jasmin	SC Melle 03	52:50	89	W	Jun	7
201.	Wilken, Caroline	Köln	52:54	84	W	HK	6
202.	Senol, Kenan	Köln-Porz	53:11	61	M	45	25
203.	Flätgen, Gisela	ESV Gremberghoven	53:17	53	W	55	2
204.	Husemann, Marlien	TS 79 Bergisch Gladb	53:21	89	W	Jun	8
205.	Eßer, Liisa	Köln	53:29	81	W	HK	7
206.	Sommerfeld, Karl-Heinz	Köln-Porz	53:32	66	M	40	25
207.	Hinzmann, Sonja	TuS Stoecken Dahlerb	53:37	89	W	Jun	9
208.	Wurda, Werner	SC Fortuna Köln	53:41	60	M	45	26
209.	Kuchenbecker, Lilo	Köln	53:42	90	W	JgA	5
210.	Schmitz, Florian	DSHS Köln	53:43	88	M	Jun	39
211.	Trautmann, Laura	Köln	53:46	88	W	Jun	10
212.	Haas, Lara	Köln	53:48	89	W	Jun	11
213.	Thron, Hans-Peter	ESV Gremberghoven	53:49	57	M	50	10
214.	Jonuschat, Jörg	Much	53:51	66	M	40	26
215.	Nagel, Jörg-Robert	TB-Burgsteinfurt	53:52	56	M	50	11
216.	Müller, Sophie Hanna	Köln	53:55	89	W	Jun	12
217.	Gressler, Nadja	DSHS Köln	53:58	90	W	JgA	6
218.	Gras, Anja	TV Bliesen	53:59	90	W	JgA	7
219.	Bachmann, Josefin	Köln	54:03	90	W	JgA	8
220.	Inken, Erk	Köln	54:05	90	M	JgA	4
221.	Wirtz, Joyce	Köln	54:06	88	W	Jun	13
222.	Iyinboh, Kekema	Köln	54:08	90	W	JgA	9
223.	Rotscheidt, Doris	Fifty Minutes	54:10	58	W	50	3
224.	Hedderich, Ann-Kathrin	DSHS Köln	54:22	90	W	JgA	10
225.	Möllers, Thomas	SCC Coesfeld	54:23	87	M	HK	39
226.	Freudenberger, Kathrin	TV Kork	54:47	89	W	Jun	14
227.	Kunz, Isabelle	DSHS Köln	54:48	88	W	Jun	15
228.	Lenneter, Silke	Köln	54:53	89	W	Jun	16
229.	Backwinkel, Vanessa	Köln	54:55	88	W	Jun	17
230.	Schewiola, Hans	Erftläufer	55:11	49	M	60	4
231.	Schneider, Alexandra	Köln	55:15	85	W	HK	8
232.	Atamury, Huseyin	FC Deut. Post AG	55:15	96	M	13	1
233.	Hecht, Claudia	Aachen	55:19	89	W	Jun	18
234.	Philipp, Manfred	Die Gildenwölfe	55:24	71	M	35	15
235.	Weeger, Sandra	Köln	55:33	67	W	40	4
236.	Maczkiewicz, Arnold	LC Euskirchen	55:45	55	M	50	12
237.	Oeter, Alice Anna	Köln	55:47	79	W	30	2
238.	Basten, Dirk	Köln	55:51	83	M	HK	40
239.	Wiesen, Rolf	Brühl	56:22	65	M	40	27
240.	Gröppel, Frank	Pulheimer SC	56:26	49	M	60	5
241.	Henry, Markus	BSG Leybold	57:26	67	M	40	28

242.	Baum, Dr.Clemens	Bergisch-Gladbach	57:55	41	M	65	4
243.	Richartz, Michael	Leverkusen	58:09	83	M	HK	41
244.	Vogtmann, Carina	Monheim	58:11	86	W	HK	9
245.	Berndt, Theresa	Eschweiler	58:12	90	W	JgA	11
246.	Oster, Silvia	Antilopen Kottenfors	58:27	81	W	HK	10
247.	Brandt, Jasmin	VFL Bad Berleburg	58:28	90	W	JgA	12
248.	Stollenwerk, Thomas	Köln-Porz	58:48	76	M	30	8
249.	Oster, Dr.Chistoph	Antilopen Kottenfors	58:50	46	M	60	6
250.	Hajek, Verena	LG Donatus Erftstadt	58:55	52	W	55	3
251.	Peters, Mark	Rheinbach	58:58	72	M	35	16
252.	Freikamp, Gisela	Lichtkreis Köln	58:59	47	W	60	1
253.	Eierdanz, Heike	Hürth	59:03	68	W	40	5
254.	Ullrich, Mirjam	Köln	59:06	88	W	Jun	19
255.	Paschke, Birgitt	ESV Gremberghoven	59:08	67	W	40	6
256.	Osthaus, Gudrun	ESV Gremberghoven	59:28	66	W	40	7
257.	Beer, Silvia	Kerpen	59:32	61	W	45	2
258.	Vidal, Miguel	Köln	61:08	63	M	45	27
259.	Wichterich, Andrea	Brühl	61:09	69	W	40	8
260.	Milz, Anke	Leichlingen	61:26	64	W	45	3
261.	Seeland, Thomas	Leichlingen	61:28	69	M	40	29
262.	Orsag, Wilma	ASV Wesseling 1985 e	61:35	50	W	55	4
263.	Hoffmann, Michael	Von 0 auf 42	61:53	62	M	45	28
264.	Wolf, Petra	Medivital	62:06	65	W	40	9
265.	Weike, Marcel	Niederkassel	62:08	95	M	14	1
266.	Schäfer, Ingrid	Köln	62:16	52	W	55	5
267.	Schmidt, Luzia	Lichtgeschwindigkeit	63:27	56	W	50	4
268.	Buntenbroich, Albert	Lichtgeschwindigkeit	63:28	58	M	50	13
269.	Hoffmann, Michael	Schwetzingen	63:29	66	M	40	30
270.	Krams, Sabine	Wiehl	63:29	64	W	45	4
271.	Oktav, Petra	Köln-Porz	63:34	70	W	35	4
272.	Lopez de Quintana, Alfo	Köln	64:00	61	M	45	29
273.	Orsag, Otmar	ASV Wesseling 1985 e	64:32	49	M	60	7
274.	Patzke, Gabriele	Köln-Porz	65:36	59	W	50	5
275.	Mendel, Justana	Köln-Rath	65:37	70	W	35	5
276.	Lang, Milan	Sulzburg-Laufen	65:37	57	M	50	14
277.	Meyers, Natalie	Bonn	65:38	77	W	30	3
278.	Schönberger, Peter	Köln-Porz	65:53	64	M	45	30
279.	Schönberger, Lisa	Köln-Porz	65:53	91	W	JgA	13
280.	Feige, Manfred	Köln	65:58	47	M	60	8
281.	Ayche, Karin	Köln	66:00	54	W	55	6
282.	Wetzels, Kirsten	Köln-Porz	68:43	69	W	40	10
283.	Kordeuter, Jutta	MediVital Bergheim	75:47	54	W	55	7

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

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg	Kl./Rang
1.	Fricke, Marc	Non-Stop-Ultra Brake	1:15:44	74	M 35 1
2.	Schneider, Norbert	Bunnert Running Team	1:16:31	68	M 40 1
3.	Skopnik, Manuel	TV Refrath	1:17:31	72	M 35 2
4.	Warkentin, Jens	TV Refrath	1:20:11	66	M 40 2
5.	Kämpf, Volker	DJK Marienstatt	1:20:19	65	M 40 3
6.	Körbs, Joe	Laufen-im-Rheinland.	1:21:41	68	M 40 4
7.	Nett, Markus	bronny.de Team PSV B	1:21:43	84	M HK 1
8.	Stahl, Rainer	TuS Deuz	1:22:37	66	M 40 5
9.	Cam, Cengiz	TFG Köln Nippes 1878	1:22:59	66	M 40 6
10.	Fuchsgruber, Rafael	LAZ Puma Troisdorf/S	1:26:13	61	M 45 1
11.	Dünner, Joachim	SV Bergisch Gladbach	1:26:19	62	M 45 2
12.	Schneider, Tina	ASG Altenkirchen	1:26:21	90	W JgA 1
13.	Hill, Frank	Piesport	1:27:01	59	M 50 1
14.	Dudley, Richard-James	Frontrunner Cologne	1:28:03	61	M 45 3
15.	Dambon, Martin	Leverkusen	1:29:38	81	M HK 2
16.	Seitz, Jan-Ulrich	Stuttgart	1:30:16	68	M 40 7
17.	Petersen, Sven	GSV Porz	1:30:45	70	M 35 3
18.	Jenssen, Michael	DSHS Köln	1:30:57	85	M HK 3
19.	Oberndörfer, Martin	LAZ Puma Troisdorf/S	1:31:17	72	M 35 4
20.	Günther, Marlen	LAZ Puma Troisdorf/S	1:31:24	83	W HK 1
21.	Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	1:31:43	65	W 40 1
22.	Kirchholtes, Frank	Köln	1:32:16	67	M 40 8
23.	Wirth, Jörg	Rösrath	1:32:45	61	M 45 4
24.	Soethout, Guido	Laufmonster Köln	1:33:56	55	M 50 2

25.	Fink, Daniel	Laufmonster	1:34:13	79	M	30	1
26.	Longert, David	Bunert Running Team	1:34:37	76	M	30	2
27.	Gehlen, Thomas	Köln-Porz	1:35:01	64	M	45	5
28.	Schmidt, Alexander	DJK Gummersbach	1:35:49	70	M	35	5
29.	Vincentz, Barbara	Rösrath	1:36:13	63	W	45	1
30.	Langwald, Thomas	TSG Valbert 1894	1:36:27	61	M	45	6
31.	Baltes, Achim	Köln-Porz	1:37:33	75	M	30	3
32.	Mielczarek, Norbert	Hürth	1:38:05	55	M	50	3
33.	Hubers, Christian	VV Tooltime	1:38:23	72	M	35	6
34.	Heinen, Olaf	BV o8 Lüttringhausen	1:38:33	66	M	40	9
35.	Gieraths, Hans-Peter	LT SV Westum	1:39:30	62	M	45	7
36.	Gold, Bernhard	Frankfurt	1:39:58	73	M	35	7
37.	Kroppenberg, Oliver	Bergisch Gladbach	1:40:29	84	M	HK	4
38.	Kasprzik, Peter	LT Saaler Mühle	1:40:36	58	M	50	4
39.	Weber, Joachim	Düsseldorf	1:40:51	70	M	35	8
40.	Kreuder, Jörg	Ohligser TV	1:41:34	69	M	40	10
41.	Resch, Kilian	Köln-Porz	1:42:22	61	M	45	8
42.	Scheele, Michael	ELA-PELA	1:42:31	68	M	40	11
43.	Brinkmann, Uwe	Bergland Runners	1:42:41	64	M	45	9
44.	Jerrosch, Marianne	Bergheim	1:42:47	61	W	45	2
45.	Jacobs, Kurt	ERGO sports Köln Lan	1:43:06	40	M	65	1
46.	Schneider, Stephan	VFL Engelskirchen	1:43:09	67	M	40	12
47.	Arndt, Wolfram	Bonn	1:43:14	60	M	45	10
48.	Röhrig, Thomas	TroisdorfHotwheels	1:43:34	58	M	50	5
49.	Pogarell, Hans-Hermann	Köln	1:43:38	59	M	50	6
50.	Diawuoh, Annabel	VFL Engelskirchen	1:43:52	89	W	Jun	1
51.	Scholtis, Felix	Hagen	1:44:25	89	M	Jun	1
52.	Arndt, Jörg	Leverkusen	1:44:29	61	M	45	11
53.	Peikert, Alexander	Brücker Lauffreunde	1:44:31	56	M	50	7
54.	Andernach, Helmut	LT TuS Mondorf	1:44:43	50	M	55	1
55.	Asal-Campell, Thomas	Köln	1:45:18	71	M	35	9
56.	Enghofer, Dr.Erich	TV Planegg	1:45:21	49	M	60	1
57.	Duikers, Patrick	Köln	1:45:32	61	M	45	12
58.	Kornführer, Pascal	Leverkusen	1:45:46	80	M	HK	5
59.	Schmechel, Anke	Brücker Lauffreunde	1:46:07	67	W	40	2
60.	Aerts, Henri	ES Gronsveld/ Nieder	1:46:21	58	M	50	8
61.	Gollyh, Hans	EW Gronsveld/ Nieder	1:46:23	57	M	50	9
62.	Baum, Dieter	Pulheim	1:46:24	63	M	45	13
63.	Behle, Stefan	SV o9/35 Wermelskirc	1:47:13	65	M	40	13
64.	Miebach, Paul	Köln-Porz-Grengel	1:47:22	59	M	50	10
65.	Balzer, Reinhold	Ratingen	1:47:32	55	M	50	11
66.	Göbgen, Rolf	LT Schlickrutscher	1:48:16	57	M	50	12
67.	Debald, Volker	ASV Wesseling 1985 e	1:48:22	44	M	65	2
68.	Boelen-Theile, Claus	Rösrath	1:49:39	66	M	40	14
69.	Gebehart, Beate	LT Saaler Mühle	1:49:49	61	W	45	3
70.	Schmergal, Michael	Margrets Intervaljun	1:49:49	60	M	45	14
71.	Van Engelen, Huib	Bad Bentheim	1:49:55	62	M	45	15
72.	Van Engelen, Elke	Bad Bentheim	1:49:56	65	W	40	3
73.	Froehlich, Armin	TV Arrendorn Tri-Tim	1:50:05	75	M	30	4
74.	Klancic, Stefan	Mühleip	1:50:08	64	M	45	16
75.	Hey, Patricia	Niederkassel	1:50:13	80	W	HK	2
76.	Maschita, Claudios	Frankfurt	1:50:50	77	M	30	5
77.	Edeling, Alexander	Essen	1:50:53	84	M	HK	6
78.	Boderke, Christian	Essen	1:50:54	83	M	HK	7
79.	Becher, Bernhard	Köln	1:51:21	79	M	30	6
80.	Winkler, Uwe	SV o9/35 Wermelskirc	1:51:27	65	M	40	15
81.	Haas, Achim	LG Stolberg	1:51:30	57	M	50	13
82.	Kröling, Matthias	Köln	1:51:36	89	M	Jun	2
83.	Iwanek, Sebastian	Köln-Porz	1:51:42	78	M	30	7
84.	Yesilkaya, Dr.Tanju	Bayer Vital GMBH	1:52:20	77	M	30	8
85.	Clemens, Jan	Köln	1:52:26	81	M	HK	8
86.	Hinnecke, Matthias	Köln	1:52:40	73	M	35	10
87.	Kalscheuer, Tobias	Schwarz-Weiss-Dürren	1:54:46	82	M	HK	9
88.	Weber, Johannes	Leichlingen	1:54:52	82	M	HK	10
89.	Guntermann, Diane	Burscheid	1:54:54	77	W	30	1
90.	Jlein, Jürgen	Leverkusen	1:55:34	63	M	45	17
91.	Jaschky, Iris	ASV Sankt Augustin	1:55:55	61	W	45	4
92.	Steinke, Gerhard	Köln	1:56:47	42	M	65	3
93.	Desouza, Fiix	Wahlrod	1:57:23	86	M	HK	11
94.	Wirth, Burkhard	Euskirchen	1:57:36	54	M	55	2
95.	Heße, Axel	Köln	1:57:52	58	M	50	14
96.	Meuser, Michael	DZ Bank Runners	1:57:59	70	M	35	11
97.	Kappe, Dietmar	Ugand Waragi	1:58:09	59	M	50	15
98.	Blodig, Matthias	Köln	1:58:46	78	M	30	9

99.	Gosing, Bettina	Siegburg	1:59:15	73	W	35	1
100.	Reimann, Kai	Bedburg	1:59:16	73	M	35	12
101.	Knoblich, Dieter	LLC Marathon Regensb	1:59:28	53	M	55	3
102.	Di Michaele, Sandra	Frankfurt	1:59:42	72	W	35	2
103.	Linden, Kai	runningman 1972	1:59:51	72	M	35	13
104.	Hildebrandt, Oliver	LT Leidenhausen GSV	2:00:15	61	M	45	18
105.	Möller, Geli	LSH Elsdorf	2:00:33	64	W	45	5
106.	Dettinger-Krätz, Rita	Henef	2:00:44	68	W	40	4
107.	Neumann, Stephan	RTB Remscheider Mara	2:01:13	53	M	55	4
108.	Ranft, Anne-Kathrin	die Laufmäuse	2:02:11	59	W	50	1
109.	Hommens, Peter	die Laufmäuse	2:02:11	57	M	50	16
110.	Gassmüller, Dirk	Coll Runnings Brühl	2:02:15	61	M	45	19
111.	Meyer, Beate	Hürth	2:02:37	60	W	45	6
112.	Henkelmann, Matthias	HSV Dormagen-Süd	2:02:46	54	M	55	5
113.	Sommer, Stefan	Köln	2:02:51	57	M	50	17
114.	Bickendorf, Marion	Running TV Bedburg	2:03:13	63	W	45	7
115.	Bickendorf, Josef	Running TV Bedburg	2:03:13	64	M	45	20
116.	Jäger, Edgar	Köln	2:03:34	58	M	50	18
117.	Hinnecke, Hannes	Nürnberg	2:03:36	64	M	45	21
118.	Engelke, Uwe	St. Augustin	2:04:25	67	M	40	16
119.	Galllittu, Sandra	Solingen	2:05:06	70	W	35	3
120.	Hein, Matthias	Merscheider TV	2:05:06	71	M	35	14
121.	Mikoteit, Dirk	Bergland Runners	2:05:38	60	M	45	22
122.	Söllner, Franziska	Leverkusen	2:06:11	86	W	HK	3
123.	Willms, Jörg	HSV Dormagen-Süd	2:06:34	66	M	40	17
124.	Heller, Marlene	Köln	2:06:57	52	W	55	1
125.	Krone, Heike	RTB Remscheider Mara	2:07:49	62	W	45	8
126.	Kathage, Uwe	Marathon Team SKUKdo	2:08:22	61	M	45	23
127.	Mehren, Andreas	DJK Rheinkraff Neuss	2:09:00	60	W	45	9
128.	Klein, Günter	Köln	2:11:07	70	M	35	15
129.	Mehren, Jutta	DJK Rheinkraff Neuss	2:11:08	64	W	45	10
130.	Seidel, Dunja	Köln	2:12:26	76	M	30	10
131.	Müller, Beate	Remscheid	2:13:03	74	W	35	4
132.	Brügger, Markus	Leverkusen	2:16:00	67	M	40	18
133.	Kuchenbecker, Hildegard	Köln	2:16:05	63	W	45	11
134.	Münch, Monja	Marienheide	2:25:49	79	W	30	2
135.	Drews, Ditmar	Euskirchen	2:25:50	60	M	45	24
136.	Stephan, Nadja	Köln-Porz	2:26:08	73	W	35	5
137.	Akbaba, Zehra	Köln	2:32:58	66	W	40	5

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

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg	Kl./Rang		
1.	Meller, Barbara	Nordic-Walkingtreff	37:41	63	W	45	1
2.	Auweiler, Hermann	Nordic-Walkingtreff	37:45	48	M	60	1
3.	Dürk, Michael	DJK Concordia	37:47	54	M	55	1
4.	Zühlsdorf, Horst	Nordic-Walkingtreff	39:59	37	M	70	1
5.	Schmidt, Klaus	Nordic-Walkingtreff	40:16	56	M	50	1
6.	Zühlsdorf, Erna	Nordic-Walkingtreff	40:24	39	W	70	1
7.	Bauer, Raimond	Nordic-Walkingtreff	40:41	51	M	55	2
8.	Esser, Erich	Nordic-Walkingtreff	40:43	40	M	65	1
9.	Baumgarte, Rosmarie	Nordic-Walkingtreff	40:55	41	W	65	1
10.	Keune, Ernst	Nordic-Walkingtreff	41:41	51	M	55	3
11.	Asbeck, Heidi	Nordic-Walkingtreff	41:48	42	W	65	2
12.	Schmidt, Antonia	Nordic-Walkingtreff	41:50	60	W	45	2
13.	Baumgarte, Manfred	Nordic-Walkingtreff	42:23	40	M	65	2
14.	Joos, Norbert	Nordic-Walkingtreff	45:57	52	M	55	4

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

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg	Kl./Rang		
1.	Baumann, Jürgen	Dernau	33:46	44	M	65	1
2.	Biesenbach, Roger	LTD Köln-Dellbrück	34:33	52	M	55	1
3.	Girards, Rudolf	SC Buchenhöhe Horrem	35:08	38	M	70	1
4.	Meyer, Adi	Brühler TV 1879	35:43	34	M	75	1
5.	Hennecke, Gerd-Manfred	SV Bayer Leverkusen	41:44	36	M	70	2

6. Apitz, Daniela
7. Hünseler, Heidi

Marathon-Freunde	Köl	41:59	60	W	45	1
Marathon-Freunde	Köl	41:59	50	W	55	1