

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 1000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 3				
1.	Helten, Noah	GSV Porz	10:27	07
M 6				
1.	Grote, Tobias	Don Bosco Schule Humboldt	5:42	04
2.	Dimitiou, Georgios	GSV Porz	6:00	04
3.	Orellana, Luiz	Troisdorf	7:07	04
4.	Frechen, Tobias	Don Bosco Schule Humboldt	7:23	04
M 7				
1.	Berghausen, Justus	GSV Porz	5:02	03
2.	Waderna, Marlon	GSV Porz	5:12	03
3.	Best, Nils	GSV Porz	5:58	03
4.	Brüster, Magnus	Neukirchener TV 1886 Leve	6:03	03
5.	Best, Lars	GSV Porz	6:05	03
6.	Schallenberg, Marvin	Don Bosco Schule Humboldt	6:06	03
7.	Korajac, Edin	Don Bosco Schule Humboldt	6:07	03
8.	Longert, Nils	Köln-Porz	7:11	03
M 8				
1.	Scheilz, Sven	TV Neunkirchen 1908	4:17	02
2.	Krüger, Lennart	Don Bosco Schule Humboldt	4:23	02
3.	Azizmohammadi, Elliott	TSV Hochdahl 64 e.V.	4:35	02
4.	Florian, Kreutz	GSV Porz	4:53	02
5.	Müller, Luca	Trikids Tus Ahrweiler	4:56	02
6.	Humbach, Dennis	GSV Porz/Köln	4:57	02
7.	Demeulemeester, Jolan	PSV Brühl Triathlon	5:04	02
8.	Santo, Marc	TSV Hochdahl 64 e.V.	5:10	02
9.	Braun, Glenn	Neukirchener TV 1886 Leve	5:13	02
10.	Rusch, Tim	Don Bosco Schule Humboldt	5:38	02
11.	Frechen, Jonas	Don Bosco Schule Humboldt	5:58	02
12.	Bauer, Adil	TuS Ahrweiler	6:12	02
13.	Dekeyser, Richmar	Don Bosco Schule Humboldt	6:17	02
14.	Jose, Jens	GSV Porz	6:17	02
15.	Safoglu, Togay	Don Bosco Schule Humboldt	6:29	02
16.	Körner, Lars	TSV Hochdahl 64 e.V.	6:52	02
17.	Fama, Daniele	Don Bosco Schule Humboldt	7:38	02
18.	Krüper, Jens	Don Bosco Schule Humboldt	8:03	02
M 9				
1.	Kaufmann, Justus	VFL Engelskirchen	3:44	01
2.	Stein, Jannik	VFL Engelskirchen	4:03	01
3.	Amian, Lukas	Neukirchener TV 1886 Leve	4:13	01
4.	Benamer, Lounis	Trikids Tus Ahrweiler	4:18	01
5.	Humbach, Andr,	GSV Porz/Köln	4:36	01
6.	Müller, Bastian	Trikids Tus Ahrweiler	4:39	01
7.	Potratz, Til	Neukirchener TV Leverkusen	4:44	01
8.	Jungermann, Tim	Tri Power Rhein Sieg	4:48	01
9.	Buchmann, Jan	GSV Porz	4:49	01
10.	Hoppig, Paul	Köln	4:50	01
11.	Willms, Jan	Neukirchener TV 1886 Leve	4:51	01
12.	Grote, Gregor	Don Bosco Schule Humboldt	4:56	01
13.	Zerell, Simeon	Köln-Porz	5:03	01
14.	Altundag, Dogan-Luca	SV Bergheim	5:03	01
15.	Uswa, Leon	Don Bosco Schule Humboldt	5:04	01
16.	Götte, Xaver	LC Weilerswist	5:05	01
17.	Husch, Tobias	Köln-Porz	5:08	01
18.	Höpner, Oliver	Don Bosco Schule Humboldt	5:08	01
19.	Özmen, Emre	Don Bosco Schule Humboldt	5:09	01
20.	Letonai, Marcel	Don Bosco Schule Humboldt	5:11	01
21.	Knoth, Andreas	GSV Porz	5:15	01
22.	Gummer, Arthur	Don Bosco Schule Humboldt	5:29	01
23.	Orellana, Carlos	Troisdorf	5:56	01
24.	Reudenbach, Tim	Don Bosco Schule Humboldt	6:02	01
25.	Schultze, Niklas	Troisdorf	6:03	01
26.	Kisner, David	Don Bosco Schule Humboldt	6:06	01
27.	Paganetti, Nicolas	Don Bosco Schule Humboldt	6:10	01
M 10				
1.	Dürscheidt, Jan	Köln-Porz	4:17	00
2.	Hinz, Oliver	GSV Porz	4:20	00
3.	Prinz, Moritz	Die rasenden Schnecken	4:32	00
4.	Ghabri, Amin	GSV Porz	4:36	00
5.	Hahn, Lucas	SV Lohmar	4:47	00
6.	Bochynek, Paul	Köln	4:49	00
7.	Sturm, Martin	SV Bergisch Gladbach	4:50	00
8.	Stehr, Phillip	Trikids TuS Ahrweiler	4:59	00
9.	Ottinger, Rupert	PSV Köln	5:02	00
10.	Kaminski, Kai	GSV Porz	5:11	00
11.	Kilit, Serhat	Don Bosco Schule Humboldt	6:03	00
12.	Tokgözoglu, Johnpierre	Don Bosco Schule Humboldt	7:58	00
M 11				
1.	Schulz, Ole	SV Bergisch Gladbach	3:58	99
2.	Harff, Leander	Rheinbach	4:02	99
3.	Benda, Alexandre	ASV Sankt Augustin	4:09	99
4.	Wolfgarten, Pascal	GSV Porz	4:15	99
5.	Löllgen, Ren,	TUS Ahrweiler	4:17	99
6.	Assenmacher, Christoph	Trikids TuS Ahrweiler	4:37	99
7.	Axmacher, Maximilian	ASV Sankt Augustin	4:43	99
8.	Götte, Konrad	LC Weilerswist	4:43	99

9. Braun, Noah	Neukirchener TV 1886 Leve	5:01	99
10. Koschella, Kamil	GSV Porz	5:06	99
11. Weichhaus, Sönke	GSV Porz	5:11	99
12. Bauer, Philip	TC Blau-Weiß-Aegidienberg	5:40	99
13. Lausch, Simon	GSV Porz	5:43	99
14. Ismail, Ali	Don Bosco Schule Humboldt	5:57	99
15. Husarek, Sean	Don Bosco Schule Humboldt	6:30	99
16. Kubilay, Kilic	Don Bosco Schule Humboldt	6:36	99
17. Wolf, Jan	Don Bosco Schule Humboldt	6:48	99
18. Kosa, Marcel	Don Bosco Schule Humboldt	7:01	99

M 12

1. Sommer, Tobias	SV Bergisch Gladbach	3:46	98
2. Boje, Niklas	GSV Porz	4:00	98
3. Graf, Leonhard	Pulheimer SC	4:00	98
4. Kolberg, Lennert	Trikids Tus Ahrweiler	4:04	98
5. Tack, Matthias	Köln-Dellbrück	4:36	98
6. Hahn, Felix	SV Lohmar	4:41	98
7. Husch, Florian	Köln-Porz	4:46	98
8. Wegen, Christian	Hauptschuler Wuppertaler	4:48	98
9. Mateusz, Drapinski	Don Bosco Schule Humboldt	6:04	98

M 13

1. Frericks, Melvin	GSV Porz	3:56	97
2. Schümmer, Timo	GSV Porz	4:31	97
3. Siewer, Jan	SC Olpe e.V.	5:13	97
4. Liekendael, Jonah	Pulheim	5:16	97

M 14

1. Gebehart, Robin	SV Bergisch Gladbach	3:59	96
2. Müller, Björn	SV Bergisch Gladbach	4:05	96
3. Mouritz, Oliver	SV Bergisch Gladbach	4:23	96

M 15

1. Morawe, Jean Cederic	LC Weilerswist	3:43	95
2. Bauer, Fabian	Sportfreunde Aegidienberg	4:33	95

W 4

1. Longert, Maya	Köln-Porz	10:00	06
------------------	-----------	-------	----

W 5

1. Hasselweiler, Lea	Köln-Porz	6:15	05
2. Amian, Laura	Neukirchener TV 1886 Leve	7:10	05

W 6

1. Zerell, Sarah	Köln-Porz	5:53	04
2. Willms, Nina	Neukirchener TV 1886 Leve	6:59	04
3. Ottinger, Nelda	PSV Köln	7:03	04

W 7

1. Münzel, Jule	LG ASV DSHS Köln	5:13	03
2. Kisner, Emilie	Don Bosco Schule Humboldt	6:51	03
3. Hoppig, Lena	Köln	7:36	03

W 8

1. Carstens, Nika	ASV Sankt Augustin	4:17	02
2. Herr, Sarah	Don Bosco Schule Humboldt	4:55	02
3. Cyrankowska, Oliwia	Don Bosco Schule Humboldt	5:11	02
4. Seidel, Paula	TSV Hochdahl 64 e.V.	6:08	02
5. Korolev, Kristin	Don Bosco Schule Humboldt	6:51	02
6. Schmickler, Julia	Don Bosco Schule Humboldt	6:55	02
7. Fama, Laura	Don Bosco Schule Humboldt	7:26	02
8. Fama, Chira	Don Bosco Schule Humboldt	8:12	02

W 9

1. Cirpka, Heidi	Neukirchener TV 1886 Leve	4:42	01
2. Berghausen, Malin	GSV Porz	5:20	01
3. Mecavica, Belma	Neukirchener TV 1886 Leve	5:25	01
4. Mecavica, Selma	Neukirchener TV 1886 Leve	5:28	01
5. Schlüter, Sarah Celine	Don Bosco Schule Humboldt	5:51	01
6. Schiel, Leandra	GSV Porz	6:07	01
7. Nur Ayten, Esra	Don Bosco Schule Humboldt	6:53	01
8. Homann, Melissa	Don Bosco Schule Humboldt	7:02	01
9. Plum, Michelle	Don Bosco Schule Humboldt	7:22	01

W 10

1. Cirpka, Ina	Neukirchener TV 1886 Leve	4:33	00
2. Schieberle, Anne	TSV Bayer Leverkusen	4:35	00
3. Visser, Cindy	GSV Porz	4:39	00
4. Schürhoff, Joy	GSV Porz	4:40	00
5. Kleinsorge, Lea	TSV Glessen	4:42	00
6. Hinrichs, Prisca	ASV Sankt Augustin	4:48	00
7. Neubeiser, Saskia	GSV Porz	5:03	00
8. Demeulemeester, Orfee	PSV Brühl Triathlon	5:04	00
9. Forsch, Anja	TPSK-Rudern	5:07	00
10. Leuwer, Ann-Kristin	Neukirchener TV 1886 Leve	5:07	00
11. Jahner, Madleine	Trikids Tus Ahrweiler	5:13	00
12. Stehr, Laura	Trikids TuS Ahrweiler	5:14	00
13. Flügel, Saskia	GSV Porz	5:23	00
14. Bollert, Philippa	Neukirchener TV 1886 Leve	5:27	00
15. Jörisen, Lena	GSV Porz	5:36	00
16. Jose, Lena	GSV Porz	5:41	00
17. Golubovic, Tijana	GSV Porz	5:48	00
18. Antonic, Adriana	GSV Porz	5:49	00
19. Tollas, Natascha	Don Bosco Schule Humboldt	6:51	00
20. Lannois, Julie	Don Bosco Schule Humboldt	6:57	00
21. öztürk, Kübra	Don Bosco Schule Humboldt	7:01	00
22. Kirchmann, Jasmin	Don Bosco Schule Humboldt	7:22	00
23. Sharma, Annika	ASV Sankt Augustin	11:13	00

W 11

1. Müller, Louisa	ASV Sankt Augustin	4:03	99
2. Janssen, Melena	ASV Sankt Augustin	4:12	99
3. Schulz, Mala	SV Bergisch Gladbach	4:16	99
4. Ritter, Sophie	SFD 75 Düsseldorf	4:29	99
5. Stüttgen, Sophie	Neukirchener TV 1886 Leve	4:32	99
6. Reifenberger, Josefina	ASV Sankt Augustin	4:47	99
7. Miesen, Marcia	Don Bosco Schule Humboldt	4:57	99
8. Petrou, Smaragda	GSV Porz	5:04	99
9. Roehricht, Lara	TV Rodenkirchen 1898	5:05	99
10. Weigmann, Marie	ASV Sankt Augustin	5:06	99
11. Benamer, Jasmina	Trikids Tus Ahrweiler	5:39	99
12. Liekendael, Carolina	Pulheim	6:23	99

W 12

1. Wohlfeld, Lisa	Pulheimer SC	4:14	98
2. Gnau, Katharina	GSV Porz	4:16	98
3. Müller, Lea	Trikids Tus Ahrweiler	4:34	98
4. Fitter, Anna	ASV Sankt Augustin	4:35	98
5. Gnau, Rebecca	GSV Porz	4:38	98
6. Mouritz, Anja	SV Bergisch Gladbach	4:44	98
7. Müller, Anke	SV Bergisch Gladbach	4:44	98
8. Jüngel, Lisa	Neukirchener TV 1886 Leve	4:45	98
9. Schröter, Agnes	LG Gummersbach	5:14	98
10. Höffer, Meret	ASV Sankt Augustin	5:16	98
11. Kufahl, Cathrin	Sportfreunde Rot-Weiss	5:32	98

W 13

1. Benda, Sarah	ASV Sankt Augustin	4:07	97
2. Schulz, Nona	SV Bergisch Gladbach	4:13	97
3. Schröder, Julia	ASV Sankt Augustin	4:21	97
4. Fink, Alicia	SV Bergisch Gladbach	4:33	97
5. Lausch, Sophie	TPSK-Rudern	4:40	97
6. Resch, Lucia	Köln-Porz	5:20	97

W 14

1. Axmacher, Katharina	ASV Sankt Augustin	3:51	96
2. Jahner, Mariele	Trikids Tus Ahrweiler	3:52	96
3. Harff, Leonie	Rheinbach	4:16	96
4. Graf, Leonie	Pulheimer SC	4:38	96
5. Gerke, Chiara	GSV Porz	5:08	96

W 15

1. Scheu, Nina	ASV Sankt Augustin	4:54	95
----------------	--------------------	------	----

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 5000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg

M 8				
1.	Bauer, Adil	TuS Ahrweiler	42:24	02
M 9				
1.	Benamer Belkacem, Lounis	Trikids Tus Ahrweiler	27:31	01
2.	Müller, Bastian	Trikids Tus Ahrweiler	34:58	01
M 10				
1.	Kolberg, Lennert	Triathlon TuS Ahrweiler	25:43	00
M 11				
1.	Annegarn, Luca	Pulheimer SC	23:12	99
M 12				
1.	Baer, Leon	Niederkassel	26:46	98
2.	von Trostorff, Alexander	Köln-Porz	27:55	98
3.	Hünemeyer, Leon	GSV Porz	28:17	98
4.	Hungenberg, Lukas	Lauf AG Realschule Lindla	31:07	98
M 13				
1.	Thomanowski, Raphael	GSV Porz	25:13	97
2.	Sheriff, Nonkoh	GSV Porz	26:31	97
3.	Haubold, Fr,d,ric	Mechernich	27:53	97
M 14				
1.	Abel, Benedikt	BTV Brühl	21:09	96
2.	Namaki, Alexander	GSV Porz	21:52	96
3.	Frericks, Marcell	GSV Porz	21:54	96
4.	Graessner, Justus	Little Oaks	22:32	96
5.	Miesen, Jannic	GSV Porz	23:30	96
6.	Kronenberg, Lukas	LC Weilerswist	25:33	96
7.	Forsch, Ingo	TPSK-Rudern	27:57	96
M 15				
1.	Wilczek, Tobias	SV Bergisch Gladbach	20:02	95
2.	Frericks, Henry	GSV Porz	21:08	95
3.	Morawe, Jean Cederic	LC Weilerswist	25:20	95
4.	Jahner, Julius	Trikids Tus Ahrweiler	26:14	95
5.	Baer, Marvin	Niederkassel	35:15	95
M JgB				
1.	Abel, Lucas	PSV Brühl Team Triathlon	16:52	94
2.	Ralenovsky, Arthur	TV Refrath	17:15	93
3.	Hüttes, Marcel	PSV Brühl Tri team	19:38	94
4.	Butz, Maximilian	Team Laufcampus	20:15	94
5.	Bubeeg, Marc	ASV Sankt Augustin	20:34	94
6.	Siedler, Julius	GSV Porz	21:47	94
7.	Michaelis, Fabian	LG ASV DSHS Köln	22:14	94
8.	Benzenberg, Christopher	TuS Wesseling	22:26	94
9.	Pfannenschmidt, Nils	LC Weilerswist	22:29	93

10.	Leitinger, Jan	1.FC Spich/Lauftreff	23:16	94
11.	Forsch, Axel	TPSK-Rudern	23:30	94
12.	Wolf, Fabian	TPSK-Rudern	23:31	94
13.	Piffka, David	Lauf AG Realschule Lindla	23:32	94
14.	Kersjes, Richard	TPSK-Rudern	23:56	94
15.	Schalenbach, Lukas	LeoGoesRunning Team	25:05	93
16.	Mohr, Christian	LC Weilerswist	25:54	94
17.	J,rome, Hüwe	TPSK-Rudern	26:37	94
18.	Jend, Sanuel	TuS Wesseling	28:19	94
M JgA				
1.	Herrera, David	Kölner Triathlon Team 01	19:17	91
2.	Geimer, Christian	Team Möbel Hüsich	19:17	92
3.	Krüger, Artur	GSV Porz	24:14	91
M Jun				
1.	Jeckel, David	PSV Brühl Triathlon Team	16:51	89
2.	Herrera, Felix	Kölner Triathlon Team 01	18:36	89
M HK				
1.	Westerhausen, Thomas	SSG Königswinter	16:51	84
2.	Staggenborg, Nick	KTT 01	17:34	86
3.	Bettin, Dennis	LG Hückeswagen	17:46	88
4.	Schütt, Jan	bronny.de Running Team	18:46	85
5.	Herrera, Benjamin	Kölner Triathlon-Team 01	18:57	87
6.	Haasner, Olaf	Selecao	19:14	87
7.	Plitt, Christian	Fast & Furious	20:52	81
8.	Schober, Christian	TuS rrh. Köln	21:06	81
9.	Böhmer, Ren,	Köln	23:46	83
10.	Tuerxun, Aibibula	China	24:20	87
11.	Zoromba, Mohamed	Köln	24:26	82
12.	Ricolo Rostaiser, Eduardo	Selecao	24:58	87
13.	Trantes, Achin	Köln-Rath	26:32	88
14.	Epro, Gaspar	Polo Team	26:34	87
15.	Hamela, Anes	A-Team	27:52	81
16.	Notarius, Thorsten	SC Enzen	29:39	81
17.	Zapletal, Krzysztof	Polo Team	31:06	87
M 30				
1.	Bourrouag, Tarik	Bayer Leverkusen	16:28	76
2.	Nonas, Vasilios	Bronny PSV Bonn	17:33	80
3.	Hegenbart, Carsten	Köln	18:52	80
4.	Haasner, Adrian	A-Team	19:14	76
5.	Sauerbier, Marc	Köln	20:15	78
6.	Egger, Andy	Team Handelshof	22:43	78
7.	Junkermann, Frank	St.Hubertus Porz Urbach	22:50	80
8.	Esser, Mario	Mechernich	24:46	80
9.	Pankuweit, Martin	Weilerswist	28:30	77
10.	Christoffers, Thorsten	Rösrath	29:16	76
M 35				
1.	Meyer, Irek	TV Refrath	17:29	71
2.	van de Weyer, Stephan-Jos	Bunnert Running Team	18:02	75
3.	Koch, Ingo	Borener SV	18:41	73
4.	Schneider, Thomas	DJK Marienstatt	19:36	71
5.	Opitz, Björn	FC St.Pauli	20:18	74
6.	Zerell, Mischa	Köln-Porz	20:34	71
7.	Kehlbreier, Ralph	LG Gummersbach	20:53	74
8.	Lotz, Dirk-Henning	TV Refrath	20:54	74
9.	Klüver, Christian	Neunkirchen Seelscheid	23:20	74
10.	Demeulemeester, Koenraad	SSV Merten	23:43	72
11.	Pudlich, Heinz-Werner	SC Bunderkriminalamt	24:48	71
12.	Schmitz, Norbert	Mechernich	27:16	75
M 40				
1.	Hahn, Frank	SSG Königswinter	17:33	66
2.	Heimann, Görge	Bunnert Running Team	17:55	68
3.	Timme, Volker	LG Gummersbach	19:26	69
4.	Kalisch, Peter	LK 42,2 St.Augustin	20:05	69
5.	Zöhrerbauer, Mathias	GSV Porz/Köln	21:45	69
6.	Boelen-Theile, Claus	Rösrath	23:25	66
7.	Groneich, Martin	Bonn	23:28	67
8.	Poschmann, Mike	Wiehl	23:29	67
9.	Bochynek, Olaf	Köln	24:05	68
10.	Prinz, Frank	Die rasenden Schnecken	27:58	70
11.	Virnich, Bernd	DJK Blumenthal	29:31	66
12.	Kapkowski, Dirk	Köln	30:55	67
M 45				
1.	Sommershof, Joachim	PSV Bonn Triathlon	18:20	63
2.	Redlich, Michael	VFL Engelskirchen	18:30	61
3.	Butz, Andreas	Team Laufcampus	18:50	65
4.	Cirpuka, Enno	Neukirchener TV Leverkusen	19:14	63
5.	Pöhler, Frank	TV Refrath	19:43	62
6.	Müller, Ralf	Running Shoes Spich	23:06	65
7.	Götte, Roland	LC Weilerswist	27:14	61
8.	Tack, Thomas H.	Köln-Dellbrück	27:34	62
9.	Haubold, Andr,	Mechernich	27:56	65
10.	Volkmer, Rainer	LT Sommersberg	28:41	61
11.	Wiesen, Rolf	Brühl	28:51	65
12.	Müller, Franz	SG Bad Breisig	29:41	64
13.	Schalenbach, Andreas	LeoGoesRunning Team	29:51	63
14.	Mika, Andreas	TSV Norf	39:03	64
M 50				
1.	Dupont, Jürgen	LTD Köln-Dellbrück	21:28	60
2.	Kornfeld, Uwe	LC Duisburg	22:56	60
3.	Michaelis, Bernd	ASV Wesseling 1985 e.V.	22:58	57
4.	Krömer, Heinz-Werner	1.FC Spich/Lauftreff	23:17	59
5.	Schmidt, Hans-Ulrich	GSV Porz	25:44	57
6.	Forsch, Hans-Jürgen	TPSK-Rudern	27:26	60

7. Pers., Jürgen	RTC Frechen 1980	34:25	56
M 55			
1. Wermekes, Dieter	TSV Rönsahl 1886	20:58	53
2. Cordes, Gerhard	TV Fredeburg	21:27	55
3. Spenrath, Rolf	TV Refrath	22:05	51
4. Spölggen, Joachim	Team Voreifel	22:17	54
5. Schönhoff, Dr.Horst	Team Laufcampus	24:55	54
6. Kleinsorge, Stefan	Bergheim	25:41	52
M 60			
1. Runge, Günther	VFL Engelskirchen	23:49	47
2. Schmitz, Manfred	Mechernich	26:08	50
3. Bender, Rolf	Köln	27:07	50
4. Gräter, Kurt	Blackfoot Cologne	33:08	48
5. Schulz, Kurt	RheinRunners Cologne	34:57	46
M 65			
1. Pacholke, Frank	Niederkassel	25:24	41
2. Fischer, Hermann-Josef	TV Voiswinkel 1919 e.V.	26:13	44
3. Stiehl, Hans-Detlev	LT Kerpen	26:48	42
M 70			
1. Rittmeyer, Gerhard	Ford-Team-Köln	27:10	39
2. Meyer, Otto	Kall	33:47	37
3. Pütz, Willi	WDR Köln Aktiv	38:39	36
M 75			
1. Kühnel, Wolfgang	Los Köln 09	30:24	35
2. Mohr, Rudi	TFG Köln Nippes 1878	31:08	34
3. Schulte-Schröer, Hermann	ASG Altenkirchen Rott	37:21	34
4. Radecke, Gunter	TV Hennef	38:15	32
W 11			
1. Humbach, Jasmin	GSV Porz/Köln	29:25	99
W 12			
1. Rothkopf, Alexandra	LG Monheim/Baumberg	30:28	98
W 14			
1. Exner, Lucia	GSV Porz	26:47	96
2. Schalenbach, Leonie	LeoGoesRunning Team	29:45	96
3. Wolff, Cara	GSV Porz	34:59	96
W 15			
1. Stüttgen, Laura	Neukirchener TV Leverkusen	24:20	95
2. Forsch, Vera	TPSK-Rudern	26:46	95
3. Münzel, Hanna	LG ASV DSHS Köln	30:21	95
4. Resch, Marie	Köln-Porz	31:10	95
W JgB			
1. Geske, Ann-Julie	PSV Brühl Team Triathlon	20:35	93
2. Jeckel, Ruth	PSV Brühl Team Triathlon	23:02	93
3. Schütten, Simone	TPSK-Rudern	26:47	94
4. Exner, Julia	TPSK-Rudern	26:47	94
5. Kemmerich, Davina	Lauf AG Realschule Lindlar	28:23	94
6. Morawe, Pia	LC Weilerswist	32:16	93
7. Chromy, Adriane	GSV Porz	32:26	94
W Jun			
1. Oelerich, Imke	PSV Bonn	20:22	89
2. Dettmar, Sabine	USC Bochum	21:19	90
3. Jost, Nadine	2 Fast 2 Furious	24:56	89
4. Zacharias, Ramona	Köln-Porz	25:14	89
W HK			
1. Lysoniewska, Dominika	Fast & Furious	21:12	87
2. Skarbowska, Adrianna	A-Team	24:01	87
3. Rietzschel, Tina	Bunnert Running Team	25:16	85
4. Schumacher, Nina	Boxclub Wipperfürth	25:52	87
5. Trantes, Marion	Köln-Rath	27:44	86
6. Sommer, Stefanie	Selecao	27:52	84
7. Morjaschov, Natalia	Borener SV	30:55	85
8. Szirma, Zita	Köln	31:06	87
9. Joos, Liane	Köln-Porz	33:45	84
10. Hammesfahr, Simone	Solingen	34:30	82
11. Bigdowska, Anna	Joker Team	39:48	86
W 30			
1. Viebahn, Christl	TV Refrath	18:00	76
2. Christoffers, Regina	Rösrath	29:46	79
3. Sänger, Monika	Köln	36:24	76
4. Kaspar, Daniela	Meerbusch	42:16	80
W 35			
1. Schulze, Susanne	Brühl	18:45	75
2. Bingel, Judith	USC Bochum	18:46	74
3. Verschuere, Barbel	Bornheim	24:55	72
4. Humbach, Petra	GSV Porz/Köln	29:53	71
5. Brüster, Andrea	Neukirchener TV Leverkusen	33:03	71
W 40			
1. Schäpers, Silke	TV Refrath	18:44	70
2. Poensgen, Kelly	VTG Köln	24:01	66
3. Meyer, Heidi	SSF Bonn	24:10	68
4. Oppper, Sylke	LeoGoesRunning Team	29:07	68
5. Frorath, Karina	LG Hückeswagen	33:39	69
6. Roehricht, Claudia	Köln	36:23	68
W 45			
1. Zündorf, Sigrid	TV Refrath	20:31	65

2.	Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	23:04	65
3.	Müller, Ute	Gummersbach	23:15	61
4.	Kipp, Doris	Berg. Gladbach	28:20	62
5.	Deuss, Almut	TPSK-Rudern	29:20	62
6.	Schalenbach, Angelika	LeoGoesRunning Team	30:02	65
7.	Meyer, Silvia	LeoGoesRunning Team	32:25	64
8.	Schröter, Heidrun	LG Gummersbach	33:38	63
9.	Moosdorf, Beate	RheinRunners Cologne	34:56	62
10.	Schorn, Anita	Köln	38:52	63

W 50

1.	Schaefer, Monika	Polizei Bonn	25:23	56
2.	Jahner, Gabriele	TUS Ahrweiler Triathlon	28:25	57
3.	Scholz, Ulrike	Berleburg	29:17	60
4.	Siewer, Meong Ok	SC Olpe e.V.	29:39	60
5.	Schmidt, Rita	GSV Porz	30:40	58

W 55

1.	Wehle, Sigrid	Köln Höhenhaus	33:36	52
----	---------------	----------------	-------	----

W 60

1.	Stiehl, Brigitte	LT Kerpen	31:07	47
2.	Werth, Sigrid	Wermelskirchen	31:28	48
3.	Kaufhold, Christiane	GSV Porz	34:32	49
4.	Wilczek, Eva	BSG Hilden	35:19	46

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 10.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg

M 11				
1.	Münzel, Justus	LG ASV DSHS Köln	56:09	99
M 12				
1.	Lauten, Dario	Running TV Bedburg	55:21	98
M 13				
1.	Nohn, Alexander	Trikids Tus Ahrweiler	48:56	97
M 15				
1.	Weike, Marcel	Niederkassel	58:16	95
2.	Zab, Sebastian	LF Trills 09	76:34	95
M JgA				
1.	Butz, Gerrit	Sportfreunde Eil	47:14	91
M HK				
1.	Briesenick, Frank	TuS rrh. Köln	33:37	82
2.	Junker, Tobias	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	35:34	83
3.	Lorbach, Daniel	TuS rrh. Köln	38:47	82
4.	Frenser, Thorsten	Löschguppe Eil	45:38	87
5.	Kunze, Sebastian	Dünnwalder TV 1905	46:44	86
6.	Klostermann, Michael	Muckel & Perg	46:55	83
7.	DiArnese, Gianni	Leverkusen	49:21	81
8.	Virnich, Dennis	DJK Blumenthal	51:50	83
9.	Schmelting, Ren,	Köln	52:52	83
10.	Küster, Andre	Berg. Gladbach	53:37	84
11.	Tokple, Olivier	Leverkusen	54:53	83
12.	Orth, Dustin	Wuppertal	67:46	85
M 30				
1.	Martin, Frederik	KTT 01	35:32	80
2.	Gusinde, Frank	RTC Frechen 1980	41:23	77
3.	Longert, David	Bunert Running Team	42:39	76
4.	Koopmann, Oliver	RTC Frechen 1980	42:40	80
5.	Hein, Ingo	Veedel Runners	46:07	76
6.	Schink, Oliver	Köln-Rath	46:24	77
7.	Leffelsender, Thomas	Freiwillige Feuerwehr Eil	53:38	77
8.	Eichner, Dominic Luca	Köln	56:25	80
9.	von Hebel, Uwe-Hendrik	Hildener AT Triathlon	57:59	77
10.	Wyrwoll, Stefan	Bonn	63:56	80
11.	Reinke, Ulrich	Königswinter	64:07	79
M 35				
1.	Seelbach, Knut	SG Niederhausen-Birkenbeu	35:59	74
2.	Lohmaier, Patrick	ASV Köln Triathlon	36:30	75
3.	Reitz, Abram	Papakram	40:10	71
4.	Waschkewitz, Markus	TsV Dieringhausen	40:24	72
5.	Brors, Stefan	TIE Breack Troisdorf	44:41	71
6.	Spornhauer, Björn	ASV Köln Triathlon	47:37	74
7.	Rüffler, Andreas	DLRG Wipperfürth	47:49	71
8.	Kohlhammer, Karsten	Leverkusen	48:58	72
9.	Kehrbusch, Rainer	Triathlon TuS Ahrweiler	49:03	73
10.	Grenmel, Jens	Veeddelfighters.de	52:39	72
11.	Hirsch, Manfred	Hängebauchhirsche Köln	53:48	71
12.	Stoß, Dirk	Köln-Rath	55:25	71
13.	Kottmann, Thorsten	Wuppertal	56:33	74
14.	Bloeming, Dirk	Team Erdinger Alkoholfrei	56:37	72
15.	Otto, Holger	Köln-Porz	59:25	72
M 40				
1.	Bullach, Andreas	LG Hückeswagen	34:38	69
2.	Weiß, Markusas	RSV Euskirchen	37:48	69
3.	Schneider, Thomas	LG RWE Power	38:16	69
4.	Poischen, Thomas	Köln	38:22	70
5.	Kudinov, Alexander	LG Hückeswagen	39:51	68
6.	Muell, Stephan	Storm Team Triathlon	40:07	70
7.	Mockenhaupt, Armin	TuS Deuz	40:17	67

8. Neiß, Reiner	TuS Deuz-Siegerland	41:19	69
9. Brauner, Dirk	Tusem Essen	41:40	69
10. Greger, Helmut	ASV Köln Triathlon	42:49	69
11. Schön, Ralf	Düsseldorf	42:53	68
12. Müller, Josef	LT Grafschaft	43:39	68
13. Pfannenschmidt, Timo	LC Weilerswist	44:04	66
14. Nitschke, Axel	Team Dolorgiet Punctomed	44:28	67
15. Niekrawietz, Peter	Köln	44:42	68
16. Schneider, Stephan	VFL Engelskirchen	45:26	67
17. Blumenfeld, Frank	Köln	46:27	67
18. Pohl, Marcus	Junge Sinfonie Köln e.V.	46:40	67
19. Schulz, Torsten	1.FC Spich/Lauftreff	49:39	68
20. Graessner, Chris	Little Oaks	49:45	67
21. Pagars, Sven	ESV Gremberghoven	50:27	66
22. Neuss, Udo	Brühl	53:15	68
23. Blass, Frank	Wuppertal	54:41	67
24. Kyriion, Frank	LLG St. Augustin	59:17	66
25. Kunz, Karsten	Papitex Running Team	59:47	68
26. Schmidt, Volker	Pulheim	77:11	68

M 45

1. Kirschey, Thomas	Rot-Weiß Koblenz	34:27	61
2. Wagner, Helmut	Brühler TV 1879	37:20	65
3. Niederwipper, Harald	TSV Rönsahl 1886	38:38	62
4. Thuermer, Burkhard	Bornheim	41:59	61
5. Eschbach, Ralf	VFL Engelskirchen	42:22	63
6. Ghanem, Achim	Tod im Maisfeld Düsseldorf	42:35	64
7. Müller, Torsten	ASV St. Augustin	45:42	64
8. Solich, Roger	ASV Köln Triathlon	47:10	62
9. Bauß, Carsten	1.Kölner Laufstall	47:32	65
10. Kühnel, Manfred	BSG Postbank Köln	47:38	63
11. Schmitz, Konrad	PSV Brühl Tri team	48:36	61
12. Burbach, Rolf	Köln	49:16	62
13. Djamalpour, Darius	Running for Children	55:05	64
14. Liekendael, Rudi	Pulheim	55:44	61
15. Zöllner, Robert	Marathon Dinslaken	57:31	62
16. Kerkow, Detlev	Monheim	58:48	63
17. Zimmermann, Stephan	Papitex Running Team	59:45	65
18. Zimmermann, Stephan	Wesseling	59:46	64
19. Caspar, Karl-Heinz	Lauftreff Frühlinger See	65:27	62
20. Happ, Klaus	Bonn	66:05	61

M 50

1. Arndt, Hartmut	ASV Köln Triathlon	41:58	57
2. Black, Andreas	LC Wuppertal	42:06	59
3. Tillmann, Detlef	TuS Mechernich 1897 e.V.	44:10	58
4. Eidmann, Volker	Wuppertal	45:16	60
5. Burbach, Karl-Bernd	Köln	46:11	59
6. Robl, Joachim	Porz	46:31	60
7. Peikert, Alexander	Brücker Lauffreunde	46:45	56
8. Krause, Jürgen	Team Dolorgiet Punctomed	47:18	57
9. Nofftz, Klaus	Neukirchener TV Leverkusen	48:48	57
10. Gottschling, Klaus	Königsforst Marathon	49:11	59
11. Weike, Udo	Niederkassel	51:42	57
12. Breidenbach, Peter	Der Badorfer	53:05	56
13. Thron, Hans-Peter	ESV Gremberghoven	54:47	57
14. Peter, Ronald	HLG 98 Wuppertal	56:48	60
15. Jlsanker, Georg	Vaselino Quattro	63:23	60
16. Heider, Fritz	Frechen	73:12	58

M 55

1. Göbel, Harald	SSF Bonn	49:36	54
2. Talon, Jean Pierre	Team Dolorgiet Punctomed	49:38	51
3. Sarnetzki, Bernd	ESV Gremberghoven	53:02	52
4. Wendel, Roger	Köln-Porz	54:24	53
5. Hartmann, Werner	Köln-Porz	54:24	55
6. Hack, Martin	Köln	58:31	55
7. Salterberg, Klaus	Hennef	58:42	53

M 60

1. Schlössel, Ralf	LLG Haan-Hilden	46:32	50
2. Feindt, Reinhard	SG Bockenbergl 1965	46:46	50
3. Schewiola, Hans	Erftläufer	55:19	49
4. Ständer, Gerhard	Lauftreff Frühlinger See	65:28	50

M 65

1. Haude, Franz	TSV Rönsahl 1886	44:19	45
-----------------	------------------	-------	----

M 70

1. Beckel, Winfried	LAV Bad Godesberg 1952	52:11	37
2. Rückel, Horst	LCE / LZ Martinstr 24	53:21	40

W 14

1. Feldwisch, Marla	TV Refrath	50:10	96
---------------------	------------	-------	----

W HK

1. Würges, Kerstin	ASV Köln Triathlon	42:20	81
2. Eßer, Liisa	Köln	51:37	81
3. Steinberg, Carina	Troisdorf	52:54	85
4. Falzmann, Juliana	SC Vilkerath Lauftreff	56:31	81

W 30

1. Stainfordt, Rebekah	ASV Duisburg	42:57	80
2. Flammersfeld-Batouei, Ann	LAV Bad Godesberg 1952	50:26	77
3. Meyer, Christine	RTC Frechen 1980	56:03	76
4. Abraham, Cornell	Köln	57:11	79

W 35

1. Eschweiler, Marion	TV Refrath	40:44	72
2. Lenz, Astrid	ASV Köln	50:25	72
3. Junk, Elke	Ski-Club Daun e.V.	52:46	72

4. Potreck, Michaela	Wesseling	63:10	74
5. Meyer, Kerstin	LT Cloversoft	67:00	71
6. Hahlweg, Hildegard	ASG Elsdorf	69:05	73
W 40			
1. Görtz, Beate	ASV Köln Triathlon	39:20	69
2. Morawe, Andrea	LC Weilerswist	47:34	66
3. Hiesel, Evelyne	Zülpich	48:20	66
4. Heimbold, Petra	Heimbold Beratung	59:16	67
5. Wichterich, Andrea	Brühl	59:37	69
6. Heider, Peggy	Frechen	73:12	68
W 45			
1. Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	42:50	65
2. Müßeler, Gis,le	Troisdorf	43:19	64
3. Bahlmann, Katharina	Team Laufcampus	50:07	64
4. Ramb, Birgit	Rösrath	51:22	61
5. Schmitz, Claudia	PSV Brühl Tri team	51:30	64
6. Laufenberg, Ingrid	Brühl	51:55	61
7. Reuscher, Daniela	LT Saaler Mühle	52:47	62
8. Gajewski, Martina	Köln	55:00	62
9. Hamann, Brigitta	Bergisch-Gladbach-Refrath	57:02	63
10. Milz, Anke	Leichlingen	62:14	64
11. Wilbert, Sylvia	Vaselino Quattro	63:20	61
12. Ilsanker-Ehlen, Martina	Vaselino Quattro	63:21	63
W 50			
1. Cordes, Ursula	LG Sauerland	45:47	60
2. Kolberg, Swantj,	Triathlon TuS Ahrweiler	49:06	59
3. Wick, Birgit	Troisdorf	49:41	60
4. Lüke, Sabine	ESV Gremberghoven	49:47	60
W 55			
1. Wilbrand, Dr.Ulrike	LG Südsauerland	43:33	55
2. Wolf, Uschi	TV Huchem-Stammeln	57:44	55
3. Vogel, Carmen	Jüchen	59:03	54
4. Kordeuter, Jutta	MediVital Bergheim	77:10	54

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 15.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg

M HK				
1.	Dahl, Simon	Bunert Running Team	51:02	87
2.	Dürr, Thorsten	Fitness First	58:38	83
3.	Bosshammer, Michael	TV Grevenbroich Triathlon	59:36	84
4.	Schliwa, Sebastian	SV Ribland	1:00:30	83
5.	Rafei, Hamed	Fitness First	1:05:50	82
6.	Trautmann, Georg	HTC Schwarz-Weiß-Bonn	1:06:34	83
7.	Bender, Dennis	TG Nichtschwimmer	1:07:54	82
8.	Wilke, Max	DJK Frankenberg Aachen	1:08:29	81
9.	Wietscher, Stefan	TV Witzhelden	1:08:39	81
10.	Heckert, Heiko	Eberswalde Runners	1:09:36	82
11.	Kubista, Michael	Bonn	1:10:06	82
12.	Clemens, Jan	AVC Hoppersheider	1:20:42	81
13.	Heinze, Tobias	Köln	1:24:57	81
M 30				
1.	Kreth, Magnus	ASV Duisburg	50:33	76
2.	Restler, Andreas	Reebok Raking Team	55:06	77
3.	Geilenberg, Mark	Hildener AT Triathlon	1:02:12	76
4.	Albrecht, Denis	Düsseldorf	1:04:12	79
5.	Kirch, Markus	Komm an	1:05:15	76
6.	Rauch, Markus	Hosianna Runners	1:06:08	80
7.	Weiß, Alexander	Köln	1:06:59	79
8.	Heinecke, Stefan	AVC Hoppersheider	1:07:17	80
9.	Wind, Sebastian	RT Wind Immobilien	1:07:34	77
10.	Jacobs, Denis	Wipperfürth	1:09:00	76
11.	Elomari, Jawad	Medivital	1:10:13	80
12.	Schmidt, Michael	Hildener AT Triathlon	1:10:20	78
13.	Last, Christoph	TSV Rönsahl 1886	1:10:45	77
14.	Dignas, Christian	Tricologne	1:13:00	76
15.	Hammann, Frank	Köln	1:16:11	76
M 35				
1.	Fricke, Marc	Non-Stop-Ultra Brakel	51:10	74
2.	Skopnik, Manuel	TV Refrath	54:58	72
3.	Plohmann, Stefan	Freestyle-Plohmann.de	55:22	72
4.	Weghaus, Klaus	Köln	58:42	74
5.	Küpper, Jörg	Sportplus	1:01:09	74
6.	Röttgen, Ralf	jk running	1:02:08	71
7.	Jener, Marius	MJ Power	1:03:02	74
8.	Baltes, Achim	Köln-Porz	1:03:03	75
9.	Zander, Markus	LT Köln Süd	1:03:38	71
10.	Dahm, Martin	Örmser Kampfläufer	1:04:25	73
11.	Müller, Boris	Köln	1:04:35	73
12.	Kaiser, Daniel	LT Decksteiner Weiher##P	1:07:18	72
13.	Bajor, Roland	SSF Bonn	1:07:47	71
14.	Mehrens, Pascal	Tricologne	1:08:35	72
15.	Stark, Patrick	Bonn	1:09:24	72
16.	Zielke, Christian	Köln-Porz	1:09:32	72
17.	Brüning, Robert	LG Hückeswagen	1:10:30	72
18.	Metzke, Sven	Wipperfürth	1:11:26	72
19.	Kotysch, Christian	Tri Club Wuppertal	1:11:46	71
20.	Quirin, Carsten	BSG Kreissparkasse Koeln	1:13:15	71
21.	Mäurer, Christian	SV 09/35 Wermelskirchen	1:13:18	74
22.	Krawczyk, Sascha	Lauf(b)engel	1:14:23	74
23.	Peters, Joachim	Köln	1:14:26	74

24. Altemühle, Dirk	Berg. Gladbach	1:14:53	73
25. Lauten, Jürgen	Running TV Bedburg	1:15:00	72
26. Otten, Michael	Reken	1:15:36	73
27. Reimann, Kai	Running TV Bedburg	1:17:34	73
28. Weghaus, Stephan	Köln	1:18:17	72
29. Mörke, Sascha	Münster	1:18:59	75
30. Potreck, Frank	Wesseling	1:22:48	71
31. Kochems, Markus	Köln	1:23:03	74
32. Philipp, Manfred	l.Niehler Laufftreff	1:27:44	71
33. Nicolas, Erik	Hildener AT Triathlon	1:28:14	74
34. Ruschmeier, Sebastian	Troisdorf	1:29:46	74
35. Brito, Pablo	Düsseldorf	1:30:21	75

M 40

1. Schneider, Norbert	Bunert Running Team	54:21	68
2. Perisic, Sasha	TSV Rönsahl 1886	54:36	67
3. Körbs, Joe	Laufen-im-Rheinland.de	57:07	68
4. Keloudis, Georgios	TSV Rönsahl 1886	57:45	69
5. Bodenstein, Kai-Uwe	TSV Rönsahl 1886	58:37	67
6. Stoehr, Michael	SV 09/35 Wermelskirchen	59:54	66
7. Haaser, Matthias	TV Witzhelden	59:59	66
8. Schölller, Robert	LC Euskirchen	1:00:32	70
9. Theisen, Erik	Pena Ihse Rotrunners	1:02:03	69
10. Bergmann, Martin	LC Euskirchen	1:02:15	68
11. Emde, Thomas	SV 09 Wermelskirchen	1:02:26	68
12. Rönn, Joachim	Köln	1:02:57	66
13. Sina, Christoph	LC Euskirchen	1:03:25	67
14. Welk, Thomas	Kronos Aktiv	1:04:17	68
15. Olbrich, Wolfgang	LG DUV	1:04:55	68
16. Schmidt, Alexander	DJK Gummersbach	1:05:14	70
17. Tpiske, Harald	Bergisch-Gladbach	1:05:18	66
18. Göbel, Karl-Andreass	Hildener AT Triathlon	1:05:20	66
19. Petersen, Sven	GSV Porz	1:05:26	70
20. Kleinen, Carsten	FFO Köln	1:06:17	69
21. Block, Thomas	Leverkusen	1:06:20	67
22. Morillas, Antonio	Bergisch Gladbach	1:06:27	66
23. Dresbach, Frank	Cologne Allblacks	1:07:32	67
24. Hasselweiler, Frank	Hängebauchhirsche Köln	1:07:43	70
25. Nettekoven, Jürgen	Medivital Bergheim	1:08:36	67
26. Nuber, Michael	Tri Cologne	1:08:36	66
27. Frings, Andreas	TV Witzhelden	1:08:44	66
28. Schiffer, Volker	Er will nur spielen	1:09:06	67
29. Matzner, Thomas	ATV Hückeswagen	1:09:07	68
30. Osbahr, Sven	Köln	1:09:08	66
31. Pahlow, Lars	Skukdo	1:09:22	70
32. Hanke, Volker	Köln-Porz	1:10:43	66
33. Botti, Jörg	Rösrath	1:11:36	70
34. Breutigam, Klaus	ESV Gremberghoven	1:12:19	67
35. Busch, Andreas	Tricologne	1:13:01	68
36. Neubauer, Wolfgang	Seelscheid	1:13:06	68
37. Vollberg, Matthias	Hildener AT Triathlon	1:13:08	70
38. Dietrich, Andreas	LeoGoesRunning Team	1:13:30	67
39. Aydemir, Gürhan	ASV Köln Triathlon	1:14:37	67
40. Barkholz, Andreas	Henkel Ausbildung	1:16:00	67
41. Zab, Gunnar	LF Trills 09	1:17:02	70
42. Bitzer, Traugott	LSV Halver	1:17:43	67
43. Temmen, Niels-Jörn	Frechen	1:17:52	68
44. Carl, Thomas	Köln	1:18:13	69
45. Röseler, Christoph	Team meinsportplatz.de	1:18:43	68
46. Kowalewski, Robert	Hildener AT Triathlon	1:19:07	66
47. Koch, Frank	Köln-Porz	1:19:10	66
48. Johannes, Horst	LT Buga Düsseldorf 1999	1:19:32	68
49. Walpert, Jens	Laufteam Tischlerei Walpe	1:20:27	66
50. Ackermann, Detlev	LG ASV DSHS Köln	1:20:52	70
51. Bergau, Torsten	Düsseldorf	1:21:48	69
52. Pels, Dietmar	Römerseehaie Heiden	1:21:50	69
53. Hoffmann, Dirk	Bergisch-Gladbach	1:23:07	69
54. Hansen, Roland	LG Rennhamster	1:24:26	69
55. Seeland, Thomas	Leichlingen	1:24:31	69
56. Udelhofen, Dirk	Alfterer SC	1:25:24	67
57. Jäger, Bernd	Solingen	1:30:38	67
58. Weingärtner, Jörg	Köln-Porz	1:33:37	68

M 45

1. Krechel, Wolfgang	LG Bonn/Troisdorf/Niederk	53:41	63
2. Claesges, Michael	ASV-LT Kemperdick	55:39	64
3. Pütz, Hans-Dieter	LC Bergheim	56:51	61
4. Franssen, Andreas	TV Refrath	57:13	63
5. Rocholl, Lutz	Remscheid-Lennep	57:18	61
6. Pfolk, Dieter	Laufzentrum Martinstr.	58:22	63
7. Dünner, Joachim	SV Bergisch Gladbach	59:18	62
8. Grimberg, Christoph	SV 09/35 Wermelskirchen	1:01:25	65
9. Hiesel, Claus-Peter	Zülpich	1:01:32	63
10. Geimer, Günter	Team Möbel Hüsch	1:02:51	62
11. Jacob, Michael	JAS-Express	1:04:02	65
12. Arens, Norbert	Merlin-Runners	1:05:33	63
13. Bullach, Georg	LG Hückeswagen	1:05:36	62
14. Podzus, Horst	Overath	1:06:01	61
15. Hofenbitzer, Gerd	TV Lohmar o8	1:06:04	65
16. Schmitz, Jochen	Schalke 04	1:06:10	64
17. Lauterbach, Uwe	BSG Kreissparkasse Koeln	1:06:23	62
18. Manthei, Christian	Meckenheim	1:06:38	62
19. Dimke, Ralph	l.Schwimmverein Köln	1:06:52	65
20. Ruttscheidt, Wolfgang	SSF Bonn Triathlon	1:08:20	62
21. Knepper, Michael	Marathon Mülheim	1:08:59	63
22. Baltres, Andreas	TSV Rönsahl 1886	1:09:40	64
23. Resch, Kilian	Laufftreff Decksteiner Wei	1:09:53	61
24. Hulitz, Albert	Bergheim	1:10:37	62
25. Waldoff, Michael	ASV Köln	1:10:42	61
26. Agan, Kunter	l.Kölner Laufstall	1:10:49	64
27. Simon, Hans-Peter	Langenfeld	1:12:08	62

28. May, Achim	TV Witzhelden	1:13:35	64
29. Hoen, Oliver	TSV Rönsahl 1886	1:13:42	65
30. Schneider, Reiner	Lauflöwe 65	1:13:44	65
31. Wrana, Claus	Köln	1:14:42	63
32. Schepputat, Michael	Leverkusen	1:15:22	63
33. Kujas, Michael	Remscheid	1:15:50	63
34. Remers, Ralf	LT Deesem	1:17:24	62
35. Grünewald, Peter	BSG Delphi Draka Wupperta	1:17:25	65
36. Jngendahl, Detlev	Köln	1:17:32	64
37. Klein, Siegfried	Dünnwalder TV 1905	1:18:23	65
38. Uhlhorn, Kurt	Kromos Aktiv	1:19:14	61
39. Burghardt, Stephan	www.idaa.de	1:20:07	61
40. Hildebrandt, Oliver	LT Leidenhausen GSV Porz	1:21:11	61
41. Grimm, Manfred	1.Kölner Laufstall	1:21:29	62
42. Nuyken, Jochen	TriCologne	1:21:36	61
43. Koch, Uwe	Köln	1:23:39	65
44. Uphoff, Klaas	LG RWE Power	1:24:21	61
45. Hansen, Christoph	Cologne Allblacks	1:25:36	65
46. Winkler, Uwe	SV o9/35 Wermelskirchen	1:27:27	65
47. Midolo, Antonio	Just for fun	1:33:07	61
48. Schlicht, Michael	TV Witzhelden	1:38:29	62
49. Paffrath, Ralf	Neunkirchen-Seelscheid	1:43:43	65

M 50

1. Löschner, Frank	TV Büschergrund	56:39	59
2. Van Münster, Gerrit	LG Hückeswagen	58:10	57
3. Günther, Peter	VFR Unterbruch LG	58:45	60
4. Zippert, Jürgen	Hildener AT Triathlon	59:52	60
5. Putz, Harry	TV o8 Neunkirchen	1:01:18	59
6. Schmitz, Thomas	LT Neunkirchen	1:02:58	60
7. Quirbach, Jürgen	Tri Power Rhein Sieg	1:06:41	60
8. Rische, Karsten	Jamart	1:07:10	60
9. Hackenbroich, Wolfgang	LT Köln-Esch	1:07:23	60
10. Klein, Heinz-Georg	TV Huchem-Stammeln	1:07:38	56
11. Göbel, Eberhard	TV 1843 Dillenburg	1:09:11	57
12. Röhrig, Thomas	TroisdorfHotwheels	1:09:23	58
13. Scherberich, Michael	Tricolonng Neptunbad	1:09:49	58
14. Buschmann, Dirk	Hildener AT Triathlon	1:10:27	59
15. Brodowski, Günter	Köln-Porz	1:10:53	60
16. Drescher, Hans	LC Solingen	1:11:32	58
17. Schmidt, Uwe Hermann	IG Blocksberg e.V.	1:13:16	56
18. Horscht, Andreas	Düsseldorf	1:13:47	59
19. Trost, Stefan	Laufzentrum Martinstr.	1:15:12	58
20. Miebach, Paul	Köln-Porz-Grengel	1:16:23	59
21. Graf, Andreas	Köln	1:16:27	58
22. Noffts, Klaus	Neukirchener TV 1886 Leve	1:17:21	57
23. Wagner, Helmut	Dormagen	1:17:53	56
24. Audehm, Dr.Uwe	Alfterer SC	1:18:15	60
25. Mischke, Gerhard	Linz/Rhein	1:20:51	59
26. Scheu, Peter	Köln-Porz	1:21:20	60
27. Heße, Axel	Köln	1:21:57	58
28. Neubauer, Hartmut	Lauftreff Köln Süd	1:22:04	57
29. Boecking, Detlef	Tusem Essen	1:22:59	57
30. Schütt, Heino	Köln-Porz	1:24:37	59
31. Mengel, Frank	LG Hückeswagen	1:27:16	58
32. Erhart, Michael	Monheim	1:29:11	59
33. Mausbach, Gerd	Köln-Vogelsang	1:32:37	57

M 55

1. Mielczarek, Norbert	Hürth	1:06:05	55
2. Schumacher, Hans-Heinz	BSG Delphi Draka Wupperta	1:08:08	54
3. Mies, Klaus	Gelpegazellen	1:08:46	54
4. Heidchen, Michael	LeoGoesRunning Team	1:14:33	55
5. Pilscheuer, Frank	Hildener AT Triathlon	1:14:46	54
6. Schall, Manfred	TuS 1882 Opladen	1:15:07	55
7. Wirth, Burkhard	Euskirchen	1:17:27	54
8. Stratmann, Gerd	Gelpegazellen Wuppertal	1:19:09	54
9. Köppern, Norbert	E.I.L.E.	1:20:36	54
10. Brand, Hans	Köln	1:21:55	52
11. Nidermajer, Sigfrid	Köln-Porz	1:23:17	54
12. Lange, Peter	Stadtfuehrung-durch-koeln	1:24:17	53
13. Weiner, Helmut	Köln-Seeberg	1:29:05	55
14. Sassenahgen, Horst-Werner	Team Tomato	1:33:00	54

M 60

1. Sander, Reinhold	LT TuS Meindorf	1:15:41	49
2. Peeters, Wolfgang	TuS Mechernich 1897 e.V.	1:16:13	46
3. Froböse, Ingo	BSG Delphi Draka Wupperta	1:17:50	47
4. Okamoto, Shinichi	International Runners	1:18:53	50
5. Becker, Claus	Cegelec Wallabies	1:21:42	49
6. Komaneck, Horst-Dieter	Duisburg	1:27:09	50
7. Wilke, Rainer	Aachen	1:30:48	48
8. Schneider, Friedrich	TV Oberbantenberg	1:36:36	47

M 65

1. von Harlessem, Klaus	Realschule Köln-Deutz	1:12:34	45
2. Meyer, Werner	TTG 77 Radevormwald	1:17:23	41
3. Steinke, Gerhard	Köln	1:19:50	42
4. John, Gerd	Gilden-Wölfe-Köln	1:24:15	41

M 70

1. Jacobs, Kurt	ERGO sports Köln Langlauf	1:13:21	40
2. Göbbels, Hans	Niederkassel	1:24:29	39

M 75

1. Wettengl, Dietmar	TSV Weiss-Köln	1:23:38	35
----------------------	----------------	---------	----

W Jun

1. Darmann, Lisa	LG Hückeswagen	1:27:15	89
2. Veit, Chistina	Köln-Porz	1:33:37	89

W HK				
1.	Kahl, Miriam	Meinerzhagen	1:18:11	82
2.	Schmitz, Jutta	LC Duisburg	1:32:29	83
W 30				
1.	Hild, Fabia	Sportplus	1:06:55	80
2.	auf dem Graben, Michaela	Union-Blau-Weiss-Biesfe	1:12:18	78
3.	Saller, Nina	Köln-Poll	1:29:00	80
W 35				
1.	Otto, Carmen	LG Südsauerland	1:03:45	75
2.	Schulte, Heike	Hildener AT Triathlon	1:14:25	73
3.	Bullach, Lilia	LG Hückeswagen	1:14:40	74
4.	Tückmantel, Nicole	BSG Delphi Draka Wupperta	1:17:47	71
5.	Reif, Elke	Hürth	1:17:51	73
6.	Klockgießer, Susanne	Düsseldorf	1:21:58	75
7.	Ritter, Daniela	SV Hellas	1:23:34	74
8.	Kaden, Svenja	Köln	1:26:29	74
9.	Beckmann, Dr.Katrin	Essen	1:33:38	72
10.	Poetzsch, Nicole	SSK Kerpen	1:33:56	72
11.	Breisser, Brigitte	BEWOTEC	1:36:20	71
12.	Kraus, Sonja	Frechen	1:36:54	73
13.	Claesges, Jill	ASV-LT Kemperdick	1:50:15	73
W 40				
1.	Neumann, Ines	LSV Tri. Team Remscheid	1:08:05	66
2.	Göbel, Claudia	TV 1843 Dillenburg	1:11:22	66
3.	Stops, Michaela	TV Witzhelden	1:15:15	68
4.	Roth, Heike	ESV Gremberghoven	1:19:15	70
5.	Krantz, Claudia	Köln	1:20:54	67
6.	Klußmann, Tanja	1.Kölner Laufstall	1:21:22	69
7.	Kujas, Claudia	Remscheid	1:23:24	67
8.	Herkenrath, Sabine	Medivital Bergheim	1:26:35	67
9.	Willma, Nicole	Köln	1:28:47	70
10.	Garms, Anja	Die Flücken	1:30:37	69
11.	Muires, Ute	LT Dünnwalder TV 1905	1:31:48	67
12.	Münzel, Andrea	Kölner Ausdauer-u.Laufs	1:32:29	67
13.	Koch, Simone	Köln	1:33:27	66
14.	Michalak, Corinna	Castrop-Rauxel	2:06:56	69
W 45				
1.	Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	1:03:21	65
2.	Jerosch, Marianne	Bergheim	1:09:13	61
3.	Köhn, Gaby	Bedburg	1:10:05	64
4.	Wolf, Anke	TG Neuss	1:10:58	62
5.	Nikelowski, Renate	LT Köln-Esch	1:11:13	64
6.	Schings, Rosi	Desire Bike Team	1:13:52	61
7.	Wasserfuhr, Barbara	TSV Rönsahl 1886	1:14:12	62
8.	Bullach, Maria	LG Hückeswagen	1:16:38	62
9.	Schubert, Christiane	ATV Hückeswagen	1:17:13	63
10.	Köppern, Antje	E.I.L.E.	1:20:40	65
11.	Trautsch, Ines	Bergheim	1:23:12	65
12.	Kuchenbecker, Hildegard	Köln	1:26:02	63
W 50				
1.	Wietscher, Antje	TV Witzhelden	1:08:37	56
2.	Hülse, Renate	LG DUV	1:14:00	57
3.	Bullig, Cornelia	LG DUV	1:15:42	59
4.	Blömker, Susanne	LG Hückeswagen	1:16:39	57
5.	Kraemer, ELisabeth	Alfterer SC	1:18:14	60
6.	Rypholz, Monika	ASV Köln	1:22:16	60
7.	Naubereit, Birgit	LT Mengende	2:06:56	60
W 55				
1.	Hajek, Verena	LG Donatus Erftstadt	1:28:24	52

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 5 Km Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg

M 50				
1.	Döring, Uwe	HAT-Köln	30:55	58
2.	Herrmann, Klaus	Meddyis LWT Koblenz + TEA	38:33	57
M 55				
1.	Siewer, Hajo	SC Olpe e.V.	30:51	52
2.	Biesenbach, Roger	LTD Köln-Dellbrück	33:31	52
3.	Tresemmer, Rainer	GSV Porz Nordic-Walkingtr	46:14	51
M 70				
1.	Girards, Rudolf	SC Buchenhöhe Horrem	36:34	38
2.	Hennecke, Gerd-Manfred	SV Bayer Leverkusen o4	41:12	36
M 75				
1.	Meyer, Adi	Brühler TV 1879	36:41	34
W 40				
1.	Ossandon-Schönfeld, Jane	Köln	46:43	67
2.	Höpfner, Carol	Köln	46:44	68
W 50				
1.	Apitz, Daniela	Marathon Freunde Porz	42:06	60
2.	Hoffmann-Schlicht, Hannel	TV Witzhelden	46:05	60
W 55				
1.	Dormeier, Ursula	Köln	41:23	52
W 70				

1. Girads, Rosa	SC Buchenhöhe Horrem	41:59	39
2. Wettengl, Dr.Ursula	TSV Weiss-Köln	46:04	38

26. GSV Porz Winterserie 2010 - 2. Wettkampftag 07.02. * 5 km Nordic-W.

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 45				
1.	Janasik, Tadeusz	Team Lohmann Witten	31:35	61
M 50				
1.	Jerosch, Arnold	Bergheim	36:20	59
M 55				
1.	Köpcke, Horst	Nordic Walking Team Frech	37:30	52
2.	Joos, Norbert	Nordic-Walkingtreff GSV P	42:58	52
M 60				
1.	Auweiler, Hermann	Nordic-Walkingtreff GSV P	38:08	48
2.	Pingel, Dieter	Köln-Porz	42:24	50
M 70				
1.	Zühlsdorf, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	37:42	37
2.	Rex, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	42:03	40
W 30				
1.	Dormeier, Silke	Köln	41:21	77
W 35				
1.	Lussem, Ina	Köln-Porz	46:18	71
W 45				
1.	Meller, Barbara	Nordic-Walkingtreff GSV P	36:26	63
W 50				
1.	Schultheiß, Eveline	Meddy's LWT Koblenz + TEA	42:57	60
W 55				
1.	Rex, Ursel	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:10	55
2.	Köpcke, Elisabeth	Nordic Walking Team Frech	41:29	52
W 65				
1.	Asbeck, Heidi	Nordic-Walkingtreff GSV P	42:14	42
W 70				
1.	Zühlsdorf, Erna	Nordic-Walkingtreff GSV P	46:17	39