

## 25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03 \* 1.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 5				
1.	Kimmerle, Tillmann	Bergisch Gladbach	6:36	04
2.	Grote, Tobias	Köln-Porz	6:41	04
M 6				
1.	von Trostorff, Maximillia	Köln-Porz	6:31	03
2.	Steinke, Erik	TSV Hochdahl 64 e.V.	7:18	03
M 7				
1.	Krüger, Lennart	Don Bosco Grundschule	4:21	02
2.	Ottinger, Finnian	Köln	4:56	02
3.	Siebertz, Kai	TSV Hochdahl 64 e.V.	5:25	02
4.	Annegarn, Nico	Pulheimer SC	5:52	02
5.	Humbach, Dennis	GSV Porz/Köln	5:55	02
6.	Poppe, Daniel	Köln-Porz	6:18	02
7.	Safoglu, Togay	Don Bosco Grundschule	6:24	02
8.	Dekeyser, Richmar	Don Bosco Grundschule	6:28	02
9.	Rusch, Tim	Don Bosco Grundschule	6:32	02
10.	Kaya, Berkan	Don Bosco Grundschule	6:54	02
11.	Körner, Lars	TSV Hochdahl 64 e.V.	7:08	02
12.	Krüper, Jens	Don Bosco Grundschule	7:48	02
13.	Heinsch, Marcel	Don Bosco Grundschule	7:51	02
M 8				
1.	Stein, Jannik	VFL Engelskirchen	4:09	01
2.	Hill, Daniel	TSV Bayer 04 Leverkusen	4:20	01
3.	Amian, Lukas	Neukirchener TV 1886 Leve	4:26	01
4.	Gerber, Philipp	Köln	4:39	01
5.	Adam-Müller, Jan-Philipp	Pulheimer SC	4:42	01
6.	Ludwig, Philipp	Neukirchener TV 1886 Leve	4:44	01
7.	Hilse, Niklas	TSV Hochdahl 64 e.V.	4:46	01
8.	Jungenmann, Tim	Tri. Power Rhein Sieg	4:53	01
9.	Humbach, Andr,	GSV Porz/Köln	5:00	01
10.	Grote, Gregor	Don Bosco Grundschule	5:05	01
11.	Gummer, Arthur	Don Bosco Grundschule	5:06	01
12.	Sakharov, Egor	Don Bosco Grundschule	5:08	01
13.	Teitscheid, Jamile	Neukirchener TV 1886 Leve	5:18	01
14.	Willms, Jan	Neukirchener TV 1886 Leve	5:19	01
15.	Özmen, Emre	Don Bosco Grundschule	5:21	01
16.	Uschwa, Leon	Don Bosco Grundschule	5:22	01
17.	Höpner, Oliver	Don Bosco Grundschule	5:26	01
18.	Munnes, Lucas	TSV Hochdahl 64 e.V.	5:26	01
19.	Croonenberg, Nick	Pulheimer SC	5:53	01
20.	Harbauer, Harold	Don Bosco Grundschule	5:55	01
21.	Knoth, Andreas	GSV Porz	6:13	01
22.	Paganetti, Nicolas	Don Bosco Grundschule	6:37	01
23.	Ridinger, Daniel	Don Bosco Grundschule	6:45	01
24.	Mammadkhanov, Nurlan	Don Bosco Grundschule	6:55	01
25.	Dasdemir, Yasin	Don Bosco Grundschule	7:06	01
26.	Özbek, Boran	Don Bosco Grundschule	7:21	01
27.	Reudenbach, Tim	Don Bosco Grundschule	7:28	01
28.	Serwitzky, Robin	Don Bosco Grundschule	7:30	01
29.	Wiezorek, Kai	Pulheimer SC	7:34	01
M 9				
1.	Thull, Alexander	Pulheimer SC	4:10	00
2.	Kessler, Leon	KHTC Blau-Weiss-Köln	4:21	00
3.	Dürscheidt, Jan	GSV Porz	4:23	00
4.	Mietzke, Carlo	Tri-Team Merzbach	4:25	00
5.	Höpner, Leonard	Don Bosco Grundschule	4:29	00

6.	Cirpka, Claus	Neukirchener TV 1886 Leve	4:36	00
7.	Ghabri, Amin	GSV Porz	4:37	00
8.	Ottinger, Rupert	Köln	4:40	00
9.	Bochynek, Paul	Köln	4:40	00
10.	Last, Manuel	Pulheimer SC	4:43	00
11.	Sturm, Martin	SV Bergisch Gladbach	4:46	00
12.	Krug, Johannes	Tri Power Rhein Sieg	4:49	00
13.	Adams, Nick	Neukirchener TV 1886 Leve	4:57	00
14.	Kaminski, Kai	GSV Porz	5:02	00
15.	Hahn, Lucas	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	5:03	00
16.	Steinke, Felix	TSV Hochdahl 64 e.V.	5:07	00
17.	van Kerkom, Nils	Wiehl	5:09	00
18.	Sterzenbach, Luke	GSV Porz	5:10	00
19.	Dahlhausen, Alexander	Godesberger TV	5:19	00
20.	Erdtmann, Leonard	GSV Porz	5:20	00
21.	Zimmermann, Jonas	Pulheimer SC	5:30	00
22.	Popiehn, Pascal	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	5:40	00
23.	Yilmaz, Talha	Don Bosco Grundschule	5:56	00
24.	Ngo, Kim Long	Don Bosco Grundschule	6:38	00

## M 10

1.	Schulz, Ole	SV Bergisch Gladbach	4:03	99
2.	Annegarn, Luca	Pulheimer SC	4:09	99
3.	Airo, Luka	GSV Porz	4:14	99
4.	Wübken, Daniel	Don Bosco Grundschule	4:17	99
5.	Wolfgarten, Pascal	GSV Porz	4:22	99
6.	Götzen, Jan	TSV Hochdahl 64 e.V.	4:26	99
7.	van Winckel, Justin	Don Bosco Grundschule	4:29	99
8.	Münzel, Justus	LG ASV DSHS Köln	4:31	99
9.	Asut, Rojan	GSV Porz	4:35	99
10.	Assenmacher, Christoph	Trikids TuS Ahrweiler	4:36	99
11.	Stephan, Fabian	Tri-Team Merzbach	4:44	99
12.	Koschella, Kamil	GSV Porz	4:52	99
13.	Mikulla, Maximilian	Trikids TuS Ahrweiler	4:53	99
14.	Burgwinkel, Christopher	Don Bosco Grundschule	4:59	99
15.	Pampus, Fin	TSV Hochdahl 64 e.V.	4:59	99
16.	Axmacher, Maximilian	TV Menden-Leichtathletik	5:05	99
17.	Jüngst, Tim	Die rasenden Schnecken	5:11	99
18.	Weichhaus, Sönke	GSV Porz	5:14	99
19.	Parsigla, Florian	Don Bosco Grundschule	5:24	99
20.	Bauer, Philip	TC Aegidienberg	5:30	99
21.	Senol, Yekta	GSV Porz	5:34	99
22.	Lausch, Simon	GSV Porz	5:54	99

## M 11

1.	Graf, Leonhard	Pulheimer SC	4:01	98
2.	Boje, Niklas	GSV Porz	4:11	98
3.	Zander, Tom	Neukirchener TV 1886 Leve	4:19	98
4.	Hahn, Felix	SV Lohmar	4:33	98
5.	Baer, Leon	Niederkassel	4:43	98
6.	Alert, Florian	Don Bosco Grundschule	4:49	98
7.	von Trostorff, Alexander	Köln-Porz	4:56	98

## M 12

1.	Frericks, Melvin	GSV Porz	3:49	97
2.	Schümmer, Timo	GSV Porz	4:16	97
3.	Dammer, Florian	SV Bergisch Gladbach	4:25	97
4.	Baier, Raoul	ASV Stankt Augustin	4:34	97
5.	Baldus, Niklas	TSV Hochdahl 64 e.V.	4:51	97
6.	Becker, Thilo	Troisdorf	5:00	97
7.	Fistik, Nelis	St. Augustin	5:04	97
8.	Siewer, Jan	SC Olpe e.V.	5:12	97

## M 13

1.	Müller, Björn	SV Bergisch Gladbach	3:53	96
2.	Mouritz, Oliver	SV Bergisch Gladbach	4:02	96
3.	Gebehart, Robin	SV Bergisch Gladbach	4:05	96
4.	Immendorf, Daniel	Aachen	5:41	96
5.	Euler, Stefan	Köln-Porz	6:19	96

M 14				
1.	Bauer, Fabian	Sportfreunde Aegidienberg	4:24	95
2.	Dreistein, Nicolas	TSV Bayer 04 Leverkusen	4:57	95
3.	Baer, Marvin	Niederkassel	5:46	95
M 40				
1.	Kudinov, Alexander	LG Hückeswagen	5:03	68
W 4				
1.	Hasselweiler, Lea	Köln-Porz	7:47	05
W 5				
1.	Ottinger, Nelda	Köln	7:23	04
2.	Kimmerle, Isabella	Bergisch Gladbach	7:47	04
W 6				
1.	Etzbach, Hannah	Pulheimer SC	6:21	03
W 7				
1.	Herr, Sarah	Don Bosco Grundschule	5:06	02
2.	Cyrankowska, Oliwia	Don Bosco Grundschule	5:42	02
3.	Schimmelpfennig, Lilli	Neukirchener TV 1886 Leve	5:54	02
4.	Solich, Marie	Köln	5:57	02
5.	Beßlich, Franziska	GSV Porz	6:09	02
6.	Gerrits, Saskia	Pulheimer SC	6:26	02
7.	Van Winckel, Giulina	Don Bosco Grundschule	6:30	02
8.	Herr, Chiara	Don Bosco Grundschule	6:32	02
9.	Neustraß, Zo, Marlene	Don Bosco Grundschule	7:50	02
10.	Bozinova, Selina	Don Bosco Grundschule	7:50	02
W 8				
1.	Cirpka, Heidi	Neukirchener TV 1886 Leve	4:36	01
2.	Erpenbach, Karla	Pulheimer SC	4:50	01
3.	Böttcher, Katharina	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	5:07	01
4.	Jabbarova, Sabina	Don Bosco Grundschule	5:09	01
5.	Sonnen, Julia	Pulheimer SC	5:11	01
6.	Mecavica, Belma	Neukirchener TV 1886 Leve	5:41	01
7.	Niggemann, Jana	Neukirchene TV 1886 Lever	5:54	01
8.	Lößl, Katja	Pulheimer SC	6:23	01
9.	Schlüter, Sarah	Don Bosco Grundschule	6:28	01
10.	Karacan, Erva	Don Bosco Grundschule	6:29	01
11.	Mecavica, Selma	Neukirchener TV 1886 Leve	6:33	01
12.	Olenberger, Jessica	Don Bosco Grundschule	6:35	01
13.	Kunka, Pia	TSV Hochdahl 64 e.V.	6:39	01
14.	Gajewski, Hannah	Neukirchener TV 1886 Leve	6:51	01
15.	Plum, Michelle	Don Bosco Grundschule	6:59	01
16.	Kluth, Natalia	Don Bosco Grundschule	7:02	01
17.	Homann, Melissa	Don Bosco Grundschule	7:29	01
18.	Krämer, Alina	Don Bosco Grundschule	7:49	01
W 9				
1.	Mundt, Anna	Pulheimer SC	4:24	00
2.	Cirpka, Ina	Neukirchener TV 1886 Leve	4:32	00
3.	Poschmann, Cora	TuS Wiehl	4:39	00
4.	Kleinsorge, Lea	TSV Glessen	4:54	00
5.	Tokgöz, Melike	Don Bosco Grundschule	5:30	00
6.	Bollert, Philippa	Neukirchener TV 1886 Leve	5:31	00
7.	Goergens, Meike	Pulheimer SC	5:32	00
8.	Batok, Jessica	Don Bosco Grundschule	5:37	00
9.	Beßlich, Carolin	GSV Porz	5:56	00
10.	Jose, Lena	GSV Porz	6:07	00
11.	Flügel, Saskia	GSV Porz	6:10	00
12.	Ngako, Sonia	Don Bosco Grundschule	6:11	00
13.	Jörissen, Lena	GSV Porz	6:13	00
14.	Immendorf, Alina	Aachen	6:25	00
15.	Kirchmann, Jasmin	Don Bosco Grundschule	6:53	00
16.	Bülbül, Gönül	Don Bosco Grundschule	7:14	00

W 10				
1.	Bartsch, Kristina	Pulheimer SC	3:58	99
2.	Schulz, Mala	SV Bergisch Gladbach	4:18	99
3.	Jaschek, Alexandra	Neukirchener TV 1886 Leve	4:22	99
4.	Stüttgen, Sophie	Neukirchener TV 1886 Leve	4:31	99
5.	Heibach, Christin	Neukirchene TV 1886 Lever	4:41	99
6.	Ritter, Sophie	BSSC Baumberg	4:42	99
7.	Niggemann, Josi	Neukirchener TV 1886 Leve	4:59	99
8.	Miesen, Marica	Don Bosco Grundschule	5:02	99
9.	Herr, Fabiana	Don Bosco Grundschule	5:14	99
10.	Petrou, Smaragda	Don Bosco Grundschule	5:16	99
11.	Zehm, Lara	Pulheimer SC	5:22	99
12.	Schneider, Lena	A.Schweizer-Schule	5:35	99
13.	van Reeken, Daria	Don Bosco Grundschule	5:36	99
14.	Zailer, Diana	Köln	5:45	99
15.	Weise-Deiters, Jaqueline	Köln	5:51	99
16.	Ghabri, Mariam	GSV Porz	6:05	99
17.	Horn, Heidi	Don Bosco Grundschule	6:09	99
18.	Glahn, Maria	GSV Porz	6:22	99
19.	Allans, Oyenka	Don Bosco Grundschule	6:30	99
20.	Kolesniteschenko, Regina	Don Bosco Grundschule	6:35	99

W 11				
1.	Wohlfeld, Lisa	Pulheimer SC	4:28	98
2.	Mouritz, Anja	SV Bergisch Gladbach	4:43	98
3.	Mietzke, Louisa	Tri-Team Merzbach	4:45	98
4.	Schimmelpfennig, Hannah	Neukirchener TV 1886 Leve	4:51	98
5.	Jüngel, Lisa	Neukirchene TV 1886 Lever	4:58	98
6.	Müller, Anke	SV Bergisch Gladbach	4:58	98
7.	Bullach, Katja	LG Hückeswagen	5:01	98
8.	Fleury, Michelle	Don Bosco Grundschule	5:08	98
9.	Marienhagen, Klara Ida	Team Guxel	5:17	98
10.	Euler, Anna	TV Jahn Wahn	5:26	98
11.	Özbek, Edanur	Don Bosco Grundschule	5:37	98
12.	Schröder, Franziska	ASV St. Augustin	6:02	98
13.	Tokgöz, Gönül	Don Bosco Grundschule	7:07	98

W 12				
1.	Schulz, Mona	SV Bergisch Gladbach	4:17	97
2.	Baier, Mara Link	ASV Stankt Augustin	4:23	97
3.	Watschina, Lily	SV Bergisch Gladbach	4:27	97
4.	Lilienthal, Lucie	Neukirchener TV 1886 Leve	4:31	97
5.	Schröder, Julia	ASV St. Augustin	4:34	97
6.	Sterzenbach, Melina	GSV Porz	5:13	97
7.	Heibach, Annabel	Neukirchene TV 1886 Lever	5:13	97
8.	Erdtmann, Melissa	GSV Porz	5:30	97

W 13				
1.	Axmacher, Katharina	ASV St. Augustin	4:02	96
2.	Schneider, Delia	Gymnasium Kerpen	4:26	96
3.	Graf, Leonie	Pulheimer SC	4:30	96
4.	Gerke, Chiara	GSV Porz	4:41	96
5.	Wolff, Cara	GSV Porz	4:47	96
6.	Holtgrewer, Tamara	IGP Bergisch Gladbach	4:50	96

W 14				
1.	Münzel, Hanna	LFS Köln	4:20	95

25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03. \* 5.000 m

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

M 8				
1.	Bergk, Valentin	Köln	31:19	01

M 10

1. Segeler, Anton	Kölner Ausdauer Klub	29:38	99
2. Feil, Lucas	1.Kölner Laufstall	31:14	99
3. Kresse, Andreas	Köln	31:45	99
M 11			
1. Galle, Nick	Köln-Porz	22:32	98
2. Hünemeyer, Leon	GSV Porz	26:20	98
3. Teicher, Paul	TV Refrath	26:58	98
4. Hungenberg, Lukas	Lauf AG Realschule Lindla	28:42	98
5. Kapkowski, Tim	Köln	31:46	98
M 12			
1. Samland, Nikolas	IGP Bergisch Gladbach	28:01	97
2. Müller, Aron	LT Grafschaft	29:14	97
3. Euler, David	TV Jahn Wahn	30:42	97
4. Krug, Niclas	Tri Power Rhein Sieg	30:57	97
M 13			
1. Namaki, Alexander	GSV Porz	22:42	96
2. Frericks, Marcell	GSV Porz	22:43	96
3. Miesen, Jannic	GSV Porz	23:46	96
4. Grün, Ren,	Köln-Porz	26:25	96
5. Icks, Aljascha	Lauffreunde Blücherpark	27:40	96
6. Wockenfuß, Johannes	IGP Bergisch Gladbach	29:38	96
M 14			
1. Wilczek, Tobias	SV Bergisch Gladbach	19:36	95
2. Frericks, Henry	GSV porz	22:48	95
3. Repts, Vito	IGP Bergisch Gladbach	23:59	95
4. Spee, Patrick	Niederkassel-Ranzel	25:19	95
5. Hungenberg, Julian	Lauf AG Realschule Lindla	27:51	95
M 15			
1. Schneider, Martin	SG Neukirchen-Hülchrath	20:12	94
2. Michaelis, Fabian	ASV Köln	23:40	94
3. Piffka, David	Realschule Lindlar	28:10	94
4. Schmitz, Peter	Cornetzhofschule	30:45	94
5. Herweg, Dennis	Team Gereonschule	36:11	94
M JgB			
1. Gasper, Michael	Rommerskirchen	19:03	92
2. Pfannenschmidt, Nils	LC Weilerswist	23:44	93
3. Babel, Rudi	Cornetzhofschule	24:57	92
4. Geimer, Christian	Team Möbel-Huesch	26:13	92
5. Heidchen, Markus	Leogoes Running-Tam	27:06	93
6. Immendorf, Florian	Aachen	32:11	93
M JgA			
1. Kümmeler, Moritz	Brühler TV 1879	17:09	91
2. Waters, Robin	bronny.de Team PSV Bonn	17:17	91
3. Fromm, Dominik	TTVg Grün-Weiß Eil	20:28	90
4. Moor, Thorsten	GSV Porz	20:42	91
5. Krüger, Artur	GSV Porz	25:11	91
M Jun			
1. Theismeyer, Jonathan	bronny.de Team PSV Bonn	17:17	89
2. Jeckel, David	PSV Brühl Triathlon Team	18:07	89
3. Zopes, Jonathan	PSV Brühl Triathlon Team	19:34	89
M HK			
1. Özer, Ahmet	Pulheimer SC	22:41	81
2. Hermesdorf, Markus	Cucaracha y Caracol 09	28:02	84
M 30			
1. Klemz, Björn	LT Cloversoft	19:40	76
2. Deiters, Erik	GSV Porz	28:13	76
3. Pankuweit, Martin	Team Gereonschule	42:30	77
4. Brito, Pablo	Düsseldorf	42:35	75

M 35				
1.	Cortmann, Frank	Lindlar	26:54	71
M 40				
1.	Zimmer, Karl	PSV Brühl Team Triathlon	18:23	69
2.	Dammer, Christian	SV Bergisch Gladbach	19:10	66
3.	Kalisch, Peter	LK 42,2 St.Augustin	20:01	69
4.	Göpfert, Ralf	LT Cloversoft	20:22	67
5.	Schäfer, Joachim	DJK Marienstatt	21:03	66
6.	Auer, Jörg	Köln	22:58	65
7.	Wolf, Norbert	LG Gummersbach	23:51	65
8.	Bochynek, Olaf	Köln	26:40	68
9.	Haubold, Andr,	Mechernich	26:49	65
10.	Wiesen, Rolf	Brühl	27:56	65
11.	Böttcher, Hermann	TV Kaldauen	28:00	66
12.	Kapkowski, Dirk	Köln	29:37	67
13.	Bauß, Carsten	1.Kölner Laufstall	31:45	65
14.	Schmidt, Volker	Pulheim	35:29	68
M 45				
1.	Redlich, Michael	TuS Weiershagen	18:05	61
2.	Bartsch, Karl-Heinz	Pulheimer SC	18:16	63
3.	Cirpka, Enno	Neukirchener TV 1886 Leve	19:29	63
4.	Pixberg, Martin	SV Bergisch Gladbach	21:06	64
5.	Kühnel, Manfred	BSG Postbank Köln	26:36	63
6.	Kapitza, Marcus	Bonn	28:09	60
7.	Reuter, Fritz	Kerpen	28:14	60
8.	Volkmer, Rainer	LT Sommersberg	30:11	61
9.	Im mendorf, Guido	Aachen	33:28	60
M 50				
1.	Weiss, Manfred	Running Team Ratingen	23:13	55
2.	Maurer, Franz	LT Grafschaft	23:57	55
3.	Michaelis, Bernd	ASV Wesseling 1985 e.V.	23:58	57
4.	Schmidt, Hans-Ulrich	GSV Porz	25:37	57
5.	Feick, Jürgen	Köln	28:11	56
6.	Kelz, Bert	Rhein Runners Cologne	33:07	56
7.	Pers,, Jürgen	RTC Frechen 1980	33:18	56
M 55				
1.	Wermekes, Dieter	TSV Rönsahl 1886	21:22	53
2.	Segeler, Lothar	Kölner Ausdauer Club	21:45	54
3.	Kleinsorge, Stefan	Bergheim	25:07	52
4.	Bender, Rolf	Köln	25:31	50
5.	Schönhoff, Dr.Horst	Team Laufcampus	25:44	54
M 60				
1.	Schulz, Kurt	Rhein Runners Cologne	31:26	46
2.	Nakaten, Karl	Cornetzhofschule	39:12	46
M 65				
1.	Pacholke, Frank	Sp. RW Beuel	24:46	41
2.	Richau, Alexander	Köln	25:02	44
3.	Stiehl, Hans-Detlev	LT Kerpen	26:35	42
M 70				
1.	Kühnel, Wolfgang	Los Köln 09	29:27	35
2.	Meyer, Otto	Kall	30:26	37
3.	Pütz, Willi	WDR Köln Aktiv	34:07	36
M 75				
1.	Steinbeck, Dr.Werner	TSV Bayer o4 Leverkusen	28:48	34
2.	Schulte-Schröer, Hermann	ASG Altenkirchen	33:35	34
3.	Mohr, Rudi	TFG Köln Nippes 1878	35:52	34
W 10				
1.	Humbach, Jasmin	GSV Porz/Köln	30:13	99
2.	Armbrust, Marina	Tri Power Rhein Sieg	32:15	99

W 11				
1.	Wolff, Leonie	IGP Bergisch Gladbach	29:39	98
W 12				
1.	Naujoks, Svenja	Team Gereonschule	31:37	97
2.	Servos, Luisa	Team Gereonschule	42:29	97
W 13				
1.	Kemmler, Elisabeth	Tri Power Rhein Sieg	24:45	96
2.	Böttcher, Susanne	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	26:15	96
W 14				
1.	Geske, Mira	PSV Brühl Team Triathlon	22:50	95
2.	Wolf, Sinah	LG Gummersbach	23:50	95
3.	Stüttgen, Laura	Neukirchener TV 1886 Leve	24:50	95
W 15				
1.	Waßerburger, Carolin	SV Bergisch Gladbach	24:16	94
W JgB				
1.	Geske, Ann-Julie	PSV Brühl Team Triathlon	21:53	93
2.	Jeckel, Ruth	PSV Brühl Team Triathlon	22:44	93
3.	Babel, Tanja	Cornetzhofschule	32:33	93
4.	Mirau, Livija	Team Gereonschule	38:07	92
W Jun				
1.	Völk, Silke	LC Euskirchen	21:04	88
W HK				
1.	Everschor, Karin	TFG Köln Nippes 1878	28:24	84
2.	Joos, Liane	Cucaracha Y Caracol 09	30:33	84
3.	Everschor, Petra	TFG Köln Nippes 1878	31:30	86
W 30				
1.	Gruhlke, Christina	DSHS Köln	23:45	78
2.	Dubbelfeld, Marion	Mechernich	26:48	75
3.	Weghaus, Carmen	Köln	27:54	77
4.	Siegemund, Karina	Leichlingen	28:12	79
W 35				
1.	Detigs, Renate	PSV Brühl Team Triathlon	21:40	71
2.	Marienhagen, Sandra	Team Guxel	23:03	71
3.	Humbach, Petra	GSV Porz/Köln	30:33	71
W 40				
1.	Zündorf, Sigrid	Köln	20:47	65
2.	Poensgen, Kelly	VTG Köln	23:20	66
3.	Cimerman, Gitta	Neukirchener TV 1886 Leve	37:28	68
W 45				
1.	Bodenstein-Rutkowski, Gab	TSG Valbert 1894	20:09	63
2.	Mankel, Helga	ART Düsseldorf	23:14	63
3.	Walter-Kimmerl, Barbara	Bergisch Gladbach	25:30	63
4.	Siewer, Meong Ok	SC Olpe e.V.	29:23	60
5.	Segeler, Sibylle	Kölner Ausdauer Club	30:11	61
6.	Moosdorf, Beate	Rhein Runners Cologne	31:25	62
7.	Schorn, Anita	Köln	35:53	63
W 50				
1.	Schmidt, Rita	GSV Porz	30:17	58
2.	Kujas, Ariane	Langenfeld	32:56	58
W 55				
1.	Wehle, Sigrid	LT Höhenhaus	32:14	52
W 60				
1.	Stiehl, Brigitte	LT Kerpen	30:23	47
2.	Werth, Sigrid	Wermelskirchen	31:40	48
3.	Wilczek, Eva	BSG Hilden	31:49	46

4. Fischer, Gisela Kürten-Bechem 32:19 46

25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03. \* 10.000 m

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
M 12				
1.	Neitzel, Oliver	Köln	47:46	97
2.	Faust, Fabian	TV Bedburg	52:34	97
M 13				
1.	Büchel, Simon	TVE Bad Münstereif	48:43	96
M 14				
1.	Spahrkäs, Emanuel	Gülser-Mosel-Skater	45:10	95
M JgB				
1.	Conrads, Philipp	SSV Bonn	44:46	93
2.	Feldwisch, Florian	TV Refrath	52:03	93
3.	Liang, Maik	FC Bensberg	52:11	93
M Jun				
1.	Prönneke, Marcel	Niederkassel	48:05	89
2.	Kutmann, Yannick	Elsdorf	60:31	89
M HK				
1.	Winterholler, Andreas	bronny.de Team PSV Bonn	34:27	83
2.	Bauer, Florian	SSF Bonn Triathlon	36:30	87
3.	Vogt, Christian	Tri Team Hagen	41:43	83
4.	Gitzen, Christoph	Ski Club Olpe	42:37	80
5.	Hörnchen, Marco	LC Euskirchen	43:32	81
6.	Püschel, Kai	Köln	43:42	82
7.	Haasner, Olaf	DSHS Köln	45:43	87
8.	Trulec, Mario	Köln	50:18	81
9.	Klappich, Thomas	BSG Postbank Köln	51:07	82
10.	Böttcher, Artur	Hennef	54:09	86
11.	Milke, Edmund	Hennef	54:31	83
12.	Wagner, Timo	TC Freinsheim	57:17	87
M 30				
1.	Lohmaier, Patrick	ASV Köln Triathlon	37:14	75
2.	Platte, Matthias	SG Athletico Büdelsdorf	40:17	78
3.	Haasner, Adrian	DSHS Köln	41:17	76
4.	Müller, Carsten	LT Grafenschaft	42:01	76
5.	Last, Christoph	TSV Rönsahl 1886	43:56	77
6.	Dietz, Thorsten	KTT ol MTB	45:00	79
7.	Cacic, Damir	SV Bonlanden	45:40	75
8.	Langner, Tobias	Wiehltaler LC	46:06	75
9.	Böttcher, Waldemar	Lohmar	49:36	78
10.	Engel, Sascha	Wwww.nekoelschefet2.de	49:40	79
11.	Aretz, Christian	Bergheim	60:00	75
12.	Weiler, Norman	Köln	63:54	76
M 35				
1.	Di Dio, Salvatore	LK Düsseldorf	34:45	72
2.	Varlet, Benoit	LSF Münster	36:36	70
3.	Schröter, Martin	RTC Frechen 1980	38:13	71
4.	Kugelmeier, Frank	bronny.de Team PSV Bonn	39:32	71
5.	Poplawski, Andrzej	Köln-Porz	39:53	72
6.	Assenmacher, Klaus	LG Niederembt/DLZ	40:10	73
7.	Müller, Boris	Köln	41:32	73
8.	Berken, Christian	TSV Calw	41:46	73
9.	Schlaack, Andreas	Team Luftwaffe Köln	42:23	70
10.	King, Gerhard	Köln	42:38	72
11.	Hattendorf, Kai	Köln	44:38	73
12.	Penz, Ingo	Köln	46:07	74

13.	Sievert, Sacha	JK Running	48:37	71
14.	Kottmann, Thorsten	Wuppertal	55:42	74
15.	Kunze, Christian	Semesterticket.net	57:58	71
16.	Bloeming, Dirk	ASV Triathlon Köln/ETA	58:33	72
17.	Hirsch, Manfred	Hängebauchhirsche Köln	59:17	71
18.	Hinz, Malte	Bonn	60:32	74

## M 40

1.	Bullach, Andreas	LG Hückeswagen	34:52	69
2.	Schneider, Norbert	TuS Mechernich 1897 e.V.	37:58	68
3.	Roy, Albert	TGH Wetter	38:21	65
4.	Schneider, Thomas	LG REWE Power	39:15	69
5.	Büchel, Oliver	TVE Bad Münstereif	39:20	65
6.	Schmitz, Georg	LG Eifel Runner`s	39:35	66
7.	Lüttgen, Jörg	SC Delphin Eschweiler	39:41	68
8.	Müller, Josef	LT Grafschaft	39:44	68
9.	Liedtke, Olaf	DJK Coesfeld	39:48	69
10.	Kemmler, Sigmar	Tri Power Rhein Sieg	40:16	69
11.	Scaramuzzo, Giuseppe	TGH Wetter	40:46	65
12.	Pfannenschmidt, Timo	LC Weilerswist	41:40	66
13.	Brauner, Dirk	Tusem Essen	41:48	69
14.	Ziegler, Carsten	TV Merzenich	47:41	67
15.	Blumenfeld, Frank	Köln-Rath	48:56	67
16.	Blass, Frank	Wuppertal	49:06	67
17.	Müller, Ralf	Köln-Porz	50:04	65
18.	Graessner, Hans-Christoph	Little Oaks	50:57	67
19.	Niekrawietz, Peter	Köln	51:30	68
20.	Poschmann, Mike	Wiehl	51:36	67
21.	Thaemar, Sven	Wiehl	56:11	68
22.	Krohmer, Jörg-Dietrich	Braineless Racing Team	56:12	67
23.	Allmich, Harald	Köln-Porz	56:53	66
24.	Walpert, Jens	Laufteam Tischlerei Walpe	57:20	66
25.	Koch, Heinz	Köln	57:49	68
26.	Schmitz, Martin	Rösrath	58:28	67

## M 45

1.	Ghanem, Achim	Tod im Maisfeld Düsseldorf	43:18	64
2.	Eidmann, Volker	Wuppertal	44:19	60
3.	Eschbach, Ralf	VFL Engelskirchen	44:50	63
4.	Feldwisch, Norbert	TV Refrath	46:07	62
5.	Conrads, Ralf	Sportlich Team Bornheim	46:36	63
6.	Miller, Peter	Alfter	48:05	62
7.	Dahlhausen, Frank	BSG Postbank Köln	51:00	61
8.	Wasserburger, Andreas	SV Bergisch Gladbach	51:22	63
9.	Faust, Paul	slow runners Bedburg	52:36	64
10.	Stadtmüller, Thomas	Köln-Mülheim	52:48	61
11.	Kretschmer, Karsten	DAV-Köln	53:00	62
12.	Burggraf, Klaus	SV 47 Mutscheid	54:35	64
13.	Gloux, Yvan	Köln	54:57	61
14.	Peter, Ronald	HLG 98 Wuppertal	55:15	60
15.	Bartelt, Thomas	Niederkassel	55:54	62
16.	Fritsch, Ronald	BSG Postbank Köln	56:03	62
17.	Sochackl, Norbert	Hopp Hopp Höhenhaus	58:45	63
18.	Caspar, Karl-Heinz	Köln	64:51	62

## M 50

1.	Mörsch, Willi	Brühler TV 1879	38:45	59
2.	Duffy, David	VFL Engelskirchen	40:22	55
3.	Krutmann, Andreas	Elsdorf	42:49	59
4.	Friedrich, Harry	Klosterfrau	43:49	57
5.	Burbach, Karl-Bernd	Köln	45:35	59
6.	Nofftz, Klaus	Neukirchener TV Leverkusen	47:49	57
7.	Jagnjic, Bosko	Köln	50:56	59
8.	Krafft, Ulrich	Rösrath	55:54	55
9.	Eicker, Joachim	SC Musketier Wuppertal	58:01	57
10.	Thron, Hans-Peter	ESV Gremberghoven	59:25	57
11.	Stud, Alexander	Mettmann	62:10	58

## M 55

1. Garrido, Roberto	TGH Wetter	39:49	53
2. Kunkel, Helmut	ESV Gremberghoven	46:35	51
3. Göbel, Harald	CVJM Siegen	46:50	54
4. Wasserfuhr, Karl-Heinz	TSV Rönsahl 1886	49:02	51
5. Peters, Jens	Bonn	51:48	52
6. Krötz, Paul	ESV Gremberghoven	51:50	53
7. Ständer, Roland	Köln	59:24	52
8. Ständer, Gerhard	Lauftreff Frühlingersee	64:52	50
M 60			
1. Runge, Günther	VFL Engelskirchen	46:34	47
2. Emmerich, Hans-Christoph	ESV Gremberghoven	55:31	49
3. Börngen, Dietmar	LC Bachem	56:38	46
4. Holm, Harald	Bergisch-Gladbach	64:10	46
M 65			
1. Rückel, Horst	Laufzentrum Martinstr/LCE	52:52	40
2. Fischer, Hermann-Josef	TV Voiswinkel 1919 e.V.	53:49	44
3. Marsch, Peter	TuS Weiershagen	53:54	42
M 70			
1. Brunner, Ulrich	Köln	52:18	37
W 12			
1. Armbrust, Sanja	Tri Power Rhein Sieg	55:07	97
W Jun			
1. Diawuoh, Annabel	VFL Engelskirchen	45:52	89
2. Böttcher, Svenja	Niederkassel	60:22	89
W HK			
1. Mannweiler, Kathrin	SSF Bonn	39:54	84
2. Schmitter, Rabea	RTC Frechen 1980	51:16	83
3. Schölling, Stefanie	Berg. Gladbach	53:45	81
4. Groß, Nadine	SV Hellas Siegburg	56:24	81
5. Rust, Hanna	TSV Bayer Leverkusen	59:23	81
6. Heller, Janina	Bad Honnef	60:30	83
7. Goebel, Katharina	Köln	63:55	82
W 30			
1. Rabenschlag, Sandra	TV Refrath	45:07	75
2. Bojer, Rebekka	Köln	45:39	77
3. Hauser, Dunja	ASV Köln Triathlon	53:05	79
4. Siegert, Doreen	TuS 1882 Opladen e.V.	53:31	78
5. König, Natascha	Bergheim	59:58	75
6. Strube, Daniela	Köln	61:12	75
7. Krips, Christina	Pulheim	62:21	75
8. Eggemann, Silvia	BSG Postbank Köln	66:46	78
W 35			
1. Beisenherz, Susanne	Www.susanne-beisenherz.de	44:00	73
2. Kukies, Petra	Köln	46:05	74
3. Reute, Christiane	TSV Bayer Leverkusen	47:49	70
4. Schulte, Helke	Hildener AT	47:51	73
5. Zöllig, Heike	TSV Bayer Leverkusen	47:58	73
6. Müller, Alexandra	Köln	48:57	70
7. Bauer, Miriam	TSV Bayer Leverkusen	51:52	73
8. van Kerkom, Michaela	Wiehl	55:36	71
9. Kraus, Sonja	Frechen	60:17	73
W 40			
1. Lennartz, Birgit	LLG St. Augustin	42:10	65
2. Dünner-Waßerburger, Ruth	SV Bergisch Gladbach	47:24	65
3. Eicker, Barbara	SC Musketier Wuppertal	50:45	66
4. Rheidt, Iris	1.FC Spich/Lauftreff	57:44	68
5. Golestan-Simeth, Dr.Jasmi	VFL Engelskirchen	63:26	65
W 45			
1. Müßeler, Gisele	Troisdorf	42:19	64

2.	Walter, Elfriede	LG Eifel-Runners	48:58	63
3.	Eschbach, Rita	Colonge Runners	51:51	64
4.	Reuter, Alexandra	TSG Rot-Weiss Porz	52:08	63
5.	Schneider, Bernadette	SC Jahn Kapellen	53:16	63
6.	Saga, Yuko	International Runners	56:05	64
7.	Hamann, Brigitta	Bergisch-Gladbach-Refrath	59:13	63
8.	Weltin, Klaudia	Porzer Turboschnecken	61:13	60
9.	Kretsch, Susanne	Porzer Turboschnecken	63:56	60
10.	Lukas, Andrea	VFL Engelskirchen	65:29	63

W 50

1.	Wehlen, Ulrike	Porzer Turboschnecken	63:57	57
----	----------------	-----------------------	-------	----

W 55

1.	Tiggelkamp, Elisabeth	SC Jahn Kapellen	53:27	50
2.	Stratmann, Brigitte	Gelpegazellen Wuppertal	62:53	53
3.	Kordeuter, Jutta	MediVital Bergheim	75:38	54

W 60

1.	Pöll, Gisela	Köln	59:56	46
2.	Kaufhold, Christiane	Leverkusen	65:03	49

W 65

1.	Hamann, Herta	Troisdorf	54:59	42
----	---------------	-----------	-------	----

## 25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03. \* Halbmarathon

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M JgB				
1.	Heeckt, Max	Tri-Club Wuppertal e.V.	1:51:38	93
M JgA				
1.	Holbein, Jan	Pulheimer SC	1:54:06	90
M Jun				
1.	Roggemann, Jan	RSV Rath Heumar	1:30:48	88
M HK				
1.	Leins, Sebastian	Kölner Triathlon Team	1:14:23	82
2.	Stadie, Ren,	Spiridon Haltern	1:19:31	81
3.	Werker, Christian	TV Konzen	1:21:17	82
4.	Wehner, Silvio	RTC Frechen 1980	1:25:42	81
5.	Frehe, Timo	RTC Frechen 1980	1:25:44	80
6.	Raatz, Marcus	LG Gummersbach	1:28:55	83
7.	Nikelowski, David	Marathonfreunde Porz Ense	1:32:38	87
8.	Wilke, Max	DJK Frankenberg Aachen	1:32:46	81
9.	Kurowski, Philipp	LG Gummersbach	1:34:19	81
10.	Frederking, Johannes	LG Hamm	1:38:21	86
11.	Rommel, Klaus	Köln	1:38:24	87
12.	Kubista, Michael	Bonn	1:44:05	82
13.	Bücher, Christian	SG Orlen	1:45:06	83
14.	Valet, Peter	Duisburg	1:45:36	81
15.	Tippner, Jan	Gummersbach	1:50:10	83
16.	Nolte, Dirk	TG Westhoven 1882	1:51:49	82
17.	Bucheli, Jens	Wuppertal	1:54:24	80
18.	Landmesser, Torsten	Wuppertal	1:56:35	86
19.	Meißner, Sandro	Gödde Runners Köln	1:59:32	81
20.	Meißner, Marcel	Wuppertal	2:01:36	80
21.	Konieczny, Thomas	Bornheim	2:03:16	83
22.	Pflugbeil, Markus	HFC 90 Oberhausen	2:03:45	81
23.	Gelgec, Hasan	Gummersbach	2:08:04	82
24.	Kraft, Sascha	Düsseldorf	2:15:33	84
25.	Konieczny, Martin	Bornheim	2:46:22	81

M 30

1. Thiel, Christian	Bunert Running Team	1:19:13	76
2. Mannweiler, Daniel	SSF Bonn	1:19:14	79
3. Kiehle, Christian	ASV Köln Triathlon	1:22:28	76
4. Scida, Eusonio	ASV Köln Triathlon	1:27:23	75
5. Potthoff, Stefan	LSV Tri Team Remscheid	1:28:01	76
6. Deli, Housein	Team Wind Immobilien	1:29:41	79
7. Baltes, Achim	Köln-Porz	1:32:57	75
8. Wind, Sebastian	RT Wind Immobilien	1:34:15	77
9. Niemann, Daniel	Team Wind Immobilien	1:37:30	75
10. Rickel, Björn	Köln	1:40:40	76
11. Siegemund, Sven	Leichlingen	1:43:46	77
12. Langkopp, Florian	Eidenhoven	1:44:11	75
13. Jacobs, Denis	Wipperfürth	1:44:52	76
14. Schacht, Thomas	Felix Fründe	1:45:55	75
15. Gollwitzer, Thorsten	Dinslaken	1:46:26	75
16. Blodig, Matthias	Köln	1:53:24	78
17. Jahn, Thorsten	Köln-Porz	1:54:32	75
18. Yasui, Masahiro	Internatinal Runners	1:55:53	75
19. Schneidenbach, Jens	Kölsch Stammtisch	1:58:36	79
20. Alof, Lutz	Bergisch-Gladbach	1:59:11	78
21. Mangold, Benjamin	Köln	2:00:59	78
22. Gesche, Wolfgang	Lauftreff Paffrath	2:03:15	76
23. Münschmeyer, Philipp	Saarbrücken	2:14:50	76

## M 35

1. Fricke, Marc	Non-Stop-Ultra Brakel	1:15:32	74
2. Winkler, Ingolf	TG Neuss	1:22:30	72
3. Weber, Andreas	SV Bergisch Gladbach	1:22:50	72
4. Willner, Bernd	Brühler TV 1879	1:24:06	71
5. Stuij, Marco	Köln	1:27:21	71
6. Schneider, Thomas	DJK Marienstatt	1:27:21	71
7. Niessen, Jochen	SV Germania Eicherscheid	1:27:36	70
8. Petersen, Sven	GSV Porz	1:28:43	70
9. Schölller, Robert	LC Euskirchen	1:29:35	70
10. Weghaus, Klaus	Köln	1:30:03	74
11. Carbach, Frank	Laufmonster C-Kader Hallo	1:30:58	70
12. Klein, Dieter	SSK Kerpen	1:31:04	70
13. Paul, Oliver	Lexxi teamtrikot24.de	1:31:09	73
14. Grauer, Michael	Köln	1:31:50	71
15. Kastner, Frank	BSG Rheinpark e.V.	1:32:25	73
16. Knoch, Oliver	ASV Wuppertal	1:34:33	72
17. Heinrichs, Udo	Die Hard	1:36:34	73
18. Jener, Marius	MJ Power	1:38:22	74
19. Schmidt, Alexander	DJK Gummersbach	1:39:03	70
20. Boedecker, Maik	Wipperfürth	1:39:07	71
21. Holst, Stephan	BSG Rheinpark e.V.	1:41:19	73
22. Heltewig, Oliver	RockStore Wuppertal	1:41:36	71
23. Erpenbach, Alexander	Troisdorf	1:43:45	74
24. Kotysch, Christian	Tri Club Wuppertal	1:45:38	71
25. Altemühle, Dirk	Berg. Gladbach	1:47:29	73
26. Ackermann, Detlev	LG ASV DSHS Köln	1:47:54	70
27. Valtinke, Frank	SSK Kerpen	1:48:30	73
28. Wortmann, Frank	RTB Marathonteam	1:49:01	70
29. Hippe, Karsten	Team Erdinger Alkoholfrei	1:49:21	73
30. Metzke, Sven	Wipperfürth	1:49:46	72
31. Krips, Rolf	Pulheim	1:50:01	74
32. Hinzmann, Marcus	Remscheid	1:50:02	72
33. Wehrle, Dr.Dick	Goldhäschen	1:50:32	73
34. Hasselweiler, Frank	Hängebauchhirsche Köln	1:53:28	70
35. Gremmel, Jens	Veeddelfighters.de	1:54:40	72
36. Philipp, Manfred	Köln-Nippes	1:58:06	71
37. Vogel, Tobias	Niederkassel	1:59:10	72
38. Newerla, Jens	Rösrath	1:59:15	74
39. Krawczyk, Sascha	Lauf(b)engel	2:02:10	74
40. Keverpütz, Sascha	Siegburg	2:04:16	71
41. Zyzik, Gunna	Bergisch-Gladbach	2:06:28	70
42. Gernert, Michael	Köln	2:06:36	70
43. Stenzel, Thomas	Köln-Porz	2:11:37	71
44. Lange, Mathias	Lauffreunde H u.M.1990	2:15:57	70

45.	Schröder, Alexander	SG Düren 99	2:31:00	74
	M 40			
1.	Warkentin, Jens	Köln	1:22:25	66
2.	Zahn, Frank	ASV Duisburg	1:23:26	66
3.	Bodenstein, Kai-Uwe	TSV Rönsahl 1886	1:23:46	67
4.	Keloudis, Georgios	TSV Rönsahl 1886	1:24:37	69
5.	Kudinov, Alexander	LG Hückeswagen	1:25:57	68
6.	Schmidt, Markus	Neunkirchen	1:26:15	67
7.	Butz, Andreas	Team Laufcampus	1:26:30	65
8.	Bergmann, Martin	LC Euskirchen	1:29:42	68
9.	Kessler, Andreas	Aeroclub Köln	1:31:52	69
10.	Kuribayashi, Takanobu	International Runners	1:32:35	65
11.	Morillas, Antonio	Difrusa Spanien	1:34:26	66
12.	Knabe, Jens	Sportfreunde Troisdorf	1:34:57	66
13.	Zöhrerbauer, Mathias	Hürth	1:37:27	69
14.	Dresbach, Frank	Köln-Junkersdorf	1:37:32	67
15.	Kleinen, Carsten	Köln	1:37:48	69
16.	Thies, Dirk	Dormagen	1:37:49	65
17.	Matzner, Thomas	ATV Hückeswagen	1:39:06	68
18.	Nettekoven, Jürgen	Bergheim	1:40:54	67
19.	Pust, Carsten	Marine	1:41:23	66
20.	Barkholz, Andreas	Henkel Ausbildung	1:43:17	67
21.	Schneider, Reiner	Lauflöwe 65	1:45:11	65
22.	Hanke, Volker	Köln-Porz	1:45:16	66
23.	Adam, Dieter	Köln	1:46:45	65
24.	Dietrich, Andreas	LEOGOESRunning Team	1:47:22	67
25.	Pels, Dietmar	Römerseehaie Heiden	1:51:39	69
26.	Kühne, Kai	Kaufhof Sportverein	1:52:19	66
27.	Pagers, Sven	ESV Gremberghoven	1:53:36	66
28.	Lüdorf, Peter	VFT Gummersbach	1:54:57	66
29.	Arnold, Stephan	Lauftreff Monheim	1:55:20	65
30.	Hoffmann, Dirk	Bergisch-Gladbach	2:01:59	69
31.	Schwiperich, Werner	Köln	2:04:54	67
32.	Beckmann, Bernd	Troisdorf	2:09:30	66
33.	Paffrath, Ralf	Neunkirchen-Seelscheid	2:33:08	65
	M 45			
1.	Claesges, Michael	ASV-LT Kemperdick	1:19:34	64
2.	Siebert, Ingo	RTB Remscheid	1:22:59	64
3.	Pfolk, Dieter	Laufzentrum Martinstr.	1:24:26	63
4.	Dünner, Joachim	SV Bergisch Gladbach	1:25:47	62
5.	Theis, Frank	TSV Rönsahl 1886	1:26:12	64
6.	Kurth, Frank	SV Mutscheid 47	1:27:45	64
7.	Zippert, Jürgen	Hildener AT	1:28:11	60
8.	Jettkant, Thomas	SF Puderbach 09	1:28:24	61
9.	Rocholl, Lutz	Remscheid-Lennep	1:28:46	61
10.	Niederwipper, Harald	TSV Rönsahl 1886	1:28:49	62
11.	Ruhnke, Gerhard	SSK Triathlon Kerpen	1:29:06	61
12.	Kuhl, Michael	RTB Remscheid Marathom Te	1:30:38	61
13.	Danisch, Eugen	Laufend Älter	1:31:06	60
14.	Hiesel, Claus-Peter	Team Laufcampus	1:31:56	63
15.	Adamczyk, Klaus	Köln	1:32:37	64
16.	Hörnemann, Peter	Team Laufcampus	1:32:55	62
17.	Cramer, Rüdiger	LC Euskirchen	1:34:25	63
18.	Arens, Norbert	Merlin-Runners	1:34:43	63
19.	Blöcker, Thomas	Meckenheim	1:35:38	62
20.	Natzheim, Ralf	Troisdorf	1:35:58	60
21.	Schmitz, Jochen	Schalke 04	1:36:25	64
22.	Schneider, Friedhelm	SC Jahn Kapellen	1:36:29	64
23.	Podzus, Horst	Overath	1:36:57	61
24.	Manthei, Christian	LT Hannes Sportshop Bonn	1:37:52	62
25.	Prescher, Jörg	LG FlaRakG5	1:38:34	62
26.	Burggraf, Klaus	SV 47 Mutscheid	1:38:46	64
27.	Solich, Roger	BSG Commerzbank	1:38:48	62
28.	Gieraths, Hans-Peter	LT SV Westum	1:39:11	62
29.	Wenda, Karl-Heinz	ATV Hückeswagen	1:39:14	64
30.	Zdanowicz, Jan	1.FC Oberlahr	1:39:31	62
31.	Meyer, Oliver	LEOGOESRunning Team	1:40:53	63

32.	Audehm, Dr.Uwe	Alfterer SC	1:41:13	60
33.	Knepper, Michael	Marathon Mülheim	1:41:33	63
34.	Despka, Uwe	Köln	1:41:43	63
35.	Quirbach, Jürgen	Tri Power Rhein Sieg	1:41:45	60
36.	Schnitzler, Ralf	RTC Frechen 1980	1:42:30	61
37.	Hulitz, Albert	Bergheim	1:43:33	62
38.	Himmel, Sascha	Lohmar	1:44:04	63
39.	Euler, Michael	MIMAVOCA-Langel	1:44:16	64
40.	Navrath, Uwe	DJK Elmar Kohlscheid	1:47:43	64
41.	Matsutomo-Hartmann, Yoko	TV Lohmar o8	1:50:26	63
42.	Reichenberger, Hans-Josef	Brühl	1:51:21	63
43.	Lamers, Michael	Laufzentrum Martinstr.	1:52:25	62
44.	Hofmann, Dieter	LG Donatus Erftstadt	1:53:07	64
45.	May, Achim	TV Witzhelden	1:54:29	64
46.	Burghardt, Stephan	www.idaa.de	1:56:23	61
47.	Kerkow, Detlev	LT-Düsseldorf-Süd	1:57:07	63
48.	Brandhorst, Markus	Köln	1:57:52	63
49.	Holbein, Heinz	Pulheimer SC	1:57:56	61
50.	Hildebrandt, Oliver	LT Leidenhausen GSV Porz	1:58:26	61
51.	Stolzis, Bernd	TuS Brauweiler	1:59:00	64
52.	Heuschötter, Klaus	Fifty Minutes	2:01:40	64
53.	Wurda, Werner	SC Fortuna Köln	2:02:16	60
54.	Müller, Harald	Siegburg	2:04:45	63
55.	Schmickler, Andreas	Köln-Porz	2:06:13	64
56.	Senol, Kenan	Köln-Porz	2:07:43	61
57.	Heeckt, Jörg	Wuppertal	2:08:23	62
58.	Zöllner, Robert	Marathon Dinslaken	2:11:18	62
59.	Midolo, Antonio	Just for fun	2:12:11	61
60.	Rfbacz, Christoph	Königswinter	2:14:02	60
61.	Djamalpour, Darius	Running for Children	2:21:00	64

## M 50

1.	Wagner, Theo	ASV Duisburg	1:23:57	57
2.	Elbert, Matthias	Hildener TV	1:24:47	58
3.	Reinisch, Frank	LLG St. Augustin	1:29:59	58
4.	Hill, Frank	Piesport	1:30:26	59
5.	Menten, Thomas	SV Ellscheid	1:30:33	59
6.	Gerber, Peter	RTB Marathonteam	1:32:34	55
7.	Boruta, Peter	Laufend Älter	1:34:31	57
8.	Van der Linden, Heinz	SSK Kerpen	1:34:40	59
9.	Keller, Karl	BSG Kölnische Rück	1:35:13	58
10.	Mielczarek, Norbert	Hürth	1:38:26	55
11.	Kasprzik, Peter	LT Saaler Mühle	1:39:52	58
12.	Müller, Wolfgang	VFL Engelskirchen	1:40:06	56
13.	Scherberich, Michael	Tricolonng Neptunbad	1:42:51	58
14.	Nikelowski, Norbert	Marathonfreunde Porz Ense	1:43:20	58
15.	Logemann, Martin	LTG-Lennep	1:43:51	56
16.	Materowicz, Wieslaw	Lauffreunde Älter	1:44:06	59
17.	Kimmerle, Helmut	Bergisch Gladbach	1:45:08	58
18.	Balzer, Reinhold	Ratingen	1:45:32	55
19.	Hasenbein, Frank	LTG Remscheid	1:45:40	58
20.	Trost, Stefan	Laufzentrum Martinstr.	1:46:38	58
21.	Hoffmann, Michael	Schwelm	1:47:30	59
22.	Schall, Manfred	TuS 1882 Opladen	1:48:46	55
23.	Rogowski, Thomas	DJK Elmar Kohlscheid	1:48:50	56
24.	Miebach, Paul	Köln-Porz-Grengel	1:49:52	59
25.	Schmitt, Dr.Rolf	Alfterer SC	1:49:52	56
26.	Gmyrek, Siegfried	Wuppertal	1:50:05	56
27.	Nofftz, Klaus	Neukirchener TV Leverkusen	1:50:35	57
28.	Haas, Achim	Mausbach	1:51:31	57
29.	Schmidt, Uwe Hermann	IG Blocksberg e.V.	1:51:44	56
30.	Hill, Wieland	Tri-Team Hagen	1:52:00	56
31.	Vering, Wilfried	LT Leidenhausen	1:52:51	58
32.	Graf, Andreas	Köln	1:52:52	58
33.	Heidchen, Michael	LeoGoesRunning Team	1:55:28	55
34.	Wagner, Helmut	Dormagen	1:58:19	56
35.	Hartmann, Werner	Köln-Porz	1:58:55	55
36.	Schütt, Heino	Köln-Porz	1:59:18	59
37.	Heße, Axel	Köln	2:03:18	58

38.	Ferdinand, Markus	Frechen	2:03:41	59
39.	Petermann, Olaf	Köln	2:05:48	56
40.	Breuer, Norbert	Erdinger A-Fre	2:06:57	58
41.	Mermet, Andreas	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	2:12:03	59
42.	Mermet, Andreas	LAZ Puma Troisdorf/Siegbu	2:23:22	59
43.	Henßler, Pirmin	Köln	2:24:05	56
M 55				
1.	Dunger, Eberhard	LC Wuppertal	1:34:06	51
2.	Koppelberg, Horst	Hildener AT	1:37:53	54
3.	Schumacher, Hans-Heinz	BSG Delphi Draka Wupperta	1:38:30	54
4.	Krimmel, Walter	LG Donatus Erftstadt	1:44:03	52
5.	Voss, Herbert	Henkel Ausbildung	1:48:30	54
6.	Kals, Leo	BSG Sparkasse Gummersbach	1:50:54	54
7.	Okamoto, Shinichi	International Runners	1:52:17	50
8.	Wirth, Burkhard	Euskirchen	1:52:30	54
9.	Grunert, Uwe	DJK Löwe Köln	2:00:05	54
10.	Stratmann, Gerd	Gelpegazellen Wuppertal	2:01:05	54
11.	Schmitz, Herbert	Köln	2:07:50	51
12.	Nidermajer, Sigfrid	Köln-Porz	2:08:49	54
13.	Rommel, Christoph	VFL Berghausen	2:09:09	53
M 60				
1.	Dzaak, Walter	Kreuztal	1:44:28	49
2.	von Harlessem, Klaus	Realschule Köln-Deutz	1:46:01	45
3.	Offermann, Josef	Köln	1:48:41	49
4.	Peeters, Wolfgang	TuS Mechernich 1897 e.V.	1:49:08	46
5.	Cürten, Franz-Josef	LSV Tri. Team Remscheid	2:07:13	49
6.	Schneider, Friedrich	TV Oberbantenberg	2:15:21	47
7.	Uebber, Dieter	Köln-Porz	2:31:04	46
M 65				
1.	Musch, Peter	Wermelskirchen	1:50:43	42
2.	Heltewig, Bernd	RockStore Wuppertal	1:51:30	44
3.	Sikinger, Hartmut	RSG Kemnat	1:51:50	43
4.	Gossow, Harald	Berg. Gladbach	1:57:19	44
5.	John, Gerd	Marathon-Team KVB Köln	2:03:20	41
6.	Baum, Dr.Clemens	Bergisch-Gladbach	2:05:16	41
7.	Kubat, Helmuth	TV Frisch Auf Lennep	2:07:26	44
8.	Egerland, Wilfried	TV Frisch Auf Lennep	2:10:25	42
M 70				
1.	Wettengl, Dietmar	TSV Weiss-Köln	2:03:04	35
2.	Ihne, Klaus	SG Langenfeld	2:25:41	39
W Jun				
1.	Gusik, Laura	Altena	1:29:12	89
2.	Leinmüller, Christina	Lennestadt	2:07:02	89
W HK				
1.	Lohmer, Susanne	Köln	1:53:54	82
2.	Lichtenberg, Anna	Bonn	1:56:03	83
3.	Lange, Anne-Kathrin	Bonn	1:58:14	81
4.	Meier, Felicitas	Bonn	1:59:17	81
5.	Quinke, Anne-Maria	Bonn	1:59:54	80
6.	Saller, Nina	Köln-Poll	2:26:59	80
W 30				
1.	Sokolowski, Aga	RTC Frechen 1980	1:32:54	76
2.	Ioana, Nicola	Essen	1:50:07	79
3.	Beckmann, Edith	Köln	1:53:34	76
4.	Abraham, Cornell	Köln	1:53:46	79
W 35				
1.	Eschweiler, Marion	TSV Weiss-Köln	1:27:22	72
2.	Langkopp, Nina	Eidenhoven	1:44:11	70
3.	Lüdorf, Mara	LG Gummersbach	1:46:37	70
4.	Roth, Heike	Köln-Porz	1:59:20	70
5.	Kolf, Elke	Köln	2:03:52	72

6.	Hutmacher, Anne	Köln	2:08:47	74
7.	Krämer, Mich,le	Kölner Ausdauer-und Laufs	2:16:26	74
8.	Busch, Veronika	Siegburg	2:28:14	74
9.	Wintermeyer, Jill	ASV-LT-Kemperdick	2:50:15	73

## W 40

1.	Meyer, Marlies	Laufteam Bunert	1:26:13	68
2.	Turra, Monika	TSV Rönsahl 1886	1:30:28	68
3.	Hiesel, Evelyne	Team Laufcampus	1:37:53	66
4.	Otten, Simone	DJK Elmar Kohlscheid	1:47:52	69
5.	Kessler, Sabine	KHTC Blau-Weis-Köln	1:49:22	69
6.	Stops, Michaela	Hilden	1:50:51	68
7.	Küffler, Beate	Köln	1:52:02	68
8.	Miebach, Andrea	Köln-Porz-Grengel	1:56:21	66
9.	Eberhart, Petra	CF Selbsthilfe Köln e.V.	1:58:59	65
10.	Schneider, Tina	SSK Kerpen	1:59:50	69
11.	Weise, Silke	Köln	2:05:32	69
12.	Trautsch, Ines	Bergheim	2:06:02	65
13.	Schmickler, Tanja	Köln-Porz	2:06:13	69
14.	Muires, Ute	LT Dünnwalder TV 1905	2:12:10	67
15.	Münzel, Andrea	Kölner Ausdauer-u.Laufs	2:15:41	67
16.	Lange, Heike	Lauffreunde H u.M.1990	2:15:59	66
17.	Kanes, Silke	Rösrath	2:17:17	68

## W 45

1.	Jerosch, Marianne	Bergheim	1:42:08	61
2.	Wasserfuhr, Barbara	TSV Rönsahl 1886	1:46:04	62
3.	Nikelowski, Renate	Pulheimer SC	1:47:35	64
4.	Holbein, Petra	Pulheimer SC	1:55:00	64
5.	Rypholz, Monika	ASV Köln Lauftreff	1:58:12	60
6.	Schwarz, Roshanak	TuS Brauweiler	1:58:38	63
7.	Hill, Christiane	Tri-Team Hagen	2:05:09	60
8.	Hoehner, Elena	Köln	2:16:43	61

## W 50

1.	Meinardus Logemann, Bärbe	Röntgensport Club	1:45:39	59
2.	Ehrgott, Regine	RTC Frechen 1980	1:48:26	59
3.	Rotscheidt, Doris	Fifty Minutes	2:06:42	58
4.	Huelse, Renate	Krefeld	2:09:46	57
5.	Zimmer, Brigitte	LT Saaler Mühle	2:27:07	57
6.	Alflen, Monika	LT Saaler Mühle	2:28:46	58

## W 55

1.	Hajek, Verena	TuS Brauweiler	2:14:38	52
----	---------------	----------------	---------	----

## W 60

1.	Winkelmann, Helga	LT Saaler Mühle	2:26:31	45
----	-------------------	-----------------	---------	----

## 25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03. \* 5 km Walking

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
-----				
M 45				
1.	Volkmer, Rainer	Brühl	34:32	61
M 50				
1.	Döring, Uwe	HAT-Köln	30:21	58
M 55				
1.	Siewer, Hajo	SC Olpe e.V.	31:08	52
2.	Biesenbach, Roger	LTD Köln-Dellbrück	35:54	52
M 60				
1.	Habets, Josef	HAT Köln	41:33	45
M 70				

1. Hennecke, Gerd-Manfred	SV Bayer Leverkusen o4	41:35	36
M 75			
1. Meyer, Adi	Brühler TV 1879	35:53	34
W 30			
1. Dormeier, Silke	Köln	41:25	77
W 40			
1. Heinen, Carola	LTD Köln-Dellbrück	45:14	65
W 45			
1. Schriever, Andrea	LT Solingen	36:57	61
2. Apitz, Daniela	Marathon-Freunde Köln-Ene	41:32	60
W 50			
1. Dinslaken, Marita	Motorradfrauen MG	41:21	56
W 55			
1. Lammermann, Helene	Bergheim	36:13	50
2. Dormeier, Ursula	Köln	41:26	52
3. Hünseler, Heidi	Marathon-Freunde Köln-Ens	41:27	50
W 60			
1. Habets, Heidi	HAT Köln	45:58	46
W 65			
1. Kautz, Christa	Köln	42:43	41
W 70			
1. Wettengl, Dr. Ursula	Köln	42:42	38

## 25. GSV Porz Winterlaufserie 2009 - 3. Wettkampftag 01.03. \* 5 km Nordic W

Pl	Name, Vorname	Verein/Ort	Zeit	Jg
	M JgA			
1.	Gasper, Christian	Rommerskirchen	35:42	91
	M 40			
1.	Wilcken, Lars	Köln	40:30	66
	M 55			
1.	Tresemmer, Rainer	GSV Porz Nordic-Walkingtr	44:12	51
	M 60			
1.	Hasselweiler, Christian	Köln	41:03	48
	M 65			
1.	Baumgarte, Manfred	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:23	40
2.	Rex, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	41:34	40
	M 70			
1.	Zühlsdorf, Horst	Nordic-Walkingtreff GSV P	36:55	37
	W 30			
1.	Hasselweiler, Sandra	Köln-Porz	42:29	76
	W 45			
1.	Kümmeler, Sabine	LT Sommersberg	39:28	62
	W 50			
1.	Rex, Ursel	Nordic-Walkingtreff GSV P	40:46	55
2.	Plottek, Monika	Haan	42:53	55
	W 55			

1. Hasselweiler, Helga	Köln	41:01	50
W 70			
1. Zühlsdorf, Erna	Nordic-Walkingtreff GSV P	38:40	39
2. Rothe, Inge	Nordic-Walkingtreff GSV P	44:00	38