

## Gesamtliste Lauf 3 - &gt;&gt; Männer, M40, M45, MJA, MJB &lt;&lt;

## Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	AK-Pl	Pos	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	206	Schwarzbach, Dirk	GER	81	TSV Kirchdorf	MHK	1	1	0:30:37	0:30:36	19,5	3,04
2	203	Pingpank, Markus	GER	64	TSV Kirchdorf	M40	1	2	0:31:21	0:31:21	19,1	3,08
3	167	Müller, Ingo	GER	78	LG Göttingen	MHK	2	3	0:31:42	0:31:42	18,9	3,10
4	261	Wienbreier, Daniel	GER	79	LG Osterode	MHK	3	4	0:31:43	0:31:42	18,9	3,10
5	120	Oude-Aost, Jan	GER	79	SV Werder Bremen	MHK	4	5	0:31:44	0:31:42	18,9	3,10
6	204	Reichert, Florian	GER	82	TSV Kirchdorf	MHK	5	6	0:31:46	0:31:46	18,8	3,11
7	170	Utermöhle, Johannes	GER	84	LG Göttingen	MHK	6	7	0:31:58	0:31:57	18,7	3,12
8	301	Diehr, Sascha	GER	72	VfL Wolfsburg	MHK	7	8	0:32:04	0:32:02	18,7	3,12
9	213	Salih, Ralf	GER	81	TV Langen	MHK	8	9	0:32:13	0:32:12	18,6	3,13
10	133	Schröter, Ingo	GER	67	Post-SV Buxtehude	MHK	9	10	0:32:36	0:32:33	18,4	3,16
11	105	Lüning, Sebastian	GER	70	LG Bremen-Nord	MHK	10	11	0:32:37	0:32:35	18,4	3,16
12	136	Bädermann, Stefan	GER	67	LG Celle-Land	MHK	11	12	0:32:48	0:32:48	18,2	3,17
13	224	Susmann, Markus	GER	75	MTV Lüdینگworth	MHK	12	13	0:32:53	0:32:51	18,2	3,17
14	144	Immega, Stephan	GER	84	SC Dunum	MHK	13	14	0:32:54	0:32:53	18,2	3,17
15	171	von Gaza, Horst	GER	59	LG Göttingen	M45	1	15	0:32:55	0:32:54	18,2	3,18
16	202	Bergmann, Max	GER	85	TSV Kirchdorf	MHK	14	16	0:32:58	0:32:58	18,1	3,18
17	148	Menz, Jan	GER	79	Emder Laufgemeinschaft	MHK	15	17	0:32:59	0:32:58	18,1	3,18
18	289	Cordes, Uwe	GER	65	LG Kreis Verden	M40	2	18	0:33:02	0:33:00	18,1	3,18
19	300	Wilshusen, Matthias	GER	70	MTV Wolfenbüttel	MHK	16	19	0:33:03	0:33:02	18,1	3,18
20	163	Hanelt, Sebastian	GER	79	LG Göttingen	MHK	17	20	0:33:21	0:33:19	17,9	3,20
21	107	Naue, Torsten	GER	65	LG Bremen-Nord	M40	3	21	0:33:22	0:33:21	17,9	3,20
22	113	Lubitz, Gerrit	GER	66	SG Road Runners/Buntentor	MHK	18	22	0:33:23	0:33:21	17,9	3,20
23	162	Giesler, Christian	GER	77	LG Göttingen	MHK	19	23	0:33:23	0:33:21	17,9	3,20
24	226	Klages, Hartmut	GER	62	MTV Müden/Örtze	M40	4	24	0:33:23	0:33:22	17,9	3,20
25	165	Lemke, Chris	GER	82	LG Göttingen	MHK	20	25	0:33:25	0:33:23	17,9	3,21
26	183	Scheiermann, Eduard	GER	84	SV Germania Helmstedt	MHK	21	26	0:33:25	0:33:23	17,9	3,21
27	211	Ciftci, Hikmet	GER	77	TV Langen	MHK	22	27	0:33:38	0:33:38	17,8	3,22
28	246	Pupkes, EikeCarsten	GER	84	DSC Oldenburg	MHK	23	28	0:33:48	0:33:46	17,7	3,23
29	306	Berg, Ivo	GER	79	Bremer LT	MHK	24	29	0:33:59	0:33:57	17,6	3,24
30	103	Ast, Markus	GER	74	LG Bremen-Nord	MHK	25	30	0:34:17	0:34:15	17,5	3,26
31	288	Meyer, Christoph	GER	75	Post-SV Uelzen	MHK	26	31	0:34:19	0:34:18	17,4	3,26
32	298	Schrader, Dominik	GER	80	MTV Wolfenbüttel	MHK	27	32	0:34:25	0:34:24	17,4	3,27
33	169	Schützendübel, Andres	GER	68	LG Göttingen	MHK	28	33	0:34:25	0:34:23	17,4	3,27
34	227	Koslowski, Heinz	GER	57	MTV Müden/Örtze	M45	2	34	0:34:31	0:34:31	17,3	3,27
35	299	Tönnies, Christian	GER	85	MTV Wolfenbüttel	MHK	29	35	0:34:51	0:34:49	17,2	3,29
36	250	Farr, Nico	GER	81	LG Osnabrück	MHK	30	36	0:34:54	0:34:52	17,1	3,29
37	259	Moog, Ralf	GER	65	LG Osterode	M40	5	37	0:34:55	0:34:55	17,1	3,30
38	256	Just, Thomas	GER	75	LG Osterode	MHK	31	38	0:34:56	0:34:54	17,1	3,30
39	106	Memering, Bernhard	GER	56	LG Bremen-Nord	M45	3	39	0:35:13	0:35:11	17,0	3,31
40	138	Lux, Volker	GER	78	Eintracht Delmenhorst	MHK	32	40	0:35:15	0:35:14	17,0	3,32
41	249	Schumann, Timo	GER	85	DSC Oldenburg	MHK	33	41	0:35:30	0:35:29	16,9	3,33
42	244	Ihle, Norman	GER	80	DSC Oldenburg	MHK	34	42	0:35:38	0:35:37	16,8	3,34
43	115	Willner, Michael	GER	65	SG Road Runners/Buntentor	M40	6	43	0:35:41	0:35:40	16,8	3,34
44	191	Peters, Detlef	GER	62	TSV Eintracht Hittfeld	M40	7	44	0:35:42	0:35:42	16,8	3,34
45	260	Schwerthelm, Frank	GER	62	LG Osterode	M40	8	45	0:35:47	0:35:44	16,7	3,35
46	127	von Cossel, Constantin	GER	85	SV Werder Bremen	MHK	35	46	0:35:54	0:35:50	16,7	3,35
47	185	Hadaschik, Andreas	GER	59	SV Germania Helstorf	M45	4	47	0:35:59	0:35:58	16,6	3,36
48	147	Jürrens, Harry	GER	57	Emder Laufgemeinschaft	M45	5	48	0:36:07	0:36:06	16,6	3,37
49	255	Behrens, Rainer	GER	57	LG Osterode	M45	6	49	0:36:15	0:36:14	16,5	3,38
50	104	Friedenberg, Bernhard	GER	64	LG Bremen-Nord	M40	9	50	0:36:18	0:36:14	16,5	3,38
51	210	Beger, Jörn	GER	71	TV Langen	MHK	36	51	0:36:24	0:36:21	16,4	3,38
52	274	Schwiemann, Mario	GER	70	TSV Otterndorf	MHK	37	52	0:36:27	0:36:24	16,4	3,39
53	262	Ibeling, Fred	GER	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	MHK	38	53	0:36:30	0:36:27	16,4	3,39
54	229	Niemann, Friedrich-W.	GER	63	MTV Müden/Örtze	M40	10	54	0:36:35	0:36:33	16,4	3,40
55	263	Ludwigs, Hanno	GER	67	Lauf-Gem. Ostfriesland	MHK	39	55	0:36:37	0:36:35	16,3	3,40
56	284	Krüger, Frank	GER	67	LC Hansa Stuhr	MHK	40	56	0:36:38	0:36:37	16,3	3,40
57	134	Siebrands, Jörg	GER	63	Post-SV Buxtehude	M40	11	57	0:36:40	0:36:38	16,3	3,40
58	140	Bunte, Tobias	GER	82	SG Diepholz	MHK	41	58	0:36:57	0:36:54	16,2	3,42
59	254	Barke, Frank	GER	64	LG Osterode	M40	12	59	0:37:04	0:37:03	16,1	3,42
60	223	Lühr, Stephan	GER	79	MTV Lüdینگworth	MHK	42	60	0:37:08	0:37:05	16,1	3,43
61	112	Hansen, Stefan	GER	67	SG Road Runners/Buntentor	MHK	43	61	0:37:16	0:37:13	16,1	3,44
62	111	Genoux, Ingo	GER	66	SG Road Runners/Buntentor	MHK	44	62	0:37:16	0:37:14	16,0	3,44
63	293	Spöttel, Michael	GER	56	LG Kreis Verden	M45	7	63	0:37:19	0:37:16	16,0	3,44
64	253	Schweer, Helmut	GER	58	OFV Osterscappel	M45	8	64	0:37:24	0:37:20	16,0	3,44
65	135	Beyersdorff, Martin	GER	68	LG Celle-Land	MHK	45	65	0:37:41	0:37:35	15,9	3,46
66	114	Schubert, Sven	GER	63	SG Road Runners/Buntentor	M40	13	66	0:37:42	0:37:37	15,9	3,46
67	294	Trense, Michael	GER	61	LG Kreis Verden	M40	14	67	0:37:43	0:37:42	15,9	3,46
68	302	Tuitjer, Berthold	GER	69	Emder Laufgemeinschaft	MHK	46	68	0:37:52	0:37:50	15,8	3,47
69	286	Reitke, Christian	GER	76	LC Hansa Stuhr	MHK	47	69	0:37:54	0:37:51	15,8	3,47
70	221	Hellmers, Detlef	GER	63	MTV Lüdینگworth	M40	15	70	0:37:54	0:37:51	15,8	3,47
71	131	Szymlet, Jörg	GER	65	MTV Bispingen	M40	16	71	0:37:55	0:37:50	15,8	3,48
72	149	Schmedding, Dominik	GER	66	Emder Laufgemeinschaft	MHK	48	72	0:37:57	0:37:54	15,8	3,48
73	303	Brandenburg, Matthias	GER	61	Emder Laufgemeinschaft	M40	17	73	0:38:00	0:37:57	15,7	3,48

## Gesamtliste Lauf 3 - &gt;&gt; Männer, M40 , M45, MJA, MJB &lt;&lt;

## Männer

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	AK-Pl	Pos	Brutto	Netto	km/h	Min/km
74	161	Duncker, Dr.Arne	GER	64	LG Göttingen	M40	18	74	0:38:00	0:37:58	15,7	3,48
75	275	Tietje, Michael	GER	56	TSV Otterndorf	M45	9	75	0:38:01	0:37:59	15,7	3,48
76	233	Haßlinger, Johannes	GER	78	LG Nienburg	MHK	49	76	0:38:05	0:38:00	15,7	3,49
77	231	Dachs, Manfred	GER	66	LG Nienburg	MHK	50	77	0:38:06	0:38:00	15,7	3,49
78	128	Bultmann, Jürgen	GER	61	TSV Asendorf	M40	19	78	0:38:30	0:38:25	15,5	3,51
79	141	Eils, Torben	GER	84	SG Diepholz	MHK	51	79	0:38:34	0:38:31	15,5	3,51
80	258	Lohrberg, Daniel	GER	84	LG Osterode	MHK	52	80	0:38:39	0:38:35	15,5	3,52
81	196	Mahler, Stephan	GER	72	LG Kehdingen	MHK	53	81	0:39:07	0:39:03	15,3	3,55
82	209	Ulbrich, Klaus	GER	58	TSV Kirchdorf	M45	10	82	0:39:13	0:39:05	15,2	3,55
83	230	Bochmann, Michael	GER	63	LG Nienburg	M40	20	83	0:39:18	0:39:14	15,2	3,56
84	187	Gumprecht, Günter	GER	61	SC Hemmoor	M40	21	84	0:39:22	0:39:17	15,2	3,56
85	282	Bardenhagen, Heinz	GER	60	LG Kreis Nord Stade	M45	11	85	0:39:23	0:39:18	15,2	3,56
86	268	Gillner, Marius	GER	85	TSV Otterndorf	MHK	54	86	0:39:27	0:39:24	15,2	3,57
87	278	Engelmann, Kurt	GER	63	TSV Sievern	M40	22	87	0:39:36	0:39:31	15,1	3,58
88	235	Pfeiffer, Jörg	GER	65	LG Nienburg	M40	23	88	0:39:44	0:39:40	15,0	3,58
89	188	Höck, Michael	GER	64	SC Hemmoor	M40	24	89	0:39:50	0:39:45	15,0	3,59
90	192	Frey, Jürgen	GER	71	TSV Ihlienworth	MHK	55	90	0:39:55	0:39:50	15,0	4,00
91	272	Müller, Dr.Armin	GER	60	TSV Otterndorf	M45	12	91	0:39:59	0:39:55	15,0	4,00
92	304	May, Holger	GER	57	OT Bremen	M45	13	92	0:40:08	0:40:03	14,9	4,01
93	109	Hemmerich, Hendrik	GER	57	OT Bremen	M45	14	93	0:40:44	0:40:40	14,7	4,04
94	271	Hargus, Thomas	GER	68	TSV Otterndorf	MHK	56	94	0:40:52	0:40:45	14,6	4,05
95	264	Dieckmann, Heiko	GER	70	TSV Otterndorf	MHK	57	95	0:40:52	0:40:46	14,6	4,05
96	130	Schmalzried, Raimund	GER	57	MTV Bispingen	M45	15	96	0:41:00	0:40:53	14,6	4,06
97	200	von Holt, Rainer	GER	63	LG Kehdingen	M40	25	97	0:41:00	0:40:57	14,6	4,06
98	238	Krix, Peter	GER	66	TSG Nordholz	MHK	58	98	0:41:07	0:41:02	14,5	4,07
99	142	Franke, Uwe	GER	61	SG Diepholz	MHK	59	99	0:41:09	0:41:05	14,5	4,07
100	240	Mertens, Uwe	GER	66	TSG Nordholz	MHK	60	100	0:41:23	0:41:20	14,4	4,08
101	150	ter Jung, Frank	GER	60	Emder Laufgemeinschaft	M45	16	101	0:41:45	0:41:41	14,3	4,11
102	186	Aldag, Jörg	GER	65	SC Hemmoor	M40	26	102	0:42:05	0:41:59	14,2	4,13
103	257	List, Ingo	GER	60	LG Osterode	M45	17	103	0:42:23	0:42:21	14,1	4,14
104	239	Lopez, Manuel	GER	57	TSG Nordholz	M45	18	104	0:43:07	0:43:02	13,9	4,19
105	280	Harbart, Rudolf	GER	62	MTV Soltau	M40	27	105	0:43:20	0:43:16	13,8	4,20
106	237	Holtz, Norbert	GER	57	TSG Nordholz	M45	19	106	0:43:23	0:43:18	13,8	4,20
107	219	Henning, Thomas	GER	63	SV Lemwerder	M40	28	107	0:43:27	0:43:22	13,8	4,21
108	220	Sondag, Hartwig	GER	62	SV Lemwerder	M40	29	108	0:43:44	0:43:39	13,7	4,22
109	180	Geiger, Steffen	GER	65	TSG Hatten-Sandkrug	M40	30	109	0:44:03	0:43:59	13,6	4,24
110	190	Wiechert, Bernd	GER	63	SC Hemmoor	M40	31	110	0:44:21	0:44:15	13,5	4,26
111	102	Antpöhler, Christian	GER	63	LG Bremen-Nord	M40	32	111	0:44:34	0:44:30	13,4	4,27
112	139	Pelka, Christoph	GER	59	LC Delmenhorst	M45	20	112	0:44:37	0:44:33	13,4	4,28
113	197	Rusch, Wilhelm	GER	60	LG Kehdingen	M45	21	113	0:44:43	0:44:38	13,4	4,28
114	276	von Hassel, Jörn	GER	79	TSV Otterndorf	MHK	61	114	0:46:17	0:46:13	12,9	4,38
115	273	Sadatzki, Norbert	GER	57	TSV Otterndorf	M45	22	115	0:46:42	0:46:36	12,8	4,40
116	198	Schnieber, Heiko	GER	59	LG Kehdingen	M45	23	116	0:46:53	0:46:48	12,8	4,41
117	199	Treudler, Bernd	GER	59	LG Kehdingen	M40	33	117	0:48:02	0:47:56	12,4	4,48
118	269	Gillner, Axel	GER	57	TSV Otterndorf	M45	24	118	0:48:45	0:48:40	12,3	4,53
119	194	Knorr, Thomas	GER	63	TSV Ihlienworth	M40	34	119	0:48:47	0:48:41	12,3	4,53
120	218	Eichinger, Helmut	GER	61	SV Lemwerder	M40	35	120	0:48:53	0:48:48	12,2	4,53
121	295	Hadeler, Heiko	GER	60	TSV Wanna	M45	25	121	0:49:04	0:48:57	12,2	4,54
122	267	Garms, Andreas	GER	68	TSV Otterndorf	MHK	62	122	0:49:17	0:49:10	12,1	4,56
123	266	Garms, Jörg-Stephan	GER	66	TSV Otterndorf	MHK	63	123	0:50:18	0:50:12	11,9	5,02

**Mannschaften  
Männer**

1 TSV Kirchdorf 1:33:44					12 MTV Lüdingworth 1:47:55					23 TSG Nordholz 2:05:37				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
1	206	Schwarzbach, Dirk	81	30:37	13	224	Susmann, Markus	75	32:53	98	238	Krix, Peter	66	41:07
2	203	Pingpank, Markus	64	31:21	60	223	Lühr, Stephan	79	37:08	100	240	Mertens, Uwe	66	41:23
6	204	Reichert, Florian	82	31:46	70	221	Hellmers, Detlef	63	37:54	104	239	Lopez, Manuel	57	43:07
2 LG Göttingen 1:36:35					13 LG Kreis Verden 1:48:04					24 SV Lemwerder 2:16:04				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
3	167	Müller, Ingo	78	31:42	18	289	Cordes, Uwe	65	33:02	107	219	Henning, Thomas	63	43:27
7	170	Utermöhle, Johannes	84	31:58	63	293	Spöttel, Michael	56	37:19	108	220	Sondag, Hartwig	62	43:44
15	171	von Gaza, Horst	59	32:55	67	294	Trense, Michael	61	37:43	120	218	Eichinger, Helmut	61	48:53
3 LG Göttingen 2 1:40:09					14 LG Osterode 2 1:49:06					25 TSV Otterndorf 3 2:21:44				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
20	163	Hanelt, Sebastian	79	33:21	45	260	Schwerthelm, Frank	62	35:47	114	276	von Hassel, Jörn	79	46:17
23	162	Giesler, Christian	77	33:23	49	255	Behrens, Rainer	57	36:15	115	273	Sadatzki, Norbert	57	46:42
25	165	Lemke, Chris	82	33:25	59	254	Barke, Frank	64	37:04	118	269	Gillner, Axel	57	48:45
4 LG Bremen-Nord 1:40:16					15 TSV Otterndorf 1:53:55									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
11	105	Lüning, Sebastian	70	32:37	52	274	Schwiemann, Mario	70	36:27					
21	107	Naue, Torsten	65	33:22	75	275	Tietje, Michael	56	38:01					
30	103	Ast, Markus	74	34:17	86	268	Gillner, Marius	85	39:27					
5 LG Osterode 1:41:34					16 LG Nienburg 1:55:29									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
4	261	Wienbreier, Daniel	79	31:43	76	233	Haßlinger, Johannes	78	38:05					
37	259	Moog, Ralf	65	34:55	77	231	Dachs, Manfred	66	38:06					
38	256	Just, Thomas	75	34:56	83	230	Bochmann, Michael	63	39:18					
6 TV Langen 1:42:15					17 LG Bremen-Nord 2 1:56:05									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
9	213	Salih, Ralf	81	32:13	39	106	Memering, Bernhard	56	35:13					
27	211	Ciftci, Hikmet	77	33:38	50	104	Friedenberg, Bernhard	64	36:18					
51	210	Beger, Jörn	71	36:24	111	102	Antpöhler, Christian	63	44:34					
7 MTV Wolfenbüttel 1:42:19					18 SG Diepholz 1:56:40									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
19	300	Wilshusen, Matthias	70	33:03	58	140	Bunte, Tobias	82	36:57					
32	298	Schrader, Dominik	80	34:25	79	141	Eils, Torben	84	38:34					
35	299	Tönnies, Christian	85	34:51	99	142	Franke, Uwe	61	41:09					
8 MTV Müden/Örtze 1:44:29					19 Emdener Laufgemeinschaft 2 1:57:42									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
24	226	Klages, Hartmut	62	33:23	72	149	Schmedding, Dominik	66	37:57					
34	227	Koslowski, Heinz	57	34:31	73	303	Brandenburg, Matthias	61	38:00					
54	229	Niemann, Friedrich-W.	63	36:35	101	150	ter Jung, Frank	60	41:45					
9 DSC Oldenburg 1:44:56					20 SC Hemmoor 2:01:17									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
28	246	Pupkes, EikeCarsten	84	33:48	84	187	Gumprecht, Günter	61	39:22					
41	249	Schumann, Timo	85	35:30	89	188	Höck, Michael	64	39:50					
42	244	Ihle, Norman	80	35:38	102	186	Aldag, Jörg	65	42:05					
10 SG Road Runners/Buntentor 1:46:20					21 TSV Otterndorf 2 2:01:43									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
22	113	Lubitz, Gerrit	66	33:23	91	272	Müller, Dr.Armin	60	39:59					
43	115	Willner, Michael	65	35:41	94	271	Hargus, Thomas	68	40:52					
61	112	Hansen, Stefan	67	37:16	95	264	Dieckmann, Heiko	70	40:52					
11 Emdener Laufgemeinschaft 1:46:58					22 LG Kehdingen 2:04:50									
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit	Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit					
17	148	Menz, Jan	79	32:59	81	196	Mahler, Stephan	72	39:07					
48	147	Jürrens, Harry	57	36:07	97	200	von Holt, Rainer	63	41:00					
68	302	Tuijter, Berthold	69	37:52	113	197	Rusch, Wilhelm	60	44:43					

## Klassenübersicht Lauf 3 - &gt;&gt;M40, M45, MJA, MJB &lt;&lt;

## Altersklasse: M40

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	203	Pingpank, Markus		64	TSV Kirchdorf	M40	2	2	0:31:21	0:31:21	19,1	3,08
2	289	Cordes, Uwe		65	LG Kreis Verden	M40	19	19	0:33:02	0:33:00	18,1	3,18
3	107	Naue, Torsten		65	LG Bremen-Nord	M40	23	23	0:33:22	0:33:21	17,9	3,20
4	226	Klages, Hartmut		62	MTV Müden/Örtze	M40	26	26	0:33:23	0:33:22	17,9	3,20
5	259	Moog, Ralf		65	LG Osterode	M40	42	42	0:34:55	0:34:55	17,1	3,30
6	115	Willner, Michael		65	SG Road Runners/Buntentor	M40	52	52	0:35:41	0:35:40	16,8	3,34
7	191	Peters, Detlef		62	TSV Eintracht Hittfeld	M40	53	53	0:35:42	0:35:42	16,8	3,34
8	260	Schwerthelm, Frank		62	LG Osterode	M40	54	54	0:35:47	0:35:44	16,7	3,35
9	104	Friedenberg, Bernhard		64	LG Bremen-Nord	M40	59	59	0:36:18	0:36:14	16,5	3,38
10	229	Niemann, Friedrich-W.		63	MTV Müden/Örtze	M40	65	65	0:36:35	0:36:33	16,4	3,40
11	134	Siebrands, Jörg		63	Post-SV Buxtehude	M40	68	68	0:36:40	0:36:38	16,3	3,40
12	254	Barke, Frank		64	LG Osterode	M40	72	72	0:37:04	0:37:03	16,1	3,42
13	114	Schubert, Sven		63	SG Road Runners/Buntentor	M40	84	84	0:37:42	0:37:37	15,9	3,46
14	294	Trense, Michael		61	LG Kreis Verden	M40	85	85	0:37:43	0:37:42	15,9	3,46
15	221	Hellmers, Detlef		63	MTV Lüdningworth	M40	90	90	0:37:54	0:37:51	15,8	3,47
16	131	Szymlet, Jörg		65	MTV Bispingen	M40	91	91	0:37:55	0:37:50	15,8	3,48
17	303	Brandenburg, Matthias		61	Emder Laufgemeinschaft	M40	93	93	0:38:00	0:37:57	15,7	3,48
18	161	Duncker, Dr.Arne		64	LG Göttingen	M40	94	94	0:38:00	0:37:58	15,7	3,48
19	128	Bultmann, Jürgen		61	TSV Asendorf	M40	101	101	0:38:30	0:38:25	15,5	3,51
20	230	Bochmann, Michael		63	LG Nienburg	M40	108	108	0:39:18	0:39:14	15,2	3,56
21	187	Gumprecht, Günter		61	SC Hemmoor	M40	109	109	0:39:22	0:39:17	15,2	3,56
22	278	Engelmann, Kurt		63	TSV Sievern	M40	113	113	0:39:36	0:39:31	15,1	3,58
23	235	Pfeiffer, Jörg		65	LG Nienburg	M40	116	116	0:39:44	0:39:40	15,0	3,58
24	188	Höck, Michael		64	SC Hemmoor	M40	117	117	0:39:50	0:39:45	15,0	3,59
25	200	von Holt, Rainer		63	LG Kehdingen	M40	127	127	0:41:00	0:40:57	14,6	4,06
26	186	Aldag, Jörg		65	SC Hemmoor	M40	135	135	0:42:05	0:41:59	14,2	4,13
27	280	Harbart, Rudolf		62	MTV Soltau	M40	139	139	0:43:20	0:43:16	13,8	4,20
28	219	Henning, Thomas		63	SV Lemwerder	M40	141	141	0:43:27	0:43:22	13,8	4,21
29	220	Sondag, Hartwig		62	SV Lemwerder	M40	142	142	0:43:44	0:43:39	13,7	4,22
30	180	Geiger, Steffen		65	TSG Hatten-Sandkrug	M40	144	144	0:44:03	0:43:59	13,6	4,24
31	190	Wiechert, Bernd		63	SC Hemmoor	M40	145	145	0:44:21	0:44:15	13,5	4,26
32	102	Antpöhler, Christian		63	LG Bremen-Nord	M40	146	146	0:44:34	0:44:30	13,4	4,27
33	199	Treudler, Bernd		59	LG Kehdingen	M40	154	154	0:48:02	0:47:56	12,4	4,48
34	194	Knorr, Thomas		63	TSV Ihlienworth	M40	156	156	0:48:47	0:48:41	12,3	4,53
35	218	Eichinger, Helmut		61	SV Lemwerder	M40	157	157	0:48:53	0:48:48	12,2	4,53

## Altersklasse: M45

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	171	von Gaza, Horst		59	LG Göttingen	M45	15	15	0:32:55	0:32:54	18,2	3,18
2	227	Koslowski, Heinz		57	MTV Müden/Örtze	M45	39	39	0:34:31	0:34:31	17,3	3,27
3	106	Memering, Bernhard		56	LG Bremen-Nord	M45	47	47	0:35:13	0:35:11	17,0	3,31
4	185	Hadaschik, Andreas		59	SV Germania Helstorf	M45	56	56	0:35:59	0:35:58	16,6	3,36
5	147	Jürrens, Harry		57	Emder Laufgemeinschaft	M45	57	57	0:36:07	0:36:06	16,6	3,37
6	255	Behrens, Rainer		57	LG Osterode	M45	58	58	0:36:15	0:36:14	16,5	3,38
7	293	Spöttel, Michael		56	LG Kreis Verden	M45	77	77	0:37:19	0:37:16	16,0	3,44
8	253	Schweer, Helmut		58	OFV Ostercappeln	M45	79	79	0:37:24	0:37:20	16,0	3,44
9	275	Tietje, Michael		56	TSV Otterndorf	M45	95	95	0:38:01	0:37:59	15,7	3,48
10	209	Ulbrich, Klaus		58	TSV Kirchdorf	M45	107	107	0:39:13	0:39:05	15,2	3,55
11	282	Bardenhagen, Heinz		60	LG Kreis Nord Stade	M45	110	110	0:39:23	0:39:18	15,2	3,56
12	272	Müller, Dr.Armin		60	TSV Otterndorf	M45	119	119	0:39:59	0:39:55	15,0	4,00
13	304	May, Holger		57	OT Bremen	M45	120	120	0:40:08	0:40:03	14,9	4,01
14	109	Hemmerich, Hendrik		57	OT Bremen	M45	122	122	0:40:44	0:40:40	14,7	4,04
15	130	Schmalzried, Raimund		57	MTV Bispingen	M45	126	126	0:41:00	0:40:53	14,6	4,06
16	150	ter Jung, Frank		60	Emder Laufgemeinschaft	M45	134	134	0:41:45	0:41:41	14,3	4,11
17	257	List, Ingo		60	LG Osterode	M45	136	136	0:42:23	0:42:21	14,1	4,14
18	239	Lopez, Manuel		57	TSG Nordholz	M45	138	138	0:43:07	0:43:02	13,9	4,19
19	237	Holtz, Norbert		57	TSG Nordholz	M45	140	140	0:43:23	0:43:18	13,8	4,20
20	139	Pelka, Christoph		59	LC Delmenhorst	M45	147	147	0:44:37	0:44:33	13,4	4,28
21	197	Rusch, Wilhelm		60	LG Kehdingen	M45	148	148	0:44:43	0:44:38	13,4	4,28
22	273	Sadatzki, Norbert		57	TSV Otterndorf	M45	152	152	0:46:42	0:46:36	12,8	4,40
23	198	Schnieber, Heiko		59	LG Kehdingen	M45	153	153	0:46:53	0:46:48	12,8	4,41
24	269	Gillner, Axel		57	TSV Otterndorf	M45	155	155	0:48:45	0:48:40	12,3	4,53
25	295	Hadeler, Heiko		60	TSV Wanna	M45	158	158	0:49:04	0:48:57	12,2	4,54

## Altersklasse: MJA

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	154	Schneiders, Marcel		88	SV Concordia Emsbüren	MJA	17	17	0:32:59	0:32:59	18,1	3,18
2	287	Heitmann, Torsten		86	Post-SV Uelzen	MJA	31	31	0:33:50	0:33:49	17,7	3,23
3	152	Otting, Thomas		87	SV Concordia Emsbüren	MJA	33	33	0:34:12	0:34:11	17,5	3,25

**Klassenübersicht Lauf 3 - >>M40 , M45, MJA, MJB <<****Altersklasse: MJA**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
4	129	Meyer, Gerrit		86	MTV Jahn Barnstorf	MJA	36	36	0:34:23	0:34:22	17,4	3,26
5	160	Christmann, Arne		87	LG Göttingen	MJA	45	45	0:34:58	0:34:56	17,1	3,30
6	297	Schütt, Michael		86	VfL Wingst	MJA	60	60	0:36:21	0:36:19	16,5	3,38
7	277	Biallas, Tilman		86	SF Sahlenburg	MJA	69	69	0:36:40	0:36:37	16,3	3,40
8	122	Schwarzmeier, Tim		86	SV Werder Bremen	MJA	78	78	0:37:23	0:37:19	16,0	3,44
9	177	Wessels, Torsten		86	TuS Haren	MJA	80	80	0:37:34	0:37:33	15,9	3,45
10	243	Domeracki, Daniel		86	DSC Oldenburg	MJA	82	82	0:37:37	0:37:34	15,9	3,46
11	247	Saurin, Tilo		86	DSC Oldenburg	MJA	86	86	0:37:47	0:37:45	15,8	3,47
12	175	Hüasers, Jens		87	TuS Haren	MJA	98	98	0:38:07	0:38:06	15,7	3,49
13	176	Koop, Hermann		87	TuS Haren	MJA	99	99	0:38:20	0:38:18	15,6	3,50
14	182	Kruse, Daniel		87	SV Germania Helmstedt	MJA	100	100	0:38:26	0:38:25	15,6	3,51
15	118	Kollhoff, Jonas		87	SV Werder Bremen	MJA	102	102	0:38:30	0:38:28	15,5	3,51
16	292	Niederkrome, Sven		87	LG Kreis Verden	MJA	105	105	0:38:56	0:38:53	15,4	3,54
17	123	Skalecki, Marian		87	SV Werder Bremen	MJA	112	112	0:39:31	0:39:29	15,1	3,57
18	236	Stolterfoth, Björn		87	LG Nienburg	MJA	114	114	0:39:40	0:39:37	15,1	3,58
19	234	Kaddatz, Julian		86	LG Nienburg	MJA	115	115	0:39:41	0:39:38	15,1	3,58
20	291	Müller, Christian		87	LG Kreis Verden	MJA	125	125	0:40:55	0:40:52	14,6	4,06
21	242	Denker, Kai		89	DSC Oldenburg	MJA	128	128	0:41:04	0:41:01	14,6	4,06
22	232	Hanz, Robert		86	LG Nienburg	MJA	131	131	0:41:17	0:41:14	14,5	4,08
23	121	Schmidt, Dirk		86	SV Werder Bremen	MJA	137	137	0:42:43	0:42:39	14,0	4,16
24	119	Möbeus, Matthias		86	SV Werder Bremen	MJA	143	143	0:43:49	0:43:44	13,6	4,23
25	195	Unruh, Thorsten		87	TSV Ihlienworth	MJA	149	149	0:44:54	0:44:48	13,3	4,29

**Altersklasse: MJB**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	155	Schneiders, Ingo		88	SV Concordia Emsbüren	MJB	21	21	0:33:17	0:33:17	18,0	3,20
2	159	Nerkamp, Jens		89	BV Garrel	MJB	43	43	0:34:55	0:34:54	17,1	3,30
3	158	Kühling, Fabian		88	BV Garrel	MJB	46	46	0:35:10	0:35:10	17,0	3,31
4	296	Klatt, Alexander		89	VfL Wingst	MJB	49	49	0:35:27	0:35:25	16,9	3,33
5	251	Butterwegge, Felix		88	OTB Osnabrück	MJB	64	64	0:36:32	0:36:29	16,4	3,39
6	217	Eichinger, Christian		89	SV Lemwerder	MJB	71	71	0:36:58	0:36:56	16,2	3,42
7	283	Kortas, Tobias		90	LC Hansa Stuhr	MJB	76	76	0:37:18	0:37:14	16,0	3,44
8	174	Brümmer, Jan		89	TuS Haren	MJB	81	81	0:37:37	0:37:35	15,9	3,46
9	126	von Alemann, Jasper		88	SV Werder Bremen	MJB	88	88	0:37:53	0:37:49	15,8	3,47
10	157	Einhaus, Patrick		89	BV Garrel	MJB	121	121	0:40:29	0:40:28	14,8	4,03
11	125	Uth, Tobias		88	SV Werder Bremen	MJB	133	133	0:41:42	0:41:38	14,3	4,10
12	178	Eisner, Eugen		88	TSG Hatten-Sandkrug	MJB	151	151	0:46:34	0:46:31	12,8	4,39

**Mannschaften  
Senioren M40/M45**

gedruckt 20.03.2005 14:17:08

<b>1 MTV Müden/Örtze 1:44:29</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
5	226	Klages, Hartmut	62	33:23
6	227	Koslowski, Heinz	57	34:31
16	229	Niemann, Friedrich-W.	63	36:35
<b>2 LG Bremen-Nord 1:44:53</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
4	107	Naue, Torsten	65	33:22
8	106	Memering, Bernhard	56	35:13
15	104	Friedenberg, Bernhard	64	36:18
<b>3 LG Osterode 1:46:57</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
7	259	Moog, Ralf	65	34:55
11	260	Schwerthelm, Frank	62	35:47
14	255	Behrens, Rainer	57	36:15
<b>4 LG Kreis Verden 1:48:04</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
3	289	Cordes, Uwe	65	33:02
19	293	Spöttel, Michael	56	37:19
22	294	Trense, Michael	61	37:43
<b>5 Emdrer Laufgemeinschaft 1:55:52</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
13	147	Jürrens, Harry	57	36:07
25	303	Brandenburg, Matthias	61	38:00
41	150	ter Jung, Frank	60	41:45
<b>6 SC Hemmoor 2:01:17</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
31	187	Gumprecht, Günter	61	39:22
35	188	Höck, Michael	64	39:50
42	186	Aldag, Jörg	65	42:05
<b>7 TSV Otterndorf 2:04:42</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
27	275	Tietje, Michael	56	38:01
36	272	Müller, Dr.Armin	60	39:59
54	273	Sadatzki, Norbert	57	46:42
<b>8 LG Kehdingen 2:12:36</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
40	200	von Holt, Rainer	63	41:00
53	197	Rusch, Wilhelm	60	44:43
55	198	Schnieber, Heiko	59	46:53
<b>9 SV Lemwerder 2:16:04</b>				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
47	219	Henning, Thomas	63	43:27
48	220	Sonntag, Hartwig	62	43:44
59	218	Eichinger, Helmut	61	48:53

**Mannschaften**  
**Männliche Jugend A**

gedruckt 20.03.2005 14:18:25

---

1 TuS Haren		1:54:01	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
9	177	Wessels, Torsten	86 37:34
12	175	Hüusers, Jens	87 38:07
13	176	Koop, Hermann	87 38:20

  

2 SV Werder Bremen		1:55:24	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
8	122	Schwarzmeier, Tim	86 37:23
15	118	Kollhoff, Jonas	87 38:30
17	123	Skalecki, Marian	87 39:31

  

3 DSC Oldenburg		1:56:28	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
10	243	Domeracki, Daniel	86 37:37
11	247	Saurin, Tilo	86 37:47
21	242	Denker, Kai	89 41:04

  

4 LG Nienburg		2:00:38	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
18	236	Stolterfoth, Björn	87 39:40
19	234	Kaddatz, Julian	86 39:41
22	232	Hanz, Robert	86 41:17

**Mannschaften**  
**Männliche Jugend B**

gedruckt 20.03.2005 14:19:00

---

1	BV Garrel			1:50:34
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
2	159	Nerkamp, Jens	89	34:55
3	158	Kühling, Fabian	88	35:10
10	157	Einhaus, Patrick	89	40:29



Klassenübersicht Lauf 4 - >>M50 , M55, M60, M65, M70 u.ä. <<

Altersklasse: M50

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	Pos	MW	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	391	Grabowsky, Klaus-Dieter		53	SC Spelle-Venhaus	M50	1	1	:34:50	0:34:50	17.2	3.29
2	393	Hold, Jüräen		52	LG Kreis Verden	M50	2	2	:34:55	0:34:55	17.1	3.30
3	340	Ulbrich, Horst		55	LC Delmenhorst	M50	3	3	:34:57	0:34:57	17.1	3.30
4	344	Christmann, Andreas		54	LG Göttingen	M50	4	4	:35:12	0:35:11	17.0	3.31
5	345	Graeber, Dr.Wilhelm		55	LG Göttingen	M50	5	5	:36:06	0:36:05	16.6	3.37
6	326	Gode, Heiko		53	SG Road Runners/Buntentor	M50	7	7	:36:40	0:36:39	16.3	3.40
7	336	Bleiker, Detlef		53	LC Delmenhorst	M50	9	9	:37:29	0:37:28	16.0	3.45
8	342	Daniels, Johannes		51	SG Diepholz	M50	14	14	:39:18	0:39:16	15.2	3.56
9	374	Masemann, Johann		52	LG Nienbura	M50	18	18	:39:48	0:39:45	15.0	3.59
10	398	Damitz, Bernd-M.		54	Bremer LT	M50	21	21	:40:57	0:40:55	14.6	4.06
11	360	Göbber, Bernd		54	LG Kehdingen	M50	22	22	:41:06	0:41:05	14.5	4.07
12	329	Herzoo, Ludger		55	STV Barßel	M50	26	26	:41:26	0:41:25	14.4	4.09
13	371	Büräel, Günter		51	LG Nienbura	M50	29	29	:42:42	0:42:40	14.0	4.16
14	359	Grothmann, Thomas		53	LG Kehdingen	M50	40	40	:44:42	0:44:40	13.4	4.28
15	390	Sieber, Manfred		51	TSV Sievern	M50	42	42	:44:47	0:44:44	13.4	4.29
16	377	Umland, Manfred		51	TSG Nordholz	M50	55	55	:48:18	0:48:16	12.4	4.50
17	376	Behrens, Wilfried		53	TSG Nordholz	M50	57	57	:48:53	0:48:50	12.2	4.53

Altersklasse: M55

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	Pos	MW	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	346	Lutz, Wolfoana		49	LG Hannover	M55	6	6	:36:21	0:36:21	16.5	3.38
2	368	Roloff, Reinhard		46	MTV Lüdinauworth	M55	8	8	:37:14	0:37:14	16.1	3.43
3	351	Döhmen, Burkhard		50	SC Herrinhausen	M55	11	11	:38:24	0:38:23	15.6	3.50
4	331	Diekmann, Hans		50	Post-SV Buxtehude	M55	13	13	:39:03	0:39:02	15.3	3.54
5	387	Romanowski, Arnold		46	Lauf-Gem. Ostfriesland	M55	17	17	:39:47	0:39:45	15.0	3.59
6	335	Becker, Joachim		50	LC Delmenhorst	M55	19	19	:40:08	0:40:07	14.9	4.01
7	370	Ortwia, Klaus		47	TV Meppen	M55	20	20	:40:35	0:40:33	14.7	4.04
8	330	Mallett, Michael		50	MTV Bispinuaen	M55	23	23	:41:07	0:41:07	14.5	4.07
9	343	Schmidt, Günter		46	SG Diepholz	M55	31	31	:42:58	0:42:57	13.9	4.18
10	372	Göbber, Hans-Hermann		49	LG Nienbura	M55	33	33	:43:19	0:43:17	13.8	4.20
11	361	Asche, Wolfoana		49	TSV Kirchdorf	M55	36	36	:44:22	0:44:19	13.5	4.26
12	399	Oertelt, Siebert		48	Bremer LT	M55	49	49	:46:03	0:46:00	13.0	4.36
13	373	Kröbel, Erich		49	LG Nienbura	M55	52	52	:46:59	0:46:57	12.7	4.42
14	394	Jäger, Dirk-Peter		46	LG Kreis Verden	M55	53	53	:47:45	0:47:43	12.5	4.47
15	385	Haren, Andreas		49	Lauf-Gem. Ostfriesland	M55	54	54	:48:12	0:48:10	12.4	4.49

Altersklasse: M60

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	Pos	MW	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	382	Ostendorf, Manfred		43	VfL Oldenburg	M60	10	10	:38:01	0:38:00	15.7	3.48
2	369	Cordes, Heinz-Dieter		45	LG Lüneburg Stadt-Land	M60	12	12	:38:36	0:38:35	15.5	3.52
3	379	Frense, Horst		41	VfL Oldenburg	M60	15	15	:39:20	0:39:19	15.2	3.56
4	347	Petereit, Max		45	LG Hannover	M60	16	16	:39:20	0:39:19	15.2	3.56
5	388	Salih, Farook		43	TSV Otterndorf	M60	25	25	:41:11	0:41:11	14.5	4.07
6	381	Mohsname, Klaus		43	VfL Oldenburg	M60	27	27	:41:26	0:41:24	14.4	4.09
7	362	Krolikowski, Siegfried		45	TSV Kirchdorf	M60	28	28	:41:29	0:41:26	14.4	4.09
8	355	Schwaaer, Ralf		41	Post-SV Holzminden	M60	35	35	:44:08	0:44:07	13.5	4.25
9	384	Sorick, Wilhelm		42	VfL Oldenburg	M60	37	37	:44:24	0:44:23	13.5	4.26
10	341	Zawacki, Alwin		41	LC Delmenhorst	M60	41	41	:44:45	0:44:43	13.4	4.29
11	386	Meier-Kav, Walter		45	Lauf-Gem. Ostfriesland	M60	43	43	:44:53	0:44:51	13.3	4.29
12	383	Saer, Bernhard		41	VfL Oldenburg	M60	51	51	:46:52	0:46:50	12.8	4.41
13	321	Neumann, Karl-Heinz		45	LG Bremen-Nord	M60	56	56	:48:40	0:48:38	12.3	4.52
14	400	Gräbner, Wolf-Peter		44	TuS Eiche Stinstedt	M60	63	63	:54:46	0:54:44	10.9	5.29

Altersklasse: M65

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	Pos	MW	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	367	Albers, Franz		38	VfL Germania Leer	M65	24	24	:41:10	0:41:09	14.5	4.07
2	397	Polev, Dieter		40	MTV Wolfenbüttel	M65	30	30	:42:53	0:42:52	13.9	4.17
3	322	Petereit, Kurt		38	LG Bremen-Nord	M65	32	32	:43:12	0:43:11	13.8	4.19
4	338	Nowara, Siegfried		40	LC Delmenhorst	M65	34	34	:43:35	0:43:34	13.7	4.22
5	323	Presch, Hans		38	LG Bremen-Nord	M65	38	38	:44:31	0:44:29	13.4	4.27
6	324	Sprinaborn, Peter		37	LG Bremen-Nord	M65	39	39	:44:36	0:44:34	13.4	4.28
7	352	Ritter, Siegfried		38	Eintracht Hildesheim	M65	44	44	:45:01	0:45:00	13.3	4.30
8	356	Schwobe, Peter		37	Post-SV Holzminden	M65	45	45	:45:06	0:45:05	13.3	4.31
9	363	Plaschke, Erhard		40	TSV Kirchdorf	M65	46	46	:45:42	0:45:39	13.1	4.34
10	354	Bettermann, Edda		36	Post-SV Holzminden	M65	47	47	:45:51	0:45:47	13.0	4.35
11	353	Janzon, Udo		39	TSV Eintracht Hittfeld	M65	60	60	:51:26	0:51:23	11.6	5.09
12	337	Förste, Wilfried		38	LC Delmenhorst	M65	61	61	:52:35	0:52:32	11.4	5.16

---

Klassenübersicht Lauf 4 - >>M50 , M55, M60, M65, M70 u.ä. <<

Altersklasse: M70

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	Pos	MW	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	320	Krumbholz, Gerhard		35	LG Bremen-Nord	M70	48	48	:45:58	0:45:56	13.0	4,36
2	357	Wehrmann, Wilhelm		34	Post-SV Holzminden	M70	50	50	:46:52	0:46:49	12.8	4,41
3	389	Mildenberaer, Karl-Heinz		34	LG Salzgitter	M70	58	58	:49:07	0:49:04	12.2	4,55
4	325	Schemeit, Helmut		35	LAZ Bremen-Osterholz	M70	59	59	:49:14	0:49:12	12.1	4,55
5	349	Kammerer, Klaus		33	TuRa Hechthausen	M70	62	62	:53:36	0:53:32	11.1	5,22

**Mannschaften**

**Senioren M50/M55**

---

1 LC Delmenhorst		1:52:34	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
3	340	Ulbrich, Horst	55 34:57
9	336	Bleiker, Detlef	53 37:29
15	335	Becker, Joachim	50 40:08

2 LG Nienburg		2:05:49	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
14	374	Masemann, Johann	52 39:48
21	371	Bürqel, Günter	51 42:42
23	372	Göbbert, Hans-Hermann	49 43:19

## Mannschaften Senioren M60 und älter

gedruckt 20.03.2005 15:02:52

---

<b>1 VfL Oldenburg</b>		<b>1:58:47</b>	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
1	382	Ostendorf, Manfred	43 38:01
3	379	Frense, Horst	41 39:20
7	381	Mohnsame, Klaus	43 41:26

  

<b>2 LG Bremen-Nord</b>		<b>2:12:19</b>	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
10	322	Petereit, Kurt	38 43:12
14	323	Presch, Hans	38 44:31
15	324	Söringborn, Peter	37 44:36

  

<b>3 Post-SV Holzminden</b>		<b>2:15:05</b>	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
12	355	Schwaeer, Ralf	41 44:08
19	356	Schwobe, Peter	37 45:06
21	354	Bettermann, Edoar	36 45:51

  

<b>4 LC Delmenhorst</b>		<b>2:20:55</b>	
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg. Endzeit
11	338	Nowara, Siegfried	40 43:35
16	341	Zawacki, Alwin	41 44:45
29	337	Förste, Wilfried	38 52:35

## Gesamtliste Lauf 2 - &gt;&gt; Frauen, W40, W45, W50, W55, W60 u.ä., WJA, WJB &lt;&lt;

## Frauen

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*/Ort	AK	AK-Pl	Pos	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	42	Dreifigacker, Ulrike	GER	84	LG Hannover	WHK	1	1	0:36:53	0:36:53	16,2	3,41
2	65	Cronjäger, Cathrin	GER	81	LG Osterode	WHK	2	2	0:38:16	0:38:15	15,6	3,50
3	27	Jürrens, Inga	GER	82	Emder Laufgemeinschaft	WHK	3	3	0:38:17	0:38:16	15,6	3,50
4	44	Kock, Julia	GER	79	LG Hannover	WHK	4	4	0:38:26	0:38:24	15,6	3,51
5	20	Fischer, Anne	GER	55	ATS Cuxhaven	W50	1	5	0:38:26	0:38:26	15,6	3,51
6	45	Radtke, Franziska	GER	84	LG Hannover	WHK	5	6	0:38:31	0:38:30	15,5	3,51
7	81	Schreinecke, Ilka	GER	81	VfL Wolfsburg	WHK	6	7	0:38:34	0:38:34	15,5	3,51
8	9	Wiegel, Pia	GER	67	MTV Bad Bevensen	WHK	7	8	0:38:47	0:38:46	15,4	3,53
9	73	Schwers, Birgit	GER	62	LG Kreis Verden	W40	1	9	0:40:16	0:40:15	14,9	4,02
10	59	Krinke, Nicole	GER	78	LG Nienburg	WHK	8	10	0:40:18	0:40:17	14,8	4,02
11	47	Friedrich, Birgit	GER	62	LG Kehdingen	W40	2	11	0:40:27	0:40:27	14,8	4,03
12	37	Schulze, Susanne	GER	75	LG Göttingen	WHK	9	12	0:40:53	0:40:52	14,6	4,05
13	57	Pinke, Marion	GER	69	SV Eintr. Neuenkirchen	WHK	10	13	0:40:58	0:40:57	14,6	4,06
14	35	Nemecek, Tanja	GER	73	LG Göttingen	WHK	11	14	0:41:23	0:41:22	14,4	4,08
15	48	Asche, Angelika	GER	52	TSV Kirchdorf	W50	2	15	0:41:40	0:41:40	14,4	4,10
16	54	Lenze, Gunda	GER	54	LG Lüneburg Stadt-Land	W50	3	16	0:41:44	0:41:44	14,3	4,10
17	61	Leistner, Dana	GER	69	TSG Nordholz	WHK	12	17	0:42:15	0:42:13	14,2	4,14
18	74	Hornbostel, Ulla	GER	60	TSV Arminia Vöhrum	W45	1	18	0:42:24	0:42:22	14,1	4,14
19	10	Zeutschner, Nicole	GER	60	MTV Bad Bevensen	W45	2	19	0:42:36	0:42:35	14,0	4,16
20	63	Hoffmann, Kathrin	GER	85	DSC Oldenburg	WHK	13	20	0:42:39	0:42:39	14,0	4,16
21	7	Knütter, Irmela	GER	70	SG Road Runners/Buntentor	WHK	14	21	0:43:07	0:43:05	13,9	4,19
22	8	Haverkamp-Roisch, Manuela	GER	68	MTV Bad Bevensen	WHK	15	22	0:43:26	0:43:24	13,8	4,21
23	68	Sturm, Anke	GER	63	MTV Soltau	W40	3	23	0:43:30	0:43:28	13,7	4,21
24	43	Dreyer, Monika	GER	54	LG Hannover	W50	4	24	0:43:34	0:43:33	13,7	4,21
25	38	von Gaza, Anke	GER	71	LG Göttingen	WHK	16	25	0:43:37	0:43:36	13,7	4,22
26	62	Werner, Veronika	GER	58	TuS Ofen	W45	3	26	0:44:15	0:44:14	13,5	4,26
27	36	Petersen, Iris	GER	78	LG Göttingen	WHK	17	27	0:44:36	0:44:34	13,4	4,28
28	66	Putzig, Karin	GER	51	TSV Otterndorf	W50	5	28	0:44:55	0:44:54	13,3	4,30
29	82	Bakker, Marion	GER	62	Emder Laufgemeinschaft	W40	4	29	0:45:33	0:45:31	13,1	4,33
30	30	Ringena, Marion	GER	59	Emder Laufgemeinschaft	W45	4	30	0:45:34	0:45:33	13,1	4,33
31	79	Protmann, Ingrid	GER	54	VfL Wingst	W50	6	31	0:45:46	0:45:46	13,1	4,35
32	34	Bezold, Hannelore	GER	49	LG Göttingen	W55	1	32	0:45:50	0:45:50	13,0	4,35
33	3	Bayer, Waltraud	GER	39	LG Bremen-Nord	W65	1	33	0:45:59	0:45:58	13,0	4,36
34	4	Dedner, Christine	GER	63	LG Bremen-Nord	W40	5	34	0:46:08	0:46:06	13,0	4,37
35	83	Johnson, Sandra	GER	71	TSG Hatten-Sandkrug	WHK	18	35	0:46:20	0:46:17	12,9	4,38
36	6	Huckschlag, Maren	GER	67	LG Bremen-Nord	WHK	19	36	0:46:24	0:46:21	12,9	4,38
37	41	Bensch, Heidelore	GER	42	LG Hannover	W60	1	37	0:46:26	0:46:25	12,9	4,39
38	23	Pelka, Andrea	GER	61	LC Delmenhorst	W40	6	38	0:46:31	0:46:30	12,9	4,39
39	69	Laarmann, Martha	GER	55	SC Spelle-Venhaus	W50	7	39	0:46:43	0:46:41	12,8	4,40
40	58	Kettel, Silvia	GER	60	LG Nienburg	W45	5	40	0:47:11	0:47:09	12,7	4,43
41	56	Rissmann, Rosemarie	GER	46	MTV Müden/Örtze	W55	2	41	0:47:47	0:47:45	12,5	4,47
42	67	Schröder, Marita	GER	74	TSV Otterndorf	WHK	20	42	0:48:30	0:48:28	12,3	4,51
43	51	Eichinger, Anke	GER	63	SV Lemwerder	W40	7	43	0:48:31	0:48:29	12,3	4,51
44	76	Schult, Barbara	GER	66	TSV Wanna	WHK	21	44	0:49:02	0:49:00	12,2	4,54
45	19	Schleißmann, Jutta	GER	51	Post-SV Buxtehude	W50	8	45	0:49:56	0:49:55	12,0	5,00
46	5	Friedenberg, Antje	GER	66	LG Bremen-Nord	WHK	22	46	0:50:41	0:50:39	11,8	5,04
47	26	Engelbarts, Foline	GER	49	Emder Laufgemeinschaft	W55	3	47	0:51:56	0:51:55	11,5	5,12
48	80	Ohm, Monika	GER	41	MTV Wolfenbüttel	W60	2	48	0:52:03	0:52:01	11,5	5,12

**Mannschaften  
Frauen**

gedruckt 20.03.2005 14:13:09

1 LG Hannover 1:53:50				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
1	42	Dreißigacker, Ulrike	84	36:53
4	44	Kock, Julia	79	38:26
6	45	Radtke, Franziska	84	38:31
2 MTV Bad Bevensen 2:04:49				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
8	9	Wiegel, Pia	67	38:47
19	10	Zeutschner, Nicole	60	42:36
22	8	Haverkamp-Roisch, Manu	68	43:26
3 LG Göttingen 2:05:53				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
12	37	Schulze, Susanne	75	40:53
14	35	Nemecek, Tanja	73	41:23
25	38	von Gaza, Anke	71	43:37
4 Emdener Laufgemeinschaft 2:09:24				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
3	27	Jürrens, Inga	82	38:17
29	82	Bakker, Marion	62	45:33
30	30	Ringena, Marion	59	45:34
5 LG Bremen-Nord 2:18:31				
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
33	3	Bayer, Waltraud	39	45:59
34	4	Dedner, Christine	63	46:08
36	6	Huckschlag, Maren	67	46:24

**Klassenübersicht Lauf 2 -> Frauen, W40, W45, W50, W55, W60 u.ä., WJA, WJB <<****Altersklasse: W40**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	73	Schwers, Birgit		62	LG Kreis Verden	W40	10	10	0:40:16	0:40:15	14,9	4,02
2	47	Friedrich, Birgit		62	LG Kehdingen	W40	12	12	0:40:27	0:40:27	14,8	4,03
3	68	Sturm, Anke		63	MTV Soltau	W40	29	29	0:43:30	0:43:28	13,7	4,21
4	82	Bakker, Marion		62	Emder Laufgemeinschaft	W40	38	38	0:45:33	0:45:31	13,1	4,33
5	4	Dedner, Christine		63	LG Bremen-Nord	W40	43	43	0:46:08	0:46:06	13,0	4,37
6	23	Pelka, Andrea		61	LC Delmenhorst	W40	47	47	0:46:31	0:46:30	12,9	4,39
7	51	Eichinger, Anke		63	SV Lemwerder	W40	55	55	0:48:31	0:48:29	12,3	4,51

**Altersklasse: W45**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	74	Hornbostel, Ulla		60	TSV Arminia Vöhrum	W45	24	24	0:42:24	0:42:22	14,1	4,14
2	10	Zeutschner, Nicole		60	MTV Bad Bevensen	W45	25	25	0:42:36	0:42:35	14,0	4,16
3	62	Werner, Veronika		58	TuS Ofen	W45	34	34	0:44:15	0:44:14	13,5	4,26
4	30	Ringena, Marion		59	Emder Laufgemeinschaft	W45	39	39	0:45:34	0:45:33	13,1	4,33
5	32	Schulz, Evelyn		57	Emder Laufgemeinschaft	W45	49	49	0:46:59	0:46:57	12,7	4,42
6	58	Kettel, Silvia		60	LG Nienburg	W45	50	50	0:47:11	0:47:09	12,7	4,43

**Altersklasse: W50**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
4	20	Fischer, Anne		55	ATS Cuxhaven	W50	6	6	0:38:26	0:38:26	15,6	3,51
2	48	Asche, Angelika		52	TSV Kirchdorf	W50	18	18	0:41:40	0:41:40	14,4	4,10
3	54	Lenze, Gunda		54	LG Lüneburg Stadt-Land	W50	19	19	0:41:44	0:41:44	14,3	4,10
4	43	Dreyer, Monika		54	LG Hannover	W50	31	31	0:43:34	0:43:33	13,7	4,21
5	66	Pulzig, Karin		51	TSV Otterndorf	W50	37	37	0:44:55	0:44:54	13,3	4,30
6	79	Protmann, Ingrid		54	VfL Wingst	W50	40	40	0:45:46	0:45:46	13,1	4,35
7	69	Laarmann, Martha		55	SC Spelle-Venhaus	W50	48	48	0:46:43	0:46:41	12,8	4,40
8	19	Schleßelmann, Jutta		51	Post-SV Buxtehude	W50	59	59	0:49:56	0:49:55	12,0	5,00

**Altersklasse: W55**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	34	Bezold, Hannelore		49	LG Göttingen	W55	41	41	0:45:50	0:45:50	13,0	4,35
2	56	Rissmann, Rosemarie		46	MTV Müden/Örtze	W55	53	53	0:47:47	0:47:45	12,5	4,47
3	26	Engelbarts, Foline		49	Emder Laufgemeinschaft	W55	61	61	0:51:56	0:51:55	11,5	5,12

**Altersklasse: W60**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	41	Bensch, Heide Lore		42	LG Hannover	W60	46	46	0:46:26	0:46:25	12,9	4,39
2	80	Ohm, Monika		41	MTV Wolfenbüttel	W60	62	62	0:52:03	0:52:01	11,5	5,12

**Altersklasse: W65**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	3	Bayer, Waltraud		39	LG Bremen-Nord	W65	42	42	0:45:59	0:45:58	13,0	4,36

**Altersklasse: WJA**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	52	Musekamp, Lea		86	VfL Lingen	WJA	2	2	0:38:06	0:38:06	15,7	3,49
2	13	Heye, Katharina		86	TSV Bemerode	WJA	13	13	0:40:44	0:40:43	14,7	4,04
3	2	Steinmann, Natalie		87	TuS Huchting Bremen	WJA	20	20	0:41:57	0:41:56	14,3	4,12
4	15	Muhlack, Annalena		86	TSV Bemerode	WJA	21	21	0:42:02	0:42:01	14,2	4,12
5	14	Muhlack, Clarissa		89	TSV Bemerode	WJA	30	30	0:43:33	0:43:30	13,7	4,21
6	12	Herzog, Katharina		87	STV Barßel	WJA	35	35	0:44:23	0:44:21	13,5	4,26

**Altersklasse: WJB**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
1	77	Dehnenkamp, Nele		89	TSV Wehdel	WJB	17	17	0:41:32	0:41:31	14,4	4,09
2	49	Sigmundzik, Janin		88	TSV Kirchdorf	WJB	22	22	0:42:08	0:42:07	14,2	4,13
3	1	Schulz, Marleena		88	TuS Huchting Bremen	WJB	33	33	0:43:41	0:43:41	13,7	4,22
4	25	Hoffmeister, Sabrina		89	SC Dunum	WJB	51	51	0:47:15	0:47:14	12,6	4,44
5	11	Herzog, Anne		89	STV Barßel	WJB	52	52	0:47:35	0:47:33	12,6	4,46

---

**Klassenübersicht Lauf 2 - >> Frauen, W40 , W45, W50, W55, W60 u.ä., WJA, WJB <<****Altersklasse: WJB**

Platz	Startnr	Name, Vorname	NAT	Jahr	Verein*Ort	AK	Pos	M/W	Brutto	Netto	km/h	Min/km
6	46	Wolf, Lisa		90	TSG Hatten-Sandkrug	WJB	56	56	0:48:34	0:48:31	12,3	4,51
7	17	Palmowski, Jana		88	TuS Bersenbrück	WJB	58	58	0:49:40	0:49:38	12,0	4,58



**Mannschaften**  
**Frauen W40/W45**

---

1	Ender Laufgemeinschaft			2:18:06
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
1	82	Bakker, Marion	62	45:33
2	30	Ringena, Marion	59	45:34
3	32	Schulz, Evelyn	57	46:59

**Mannschaften**  
**Weibliche Jugend A**

gedruckt 20.03.2005 14:13:51

---

1	TSV Bemerode			2:06:19
Platz	Startnr.	Name, Vorname	Jg.	Endzeit
2	13	Heye, Katharina	86	40:44
4	15	Muhlack, Annalena	86	42:02
5	14	Muhlack, Clarissa	89	43:33