



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
1.	(613)	1. M30	VAN RIESEN, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	1:13:34	1:13:35
2.	(187)	1. M40	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	1:15:48	1:15:50
3.	(139)	1. M35	GRYSKO, Michael	1987	LG Wuppertal	1:16:40	1:16:42
4.	(814)	2. M40	BECKER, Christian	1981	TuS Deuz	1:17:03	1:17:05
5.	(833)	2. M35	BRZEZINSKI, Rafael	1986	LG Donatus Erftstadt	1:19:10	1:19:11
6.	(646)	3. M35	ZIMMERMANN, Chris	1986	Tri Club Wuppertal	1:19:36	1:19:38
7.	(227)	1. M	KOPEZKI, Yannik	1994	TV Refrath	1:19:48	1:19:48
8.	(1532)	3. M40	LORSBACH, Thomas	1983	TuS Deuz	1:19:50	1:19:52
9.	(1535)	2. M30	MARBUT, Robin	1991		1:21:45	1:21:46
10.	(236)	4. M35	KUSCH, Sebastian	1987	Tri Club Wuppertal	1:22:38	1:22:40
11.	(609)	1. M50	TRZASKALIK, Martin	1973		1:22:43	1:22:47
12.	(1614)	1. W30	STEAD, Susan	1989	GoHardOrGoHomeCGN / Erdinger	1:22:51	1:22:52
13.	(1722)	3. M30	STAVOSTA, Patric	1989	Go Hard or go Home- Erdinger	1:22:53	1:22:54
14.	(705)	4. M30	DIETRICH, Sven	1992	Nifty Wolves OCR Cologne	1:22:55	1:22:58
15.	(1721)	1. M45	OSTERHAUS-PASCHE,	1977	Go Hard or go Home- Erdinger	1:23:11	1:23:12
16.	(557)	2. M50	SCHNEIDER, Thomas	1969	LG RWE Power	1:23:21	1:23:23
17.	(289)	5. M35	MÜLLER, Matthias	1988		1:23:26	1:23:28
18.	(603)	2. W30	TALLMANN, Joanna	1991	Selbstläufer Altenahr	1:23:45	1:23:48
19.	(216)	3. M50	KISTNER, Axel	1973		1:26:02	1:26:06
20.	(699)	4. M40	PILGRAM, Stefan	1981	Tischlerei Schmitz + Pilgram	1:26:20	1:26:21
21.	(123)	5. M40	FREYALDENHOVEN, Jan	1983	Köln läuft	1:26:39	1:26:46
22.	(1548)	4. M50	NANDELSTÄDT, Christian	1972		1:26:51	1:26:54
23.	(1719)	5. M30	LANGWALD, Fabian	1989		1:27:36	1:27:38
24.	(99)	5. M50	DUNCKER, Tobi	1971		1:27:41	1:27:44
25.	(1411)	1. W35	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	1:27:52	1:27:54
26.	(594)	2. M45	STEEGER, Stefan	1974		1:27:52	1:27:56
27.	(25)	6. M30	BAUM, Gregor	1993	Triathlon-Werkstatt Bonn	1:28:26	1:28:30
28.	(693)	6. M50	PESCH, Claus	1970		1:28:56	1:28:59
29.	(703)	6. M40	WEBER, Eiken	1980	Mach3 Köln e.V.	1:29:15	1:29:18
30.	(199)	1. M60	JONIETZ, Andreas	1962	Lanxess Roadrunners	1:29:35	1:29:39
31.	(522)	7. M40	RAHMLow, Alexander	1979		1:29:32	1:29:42
32.	(967)	1. M55	EMMETT, Ian	1966	Köln läuft!	1:30:16	1:30:23
33.	(608)	3. M45	TRAPP, Frank	1974	Raketen rot-weiß	1:31:11	1:31:15
34.	(737)	2. M	RIDDER, Florian	1995		1:31:20	1:31:28
35.	(82)	8. M40	DAMBON, Martin	1981	Run for Anna	1:31:29	1:31:34
36.	(706)	2. M55	KOCH, Frank	1966	Triathlon SC-Neptun Köln-Porz	1:31:45	1:31:45
37.	(1716)	3. W30	VAN DIEREN, Annelotte	1993		1:31:48	1:31:53
38.	(577)	6. M35	SCHWEDHELM, Heiko	1987		1:31:43	1:31:54
39.	(1724)	7. M35	SCHMITZ, Sebastian	1988	Go Hard or go Home- Erdinger	1:31:50	1:31:59
40.	(1711)	7. M30	BELZ, Ludwig	1990	Mach3 Köln e.V.	1:31:59	1:32:04
41.	(1147)	8. M30	GOLLASCH, Dennis	1992		1:32:17	1:32:19
42.	(698)	4. M45	GÜNTHER, Thomas Oliver	1974	SSF Bonn Triathlon	1:33:04	1:33:09
43.	(507)	3. M	PEMBAUR, Felix	1994	Campana Racing Team / RV Adler	1:33:20	1:33:22
44.	(1611)	1. W	SOSSNOWSKI, Vanessa	1996	Campana Racing Team	1:33:20	1:33:22



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
45.	(131)	5. M45	GISSLER, Andreas	1974		1:33:45	1:33:51
46.	(93)	7. M50	DIETZLER, Frank	1972	25minutes	1:34:04	1:34:14
47.	(1723)	1. W60	SCHWARTZE, Alexandra	1963	OSC Waldniel	1:34:18	1:34:21
48.	(269)	9. M40	MECKEL, Christoph	1979	SSF Bonn	1:34:36	1:34:40
49.	(838)	8. M50	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	1:35:12	1:35:15
50.	(1747)	9. M50	OTTO, Jürgen	1972	Selbstläufer SV Altenahr	1:35:35	1:35:38
51.	(730)	10. M40	HAUCK, Matthias	1980	TV Refrath	1:35:40	1:35:49
52.	(840)	3. M55	CELEBIJA, Drazen	1968	Team Barbariga	1:36:39	1:36:45
53.	(167)	6. M45	HEMMERSBACH, Stephan	1978	LAZ Rhein-Sieg	1:37:00	1:37:04
54.	(165)	7. M45	HELLMANN, Andreas	1978		1:37:02	1:37:05
55.	(170)	11. M40	HERRGESELL, Ronny	1982		1:37:23	1:37:32
56.	(736)	9. M30	LÜGHAUSEN, Bernd	1990		1:37:29	1:37:36
57.	(83)	4. M	DANIEL, Fabian	1996		1:37:33	1:37:41
58.	(688)	10. M50	QUANTIUS, Andreas	1970	Mach3 Köln e.V.	1:37:45	1:37:49
59.	(564)	8. M45	SCHREINER, Marc	1975	Raketen rot-weiß	1:37:48	1:37:53
60.	(805)	4. M55	ARNOLD, Jörg	1964	Team Swiss Life	1:37:43	1:37:54
61.	(1457)	2. W35	KAPLET, Katerina	1985		1:37:53	1:37:57
62.	(499)	1. M65	ORLOWSKI, Bernd	1957	USC Bochum	1:38:11	1:38:14
63.	(1710)	11. M50	RUESS, Thomas	1969		1:38:41	1:38:46
64.	(250)	9. M45	LODE, Mario	1974	Runnies United	1:38:31	1:38:54
65.	(39)	12. M40	BEUYS, Piet	1983		1:38:50	1:38:55
66.	(707)	5. M55	HUPPERTZ, Christian	1968		1:39:13	1:39:20
67.	(1731)	3. W35	DIETRICH, Denise	1987	Run Squad CGN	1:39:22	1:39:28
68.	(519)	6. M55	PRIESS, Frank	1966	TSV Bayer Dormagen TRI	1:39:41	1:39:46
69.	(1781)	10. M45	MCGUIRE, Stephan	1975	DJK Mudersbach	1:40:09	1:40:23
70.	(211)	11. M45	KEßELER, Stefan	1978		1:40:53	1:41:00
71.	(539)	12. M45	RUDOLPH, Alexander	1974	FCSD05	1:40:55	1:41:09
72.	(4)	12. M50	ALTHOFF, Frederek	1970	ASV Köln	1:41:12	1:41:21
73.	(1720)	10. M30	EHRL, Dominik	1990		1:42:08	1:42:22
74.	(1717)	8. M35	SCHWERT, Sascha	1987	Dextro Energy Sport Team	1:42:32	1:42:36
75.	(729)	13. M45	HILLEN, Michael	1978	Die Muskelkater	1:43:25	1:43:46
76.	(1779)	14. M45	SPEICHER, Christoph	1977		1:43:41	1:43:55
77.	(731)	13. M40	WELLER, Nils	1983	TuS 82 Opladen	1:43:54	1:44:05
78.	(733)	4. W35	WELLER, Patricia	1986	TuS 82 Opladen	1:43:54	1:44:05
79.	(175)	9. M35	HILLERINGMANN, Mark	1988	RC Windschatten 05 Aachen	1:44:22	1:44:31
80.	(232)	1. W45	KRÄMER-WOLF, Petra	1974	TuS Kreuzweingarten/ Rheder	1:44:40	1:44:52
81.	(1307)	2. W	BÜSCHER, Anja	2000		1:44:48	1:44:55
82.	(69)	13. M50	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	1:44:51	1:44:57
83.	(1540)	10. M35	MESTER, Matthias	1985		1:44:58	1:44:58
84.	(601)	1. M U23	SUER, Manuel	2001	Anchor Running Crew Duisburg	1:45:02	1:45:11
85.	(734)	2. M60	BECKER, Kurt	1962		1:45:12	1:45:20
86.	(1491)	15. M45	KLEWITZ, Arne	1975		1:45:24	1:45:32
87.	(195)	16. M45	JACH, Ricardo	1977	Die Jachs	1:45:31	1:45:42
88.	(1631)	11. M30	WAITZ, Stephan	1992		1:45:35	1:45:49



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
89.	(58)	5. W35	BOURGUIGNON, Natascha	1987	Bactive	1:46:01	1:46:08
90.	(641)	14. M50	ZAB, Gunnar	1970	LF Trills 09	1:46:19	1:46:29
91.	(1504)	2. M65	KÖLSCH, Leo	1956		1:46:29	1:46:35
92.	(1503)	11. M35	KÖLSCH, Henry	1987		1:46:29	1:46:36
93.	(95)	3. M60	DITTRICH, Jörg	1960	Lauftreff Puderbach	1:46:34	1:46:40
94.	(554)	4. M60	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	1:46:33	1:46:51
95.	(626)	17. M45	WASSER, Thorsten	1977		1:46:52	1:47:04
96.	(75)	15. M50	CARL, Thomas	1973		1:47:04	1:47:12
97.	(197)	16. M50	JAGUSCH, Andreas	1971		1:46:59	1:47:16
98.	(632)	5. M60	WENZ, Ralf	1959	TV Alpenglühn	1:48:21	1:48:33
99.	(1563)	12. M30	OTTEN, Maximilian	1992		1:48:33	1:48:43
100.	(576)	12. M35	SCHWADORF, Michael	1987		1:48:41	1:48:54
101.	(566)	7. M55	SCHRÖDER, Wolfgang	1967	Union Biesfeld Triathlon 2019	1:49:26	1:49:35
102.	(168)	17. M50	HENSCHER, Frank	1973	Mach3 Köln e.V.	1:49:35	1:49:45
103.	(690)	6. M60	ROCHOLL, Lutz	1961		1:49:56	1:50:08
104.	(1585)	5. M	ROTHENFUßER, Peter	1996		1:49:45	1:50:08
105.	(226)	14. M40	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	1:50:59	1:50:59
106.	(254)	15. M40	LÜBBERT, Mark	1979		1:51:00	1:51:00
107.	(624)	18. M45	WANZEK, Thor	1976		1:50:57	1:51:07
108.	(847)	6. W35	DERR, Angelina	1987	N/A	1:51:29	1:51:29
109.	(552)	19. M45	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	1:51:44	1:52:00
110.	(231)	13. M35	KRAFT, Artem	1985	TV1960Langenholdinghausen	1:51:44	1:52:00
111.	(515)	20. M45	PLAZINSKI, Gerhard	1975		1:51:44	1:52:09
112.	(573)	21. M45	SCHULISCH, Mike	1975	Laufteam Bundeswehr & Reservisten	1:51:58	1:52:19
113.	(692)	1. W40	HINZE, Yvonne	1981		1:52:33	1:52:46
114.	(610)	8. M55	URBAN, Frank	1968	power 6 pace / TS79 Berg.Gladbach	1:52:34	1:52:47
115.	(702)	22. M45	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine	1:52:43	1:53:02
116.	(145)	1. W55	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	1:53:46	1:53:54
117.	(144)	7. M60	HAHN, Rolf	1961	BSG BML Bonn	1:53:46	1:53:54
118.	(181)	18. M50	HOFFMANN, Dirk	1969	Cologne Running Crew	1:53:44	1:53:59
119.	(1112)		1112, N.N.			1:55:23	1:55:30
120.	(101)	9. M55	DWARS, Thomas	1967		1:55:30	1:55:38
121.	(296)	14. M35	NGO, Olaf	1986		1:55:32	1:55:49
122.	(40)	3. M65	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team	1:56:01	1:56:09
123.	(1620)	4. W30	TIMANS, Winnie	1991	SV Bergisch Gladbach 1920/71 e.V.	1:56:00	1:56:13
124.	(526)	2. W40	REINECK, Katharina	1982	TriCologne	1:56:01	1:56:19
125.	(1596)	3. W	SCHNEIDER, Mandy	1996		1:55:56	1:56:21
126.	(192)	8. M60	HUNTSCHA, Siegfried	1961	T#SoloNdk	1:56:58	1:57:06
127.	(213)	19. M50	KEVERPÜTZ, Sascha	1971	Keverpütz Bau AG	1:57:08	1:57:23
128.	(1558)	16. M40	NOCKEMANN, Tim	1981	TV 1960 Langenholdinghausen	1:57:27	1:57:44
129.	(1515)	13. M30	KÜPER, Armin	1991		1:57:24	1:57:46
130.	(221)	9. M60	KNEPPER, Michael	1963		1:58:37	1:59:00
131.	(67)	10. M55	BRILL, Holger	1964	LSV Porz	1:59:39	1:59:53
132.	(1709)	17. M40	GÜNTHER, Marco	1983		2:00:14	2:00:14



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
133.	(1718)	1. W50	SCHARTE, Alexandra	1973		2:01:03	2:01:27
134.	(1715)	2. W55	KONERT, Tina	1964		2:02:14	2:02:36
135.	(548)	20. M50	SCHLARBAUM, Ingolf	1973	Team Laurens	2:02:15	2:02:39
136.	(1794)	4. M65	DAMEROW, Raymond	1957		2:02:46	2:03:02
137.	(510)	2. W60	PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	2:02:47	2:03:09
138.	(89)	18. M40	DERSCHEID, Fabian	1980	FamDer	2:04:02	2:04:22
139.	(816)	5. M65	BENDER, Matthias	1956	Team Erdinger Alkoholfrei	2:04:11	2:04:32
140.	(178)	10. M60	HLUSIAK, Wolfgang	1959	LG Hückeswagen	2:04:27	2:04:43
141.	(1553)	11. M60	NEUMANN, André	1963	GVG-Laufteam	2:04:32	2:04:44
142.	(29)	1. M70	BECKER, Claus	1949		2:04:35	2:04:59
143.	(660)	23. M45	WIESELMANN, Marcel	1978		2:04:35	2:05:01
144.	(1712)	24. M45	BREUER, Alexander	1976		2:04:51	2:05:06
145.	(537)	11. M55	ROTTENAU, Rainer	1964	VFB Erftstadt Multisport	2:05:01	2:05:15
146.	(1526)	2. M U23	LIEBSCH, Julian	2003		2:05:10	2:05:25
147.	(1602)	3. W55	SCHULZ, Anja	1968	SV Bergisch Gladbach 1920/71	2:05:17	2:05:30
148.	(1708)	5. W30	MIGUNOVA, Anastasia	1989	LC Weilerswist	2:07:49	2:08:02
149.	(839)	14. M30	BUßHAUS, Jan	1992		2:07:53	2:08:04
150.	(535)	12. M60	ROSSO, Mario	1960	PSC PULHEIM	2:08:32	2:08:43
151.	(697)	13. M60	PODZUS, Horst	1961		2:08:30	2:08:46
152.	(691)	21. M50	KOCZOR, Carsten	1972	ASC Weißbachtal	2:08:37	2:08:54
153.	(1174)	4. W55	GÓMEZ CARNEROS, Maria	1968		2:08:58	2:09:09
154.	(1610)	22. M50	SOLTIS, Igor	1972		2:09:25	2:09:45
155.	(525)	2. W50	REICHMANN, Monika	1971	maju srl united	2:09:38	2:10:00
156.	(267)	15. M30	MAUKISCH, Robin	1990		2:09:50	2:10:11
157.	(627)	4. W	WEBER, Anouk	1996		2:09:50	2:10:11
158.	(727)	6. M	HAMROUNI, Chamse	1996		2:09:51	2:10:12
159.	(960)	7. M	DUDEK, Tomasz	1997	Grupa biegowa „Zośka” Żołynia	2:10:05	2:10:18
160.	(551)	6. M65	SCHMITT, Dr. Rolf	1956		2:10:12	2:10:24
161.	(1395)	16. M30	HARRISON, Shane	1991		2:11:41	2:11:41
162.	(110)	23. M50	ESPENDILLER, Frank	1973	power&pace	2:11:52	2:12:12
163.	(556)	24. M50	SCHNEIDER, Michael	1973		2:12:02	2:12:23
164.	(106)	7. W35	EISENBEIß, Cathleen	1984		2:12:11	2:12:35
165.	(270)	7. M65	MENZEL, Wolfgang	1955	LLG St. Augustin	2:13:41	2:13:52
166.	(68)	3. W40	BRÜHL, Andrea	1981		2:14:29	2:14:50
167.	(1749)	12. M55	MORICK, Andreas	1967		2:15:00	2:15:25
168.	(516)	17. M30	PLENNE, Andrej	1989	Kreis des Vertrauens	2:17:44	2:17:59
169.	(262)	25. M50	MAIER, Jörg	1973	Sportfreunde Aegidienberg	2:19:30	2:19:45
170.	(1713)	4. W40	SCHEFFER, Nicole	1979		2:20:47	2:21:06
171.	(160)	26. M50	HAZEBROUCK, Jan-Peter	1969		2:23:20	2:23:43
172.	(20)	13. M55	BARGON, Stephan	1968		2:24:10	2:24:28
173.	(695)	3. W60	MÜCK, Petra	1962		2:24:20	2:24:41
174.	(1438)	2. M70	JAHNZ, Klaus	1949	LG Laacher See	2:25:35	2:25:58
175.	(534)	1. W65	ROOSEN, Annette	1956		2:26:32	2:26:56
176.	(575)	3. W50	SCHUMACHER, Alice	1969	IAC Düren	3:14:02	3:14:27



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
DNF	(1559)	W55	NOSBUESCH, Susan	1967		2:29:13	2:29:33



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
1.	(1112)		1112, N.N.			1:55:30



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH						
1.	(613)	1. M30	VAN RIESEN, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	1:13:35
2.	(187)	1. M40	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	1:15:50
3.	(139)	1. M35	GRYSKO, Michael	1987	LG Wuppertal	1:16:42
4.	(814)	2. M40	BECKER, Christian	1981	TuS Deuz	1:17:05
5.	(833)	2. M35	BRZEZINSKI, Rafael	1986	LG Donatus Erfstadt	1:19:11
6.	(646)	3. M35	ZIMMERMANN, Chris	1986	Tri Club Wuppertal	1:19:38
7.	(227)	1. M	KOPEZKI, Yannik	1994	TV Refrath	1:19:48
8.	(1532)	3. M40	LORSBACH, Thomas	1983	TuS Deuz	1:19:52
9.	(1535)	2. M30	MARBUT, Robin	1991		1:21:46
10.	(236)	4. M35	KUSCH, Sebastian	1987	Tri Club Wuppertal	1:22:40
11.	(609)	1. M50	TRZASKALIK, Martin	1973		1:22:47
12.	(1722)	3. M30	STAVOSTA, Patric	1989	Go Hard or go Home- Erdinger	1:22:54
13.	(705)	4. M30	DIETRICH, Sven	1992	Nifty Wolves OCR Cologne	1:22:58
14.	(1721)	1. M45	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	Go Hard or go Home- Erdinger	1:23:12
15.	(557)	2. M50	SCHNEIDER, Thomas	1969	LG RWE Power	1:23:23
16.	(289)	5. M35	MÜLLER, Matthias	1988		1:23:28
17.	(216)	3. M50	KISTNER, Axel	1973		1:26:06
18.	(699)	4. M40	PILGRAM, Stefan	1981	Tischlerei Schmitz + Pilgram	1:26:21
19.	(123)	5. M40	FREYALDENHOVEN, Jan	1983	Köln läuft	1:26:46
20.	(1548)	4. M50	NANDELSTÄDT, Christian	1972		1:26:54
21.	(1719)	5. M30	LANGWALD, Fabian	1989		1:27:38
22.	(99)	5. M50	DUNCKER, Tobi	1971		1:27:44
23.	(594)	2. M45	STEEGER, Stefan	1974		1:27:56
24.	(25)	6. M30	BAUM, Gregor	1993	Triathlon-Werkstatt Bonn	1:28:30
25.	(693)	6. M50	PESCH, Claus	1970		1:28:59
26.	(703)	6. M40	WEBER, Eiken	1980	Mach3 Köln e.V.	1:29:18
27.	(199)	1. M60	JONIETZ, Andreas	1962	Lanxess Roadrunners	1:29:39
28.	(522)	7. M40	RAHMLow, Alexander	1979		1:29:42
29.	(967)	1. M55	EMMETT, Ian	1966	Köln läuft!	1:30:23
30.	(608)	3. M45	TRAPP, Frank	1974	Raketen rot-weiß	1:31:15
31.	(737)	2. M	RIDDER, Florian	1995		1:31:28
32.	(82)	8. M40	DAMBON, Martin	1981	Run for Anna	1:31:34
33.	(706)	2. M55	KOCH, Frank	1966	Triathlon SC-Neptun Köln-Porz	1:31:45
34.	(577)	6. M35	SCHWEDHELM, Heiko	1987		1:31:54
35.	(1724)	7. M35	SCHMITZ, Sebastian	1988	Go Hard or go Home- Erdinger	1:31:59
36.	(1711)	7. M30	BELZ, Ludwig	1990	Mach3 Köln e.V.	1:32:04
37.	(1147)	8. M30	GOLLASCH, Dennis	1992		1:32:19
38.	(698)	4. M45	GÜNTHER, Thomas Oliver	1974	SSF Bonn Triathlon	1:33:09
39.	(507)	3. M	PEMBAUR, Felix	1994	Campana Racing Team / RV Adler	1:33:22
40.	(131)	5. M45	GISSLER, Andreas	1974		1:33:51
41.	(93)	7. M50	DIETZLER, Frank	1972	25minutes	1:34:14
42.	(269)	9. M40	MECKEL, Christoph	1979	SSF Bonn	1:34:40



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH						
43.	(838)	8. M50	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	1:35:15
44.	(1747)	9. M50	OTTO, Jürgen	1972	Selbstläufer SV Altenahr	1:35:38
45.	(730)	10. M40	HAUCK, Matthias	1980	TV Refrath	1:35:49
46.	(840)	3. M55	CELEBIJA, Drazen	1968	Team Barbariga	1:36:45
47.	(167)	6. M45	HEMMERSBACH, Stephan	1978	LAZ Rhein-Sieg	1:37:04
48.	(165)	7. M45	HELLMANN, Andreas	1978		1:37:05
49.	(170)	11. M40	HERRGESELL, Ronny	1982		1:37:32
50.	(736)	9. M30	LÜGHAUSEN, Bernd	1990		1:37:36
51.	(83)	4. M	DANIEL, Fabian	1996		1:37:41
52.	(688)	10. M50	QUANTIUS, Andreas	1970	Mach3 Köln e.V.	1:37:49
53.	(564)	8. M45	SCHREINER, Marc	1975	Raketen rot-weiß	1:37:53
54.	(805)	4. M55	ARNOLD, Jörg	1964	Team Swiss Life	1:37:54
55.	(499)	1. M65	ORLOWSKI, Bernd	1957	USC Bochum	1:38:14
56.	(1710)	11. M50	RUESS, Thomas	1969		1:38:46
57.	(250)	9. M45	LODE, Mario	1974	Runnies United	1:38:54
58.	(39)	12. M40	BEUYS, Piet	1983		1:38:55
59.	(707)	5. M55	HUPPERTZ, Christian	1968		1:39:20
60.	(519)	6. M55	PRIESS, Frank	1966	TSV Bayer Dormagen TRI	1:39:46
61.	(1781)	10. M45	MCGUIRE, Stephan	1975	DJK Mudersbach	1:40:23
62.	(211)	11. M45	KEßELER, Stefan	1978		1:41:00
63.	(539)	12. M45	RUDOLPH, Alexander	1974	FCSD05	1:41:09
64.	(4)	12. M50	ALTHOFF, Frederek	1970	ASV Köln	1:41:21
65.	(1720)	10. M30	EHRL, Dominik	1990		1:42:22
66.	(1717)	8. M35	SCHWERT, Sascha	1987	Dextro Energy Sport Team	1:42:36
67.	(729)	13. M45	HILLEN, Michael	1978	Die Muskelkater	1:43:46
68.	(1779)	14. M45	SPEICHER, Christoph	1977		1:43:55
69.	(731)	13. M40	WELLER, Nils	1983	TuS 82 Opladen	1:44:05
70.	(175)	9. M35	HILLERINGMANN, Mark	1988	RC Windschatten 05 Aachen	1:44:31
71.	(69)	13. M50	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	1:44:57
72.	(1540)	10. M35	MESTER, Matthias	1985		1:44:58
73.	(601)	1. M U23	SUER, Manuel	2001	Anchor Running Crew Duisburg	1:45:11
74.	(734)	2. M60	BECKER, Kurt	1962		1:45:20
75.	(1491)	15. M45	KLEWITZ, Arne	1975		1:45:32
76.	(195)	16. M45	JACH, Ricardo	1977	Die Jachs	1:45:42
77.	(1631)	11. M30	WAITZ, Stephan	1992		1:45:49
78.	(641)	14. M50	ZAB, Gunnar	1970	LF Trills 09	1:46:29
79.	(1504)	2. M65	KÖLSCH, Leo	1956		1:46:35
80.	(1503)	11. M35	KÖLSCH, Henry	1987		1:46:36
81.	(95)	3. M60	DITTRICH, Jörg	1960	Lauftreff Puderbach	1:46:40
82.	(554)	4. M60	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	1:46:51
83.	(626)	17. M45	WASSER, Thorsten	1977		1:47:04
84.	(75)	15. M50	CARL, Thomas	1973		1:47:12



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH						
85.	(197)	16. M50	JAGUSCH, Andreas	1971		1:47:16
86.	(632)	5. M60	WENZ, Ralf	1959	TV Alpenglühn	1:48:33
87.	(1563)	12. M30	OTTEN, Maximilian	1992		1:48:43
88.	(576)	12. M35	SCHWADORF, Michael	1987		1:48:54
89.	(566)	7. M55	SCHRÖDER, Wolfgang	1967	Union Biesfeld Triathlon 2019	1:49:35
90.	(168)	17. M50	HENSCHHEL, Frank	1973	Mach3 Köln e.V.	1:49:45
91.	(690)	6. M60	ROCHOLL, Lutz	1961		1:50:08
92.	(1585)	5. M	ROTHENFUßER, Peter	1996		1:50:08
93.	(226)	14. M40	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	1:50:59
94.	(254)	15. M40	LÜBBERT, Mark	1979		1:51:00
95.	(624)	18. M45	WANZEK, Thor	1976		1:51:07
96.	(552)	19. M45	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	1:52:00
97.	(231)	13. M35	KRAFT, Artem	1985	TV1960Langenholdinghausen	1:52:00
98.	(515)	20. M45	PLAZINSKI, Gerhard	1975		1:52:09
99.	(573)	21. M45	SCHULISCH, Mike	1975	Laufteam Bundeswehr & Reservisten	1:52:19
100.	(610)	8. M55	URBAN, Frank	1968	power 6 pace / TS79 Berg.Gladbach	1:52:47
101.	(702)	22. M45	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine	1:53:02
102.	(144)	7. M60	HAHN, Rolf	1961	BSG BML Bonn	1:53:54
103.	(181)	18. M50	HOFFMANN, Dirk	1969	Cologne Running Crew	1:53:59
104.	(101)	9. M55	DWARS, Thomas	1967		1:55:38
105.	(296)	14. M35	NGO, Olaf	1986		1:55:49
106.	(40)	3. M65	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team	1:56:09
107.	(192)	8. M60	HUNTSCHA, Siegfried	1961	T#SoloNdk	1:57:06
108.	(213)	19. M50	KEVERPÜTZ, Sascha	1971	Keverpütz Bau AG	1:57:23
109.	(1558)	16. M40	NOCKEMANN, Tim	1981	TV 1960 Langenholdinghausen	1:57:44
110.	(1515)	13. M30	KÜPER, Armin	1991		1:57:46
111.	(221)	9. M60	KNEPPER, Michael	1963		1:59:00
112.	(67)	10. M55	BRILL, Holger	1964	LSV Porz	1:59:53
113.	(1709)	17. M40	GÜNTHER, Marco	1983		2:00:14
114.	(548)	20. M50	SCHLARBAUM, Ingolf	1973	Team Laurens	2:02:39
115.	(1794)	4. M65	DAMEROW, Raymond	1957		2:03:02
116.	(89)	18. M40	DERSCHIED, Fabian	1980	FamDer	2:04:22
117.	(816)	5. M65	BENDER, Matthias	1956	Team Erdinger Alkoholfrei	2:04:32
118.	(178)	10. M60	HLUSIAK, Wolfgang	1959	LG Hückeswagen	2:04:43
119.	(1553)	11. M60	NEUMANN, André	1963	GVG-Laufteam	2:04:44
120.	(29)	1. M70	BECKER, Claus	1949		2:04:59
121.	(660)	23. M45	WIESELMANN, Marcel	1978		2:05:01
122.	(1712)	24. M45	BREUER, Alexander	1976		2:05:06
123.	(537)	11. M55	ROTTENAU, Rainer	1964	VFB Erftstadt Multisport	2:05:15
124.	(1526)	2. M U23	LIEBSCH, Julian	2003		2:05:25
125.	(839)	14. M30	BUßHAUS, Jan	1992		2:08:04
126.	(535)	12. M60	ROSSO, Mario	1960	PSC PULHEIM	2:08:43



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH						
127.	(697)	13. M60	PODZUS, Horst	1961		2:08:46
128.	(691)	21. M50	KOCZOR, Carsten	1972	ASC Weißbachtal	2:08:54
129.	(1610)	22. M50	SOLTIS, Igor	1972		2:09:45
130.	(267)	15. M30	MAUKISCH, Robin	1990		2:10:11
131.	(727)	6. M	HAMROUNI, Chamse	1996		2:10:12
132.	(960)	7. M	DUDEK, Tomasz	1997	Grupa biegowa „Zośka” Żołyńia	2:10:18
133.	(551)	6. M65	SCHMITT, Dr. Rolf	1956		2:10:24
134.	(1395)	16. M30	HARRISON, Shane	1991		2:11:41
135.	(110)	23. M50	ESPENDILLER, Frank	1973	power&pace	2:12:12
136.	(556)	24. M50	SCHNEIDER, Michael	1973		2:12:23
137.	(270)	7. M65	MENZEL, Wolfgang	1955	LLG St. Augustin	2:13:52
138.	(1749)	12. M55	MORICK, Andreas	1967		2:15:25
139.	(516)	17. M30	PLENNE, Andrej	1989	Kreis des Vertrauens	2:17:59
140.	(262)	25. M50	MAIER, Jörg	1973	Sportfreunde Aegidienberg	2:19:45
141.	(160)	26. M50	HAZEBROUCK, Jan-Peter	1969		2:23:43
142.	(20)	13. M55	BARGON, Stephan	1968		2:24:28
143.	(1438)	2. M70	JAHNZ, Klaus	1949	LG Laacher See	2:25:58



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH						
1.	(1614)	1. W30	STEAD, Susan	1989	GoHardOrGoHomeCGN / Erdinger Active	1:22:52
2.	(603)	2. W30	TALLMANN, Joanna	1991	Selbstläufer Altenahr	1:23:48
3.	(1411)	1. W35	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	1:27:54
4.	(1716)	3. W30	VAN DIEREN, Annelotte	1993		1:31:53
5.	(1611)	1. W	SOSSNOWSKI, Vanessa	1996	Campana Racing Team	1:33:22
6.	(1723)	1. W60	SCHWARTZE, Alexandra	1963	OSC Waldniel	1:34:21
7.	(1457)	2. W35	KAPLET, Katerina	1985		1:37:57
8.	(1731)	3. W35	DIETRICH, Denise	1987	Run Squad CGN	1:39:28
9.	(733)	4. W35	WELLER, Patricia	1986	TuS 82 Opladen	1:44:05
10.	(232)	1. W45	KRÄMER-WOLF, Petra	1974	TuS Kreuzweingarten/ Rheder	1:44:52
11.	(1307)	2. W	BÜSCHER, Anja	2000		1:44:55
12.	(58)	5. W35	BOURGUIGNON, Natascha	1987	Bactive	1:46:08
13.	(847)	6. W35	DERR, Angelina	1987	N/A	1:51:29
14.	(692)	1. W40	HINZE, Yvonne	1981		1:52:46
15.	(145)	1. W55	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	1:53:54
16.	(1620)	4. W30	TIMANS, Winnie	1991	SV Bergisch Gladbach 1920/71 e.V.	1:56:13
17.	(526)	2. W40	REINECK, Katharina	1982	TriCologne	1:56:19
18.	(1596)	3. W	SCHNEIDER, Mandy	1996		1:56:21
19.	(1718)	1. W50	SCHARTE, Alexandra	1973		2:01:27
20.	(1715)	2. W55	KONERT, Tina	1964		2:02:36
21.	(510)	2. W60	PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	2:03:09
22.	(1602)	3. W55	SCHULZ, Anja	1968	SV Bergisch Gladbach 1920/71	2:05:30
23.	(1708)	5. W30	MIGUNOVA, Anastasia	1989	LC Weilerswist	2:08:02
24.	(1174)	4. W55	GÓMEZ CARNEROS, Maria del	1968		2:09:09
25.	(525)	2. W50	REICHMANN, Monika	1971	maju srl united	2:10:00
26.	(627)	4. W	WEBER, Anouk	1996		2:10:11
27.	(106)	7. W35	EISENBEIß, Cathleen	1984		2:12:35
28.	(68)	3. W40	BRÜHL, Andrea	1981		2:14:50
29.	(1713)	4. W40	SCHEFFER, Nicole	1979		2:21:06
30.	(695)	3. W60	MÜCK, Petra	1962		2:24:41
31.	(534)	1. W65	ROOSEN, Annette	1956		2:26:56
32.	(575)	3. W50	SCHUMACHER, Alice	1969	IAC Düren	3:14:27
DNF	(1559)	W55	NOSBUESCH, Susan	1967		2:29:33

Anzahl Teilnehmer: 177



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNER						
1.	(227)	7. M	KOPEZKI, Yannik	1994	TV Refrath	1:19:48
2.	(737)	31. M	RIDDER, Florian	1995		1:31:28
3.	(507)	39. M	PEMBAUR, Felix	1994	Campana Racing Team / RV Adler	1:33:22
4.	(83)	51. M	DANIEL, Fabian	1996		1:37:41
5.	(1585)	92. M	ROTHENFUßER, Peter	1996		1:50:08
6.	(727)	131. M	HAMROUNI, Chamse	1996		2:10:12
7.	(960)	132. M	DUDEK, Tomasz	1997	Grupa biegowa „Zośka” Żołyńia	2:10:18
JUNIOREN U23						
1.	(601)	73. M	SUER, Manuel	2001	Anchor Running Crew Duisburg	1:45:11
2.	(1526)	124. M	LIEBSCH, Julian	2003		2:05:25
SENIOREN M30						
1.	(613)	1. M	VAN RIESEN, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	1:13:35
2.	(1535)	9. M	MARBUT, Robin	1991		1:21:46
3.	(1722)	12. M	STAVOSTA, Patric	1989	Go Hard or go Home- Erdinger	1:22:54
4.	(705)	13. M	DIETRICH, Sven	1992	Nifty Wolves OCR Cologne	1:22:58
5.	(1719)	21. M	LANGWALD, Fabian	1989		1:27:38
6.	(25)	24. M	BAUM, Gregor	1993	Triathlon-Werkstatt Bonn	1:28:30
7.	(1711)	36. M	BELZ, Ludwig	1990	Mach3 Köln e.V.	1:32:04
8.	(1147)	37. M	GOLLASCH, Dennis	1992		1:32:19
9.	(736)	50. M	LÜGHAUSEN, Bernd	1990		1:37:36
10.	(1720)	65. M	EHRL, Dominik	1990		1:42:22
11.	(1631)	77. M	WAITZ, Stephan	1992		1:45:49
12.	(1563)	87. M	OTTEN, Maximilian	1992		1:48:43
13.	(1515)	110. M	KÜPER, Armin	1991		1:57:46
14.	(839)	125. M	BUßHAUS, Jan	1992		2:08:04
15.	(267)	130. M	MAUKISCH, Robin	1990		2:10:11
16.	(1395)	134. M	HARRISON, Shane	1991		2:11:41
17.	(516)	139. M	PLENNE, Andrej	1989	Kreis des Vertrauens	2:17:59



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M35						
1.	(139)	3. M	GRYSKO, Michael	1987	LG Wuppertal	1:16:42
2.	(833)	5. M	BRZEZINSKI, Rafael	1986	LG Donatus Erftstadt	1:19:11
3.	(646)	6. M	ZIMMERMANN, Chris	1986	Tri Club Wuppertal	1:19:38
4.	(236)	10. M	KUSCH, Sebastian	1987	Tri Club Wuppertal	1:22:40
5.	(289)	16. M	MÜLLER, Matthias	1988		1:23:28
6.	(577)	34. M	SCHWEDHELM, Heiko	1987		1:31:54
7.	(1724)	35. M	SCHMITZ, Sebastian	1988	Go Hard or go Home- Erdinger	1:31:59
8.	(1717)	66. M	SCHWERT, Sascha	1987	Dextro Energy Sport Team	1:42:36
9.	(175)	70. M	HILLERINGMANN, Mark	1988	RC Windschatten 05 Aachen	1:44:31
10.	(1540)	72. M	MESTER, Matthias	1985		1:44:58
11.	(1503)	80. M	KÖLSCH, Henry	1987		1:46:36
12.	(576)	88. M	SCHWADORF, Michael	1987		1:48:54
13.	(231)	97. M	KRAFT, Artem	1985	TV1960Langenholdinghausen	1:52:00
14.	(296)	105. M	NGO, Olaf	1986		1:55:49

SENIOREN M40

1.	(187)	2. M	HORCH, Viktor	1980	TuS Deuz	1:15:50
2.	(814)	4. M	BECKER, Christian	1981	TuS Deuz	1:17:05
3.	(1532)	8. M	LORSBACH, Thomas	1983	TuS Deuz	1:19:52
4.	(699)	18. M	PILGRAM, Stefan	1981	Tischlerei Schmitz + Pilgram	1:26:21
5.	(123)	19. M	FREYALDENHOVEN, Jan	1983	Köln läuft	1:26:46
6.	(703)	26. M	WEBER, Eiken	1980	Mach3 Köln e.V.	1:29:18
7.	(522)	28. M	RAHMLow, Alexander	1979		1:29:42
8.	(82)	32. M	DAMBON, Martin	1981	Run for Anna	1:31:34
9.	(269)	42. M	MECKEL, Christoph	1979	SSF Bonn	1:34:40
10.	(730)	45. M	HAUCK, Matthias	1980	TV Refrath	1:35:49
11.	(170)	49. M	HERRGESELL, Ronny	1982		1:37:32
12.	(39)	58. M	BEUYS, Piet	1983		1:38:55
13.	(731)	69. M	WELLER, Nils	1983	TuS 82 Opladen	1:44:05
14.	(226)	93. M	KOLTER, Dominik	1982	Kugelblizze	1:50:59
15.	(254)	94. M	LÜBBERT, Mark	1979		1:51:00
16.	(1558)	109. M	NOCKEMANN, Tim	1981	TV 1960 Langenholdinghausen	1:57:44
17.	(1709)	113. M	GÜNTHER, Marco	1983		2:00:14
18.	(89)	116. M	DERSCHEID, Fabian	1980	FamDer	2:04:22



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M45						
1.	(1721)	14. M	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	Go Hard or go Home- Erdinger	1:23:12
2.	(594)	23. M	STEEGER, Stefan	1974		1:27:56
3.	(608)	30. M	TRAPP, Frank	1974	Raketen rot-weiß	1:31:15
4.	(698)	38. M	GÜNTHER, Thomas Oliver	1974	SSF Bonn Triathlon	1:33:09
5.	(131)	40. M	GISSLER, Andreas	1974		1:33:51
6.	(167)	47. M	HEMMERSBACH, Stephan	1978	LAZ Rhein-Sieg	1:37:04
7.	(165)	48. M	HELLMANN, Andreas	1978		1:37:05
8.	(564)	53. M	SCHREINER, Marc	1975	Raketen rot-weiß	1:37:53
9.	(250)	57. M	LODE, Mario	1974	Runnies United	1:38:54
10.	(1781)	61. M	MCGUIRE, Stephan	1975	DJK Mudersbach	1:40:23
11.	(211)	62. M	KEßELER, Stefan	1978		1:41:00
12.	(539)	63. M	RUDOLPH, Alexander	1974	FCSD05	1:41:09
13.	(729)	67. M	HILLEN, Michael	1978	Die Muskelkater	1:43:46
14.	(1779)	68. M	SPEICHER, Christoph	1977		1:43:55
15.	(1491)	75. M	KLEWITZ, Arne	1975		1:45:32
16.	(195)	76. M	JACH, Ricardo	1977	Die Jachs	1:45:42
17.	(626)	83. M	WASSER, Thorsten	1977		1:47:04
18.	(624)	95. M	WANZEK, Thor	1976		1:51:07
19.	(552)	96. M	SCHNEIDER, Frank	1974	TV 1960 Langenholdinghausen	1:52:00
20.	(515)	98. M	PLAZINSKI, Gerhard	1975		1:52:09
21.	(573)	99. M	SCHULISCH, Mike	1975	Laufteam Bundeswehr & Reservisten	1:52:19
22.	(702)	101. M	KONERMANN, Michael	1975	DJK Amisia Rheine	1:53:02
23.	(660)	121. M	WIESELMANN, Marcel	1978		2:05:01
24.	(1712)	122. M	BREUER, Alexander	1976		2:05:06



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M50						
1.	(609)	11. M	TRZASKALIK, Martin	1973		1:22:47
2.	(557)	15. M	SCHNEIDER, Thomas	1969	LG RWE Power	1:23:23
3.	(216)	17. M	KISTNER, Axel	1973		1:26:06
4.	(1548)	20. M	NANDELSTÄDT, Christian	1972		1:26:54
5.	(99)	22. M	DUNCKER, Tobi	1971		1:27:44
6.	(693)	25. M	PESCH, Claus	1970		1:28:59
7.	(93)	41. M	DIETZLER, Frank	1972	25minutes	1:34:14
8.	(838)	43. M	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	1:35:15
9.	(1747)	44. M	OTTO, Jürgen	1972	Selbstläufer SV Altenahr	1:35:38
10.	(688)	52. M	QUANTIUS, Andreas	1970	Mach3 Köln e.V.	1:37:49
11.	(1710)	56. M	RUESS, Thomas	1969		1:38:46
12.	(4)	64. M	ALTHOFF, Frederek	1970	ASV Köln	1:41:21
13.	(69)	71. M	BRÜNING, Robert	1972	LG Hückeswagen	1:44:57
14.	(641)	78. M	ZAB, Gunnar	1970	LF Trills 09	1:46:29
15.	(75)	84. M	CARL, Thomas	1973		1:47:12
16.	(197)	85. M	JAGUSCH, Andreas	1971		1:47:16
17.	(168)	90. M	HENSCHER, Frank	1973	Mach3 Köln e.V.	1:49:45
18.	(181)	103. M	HOFFMANN, Dirk	1969	Cologne Running Crew	1:53:59
19.	(213)	108. M	KEVERPÜTZ, Sascha	1971	Keverpütz Bau AG	1:57:23
20.	(548)	114. M	SCHLARBAUM, Ingolf	1973	Team Laurens	2:02:39
21.	(691)	128. M	KOCZOR, Carsten	1972	ASC Weißbachtal	2:08:54
22.	(1610)	129. M	SOLTIS, Igor	1972		2:09:45
23.	(110)	135. M	ESPENDILLER, Frank	1973	power&pace	2:12:12
24.	(556)	136. M	SCHNEIDER, Michael	1973		2:12:23
25.	(262)	140. M	MAIER, Jörg	1973	Sportfreunde Aegidienberg	2:19:45
26.	(160)	141. M	HAZEBROUCK, Jan-Peter	1969		2:23:43

SENIOREN M55

1.	(967)	29. M	EMMETT, Ian	1966	Köln läuft!	1:30:23
2.	(706)	33. M	KOCH, Frank	1966	Triathlon SC-Neptun Köln-Porz	1:31:45
3.	(840)	46. M	CELEBIJA, Drazen	1968	Team Barbariga	1:36:45
4.	(805)	54. M	ARNOLD, Jörg	1964	Team Swiss Life	1:37:54
5.	(707)	59. M	HUPPERTZ, Christian	1968		1:39:20
6.	(519)	60. M	PRIESS, Frank	1966	TSV Bayer Dormagen TRI	1:39:46
7.	(566)	89. M	SCHRÖDER, Wolfgang	1967	Union Biesfeld Triathlon 2019	1:49:35
8.	(610)	100. M	URBAN, Frank	1968	power 6 pace / TS79 Berg.Gladbach	1:52:47
9.	(101)	104. M	DWARS, Thomas	1967		1:55:38
10.	(67)	112. M	BRILL, Holger	1964	LSV Porz	1:59:53
11.	(537)	123. M	ROTTENAU, Rainer	1964	VFB Ertstadt Multisport	2:05:15
12.	(1749)	138. M	MORICK, Andreas	1967		2:15:25
13.	(20)	142. M	BARGON, Stephan	1968		2:24:28



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M60						
1.	(199)	27. M	JONIETZ, Andreas	1962	Lanxess Roadrunners	1:29:39
2.	(734)	74. M	BECKER, Kurt	1962		1:45:20
3.	(95)	81. M	DITTRICH, Jörg	1960	Lauftreff Puderbach	1:46:40
4.	(554)	82. M	SCHNEIDER, Jürgen	1961	TuS 07 Oberlar	1:46:51
5.	(632)	86. M	WENZ, Ralf	1959	TV Alpenglühn	1:48:33
6.	(690)	91. M	ROCHOLL, Lutz	1961		1:50:08
7.	(144)	102. M	HAHN, Rolf	1961	BSG BML Bonn	1:53:54
8.	(192)	107. M	HUNTSCHA, Siegfried	1961	T#SoloNdk	1:57:06
9.	(221)	111. M	KNEPPER, Michael	1963		1:59:00
10.	(178)	118. M	HLUSIAK, Wolfgang	1959	LG Hückeswagen	2:04:43
11.	(1553)	119. M	NEUMANN, André	1963	GVG-Laufteam	2:04:44
12.	(535)	126. M	ROSSO, Mario	1960	PSC PULHEIM	2:08:43
13.	(697)	127. M	PODZUS, Horst	1961		2:08:46
SENIOREN M65						
1.	(499)	55. M	ORLOWSKI, Bernd	1957	USC Bochum	1:38:14
2.	(1504)	79. M	KÖLSCH, Leo	1956		1:46:35
3.	(40)	106. M	BEYER, Heinrich	1956	Mirko's Running Team	1:56:09
4.	(1794)	115. M	DAMEROW, Raymond	1957		2:03:02
5.	(816)	117. M	BENDER, Matthias	1956	Team Erdinger Alkoholfrei	2:04:32
6.	(551)	133. M	SCHMITT, Dr. Rolf	1956		2:10:24
7.	(270)	137. M	MENZEL, Wolfgang	1955	LLG St. Augustin	2:13:52
SENIOREN M70						
1.	(29)	120. M	BECKER, Claus	1949		2:04:59
2.	(1438)	143. M	JAHNZ, Klaus	1949	LG Laacher See	2:25:58
FRAUEN						
1.	(1611)	5. W	SOSSNOWSKI, Vanessa	1996	Campana Racing Team	1:33:22
2.	(1307)	11. W	BÜSCHER, Anja	2000		1:44:55
3.	(1596)	18. W	SCHNEIDER, Mandy	1996		1:56:21
4.	(627)	26. W	WEBER, Anouk	1996		2:10:11
SENIORINNEN W30						
1.	(1614)	1. W	STEAD, Susan	1989	GoHardOrGoHomeCGN / Erdinger Active	1:22:52
2.	(603)	2. W	TALLMANN, Joanna	1991	Selbstläufer Altenahr	1:23:48
3.	(1716)	4. W	VAN DIEREN, Annelotte	1993		1:31:53
4.	(1620)	16. W	TIMANS, Winnie	1991	SV Bergisch Gladbach 1920/71 e.V.	1:56:13
5.	(1708)	23. W	MIGUNOVA, Anastasia	1989	LC Weilerswist	2:08:02



3. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (21,1 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W35						
1.	(1411)	3. W	HENNEKEN, Claudia Maria	1985	DauerLaufVerein	1:27:54
2.	(1457)	7. W	KAPLET, Katerina	1985		1:37:57
3.	(1731)	8. W	DIETRICH, Denise	1987	Run Squad CGN	1:39:28
4.	(733)	9. W	WELLER, Patricia	1986	TuS 82 Opladen	1:44:05
5.	(58)	12. W	BOURGUIGNON, Natascha	1987	Bactive	1:46:08
6.	(847)	13. W	DERR, Angelina	1987	N/A	1:51:29
7.	(106)	27. W	EISENBEIß, Cathleen	1984		2:12:35
SENIORINNEN W40						
1.	(692)	14. W	HINZE, Yvonne	1981		1:52:46
2.	(526)	17. W	REINECK, Katharina	1982	TriCologne	1:56:19
3.	(68)	28. W	BRÜHL, Andrea	1981		2:14:50
4.	(1713)	29. W	SCHEFFER, Nicole	1979		2:21:06
SENIORINNEN W45						
1.	(232)	10. W	KRÄMER-WOLF, Petra	1974	TuS Kreuzweingarten/ Rheder	1:44:52
SENIORINNEN W50						
1.	(1718)	19. W	SCHARTE, Alexandra	1973		2:01:27
2.	(525)	25. W	REICHMANN, Monika	1971	maju srl united	2:10:00
3.	(575)	32. W	SCHUMACHER, Alice	1969	IAC Düren	3:14:27
SENIORINNEN W55						
1.	(145)	15. W	HAHN, Sylvia	1968	BSG BML Bonn	1:53:54
2.	(1715)	20. W	KONERT, Tina	1964		2:02:36
3.	(1602)	22. W	SCHULZ, Anja	1968	SV Bergisch Gladbach 1920/71	2:05:30
4.	(1174)	24. W	GÓMEZ CARNEROS, Maria del	1968		2:09:09
DNF	(1559)	W	NOSBUESCH, Susan	1967		2:29:33
SENIORINNEN W60						
1.	(1723)	6. W	SCHWARTZE, Alexandra	1963	OSC Waldniel	1:34:21
2.	(510)	21. W	PFEIL-BONNIN, Beate	1961	PSV Bonn Triathlon	2:03:09
3.	(695)	30. W	MÜCK, Petra	1962		2:24:41
SENIORINNEN W65						
1.	(534)	31. W	ROOSEN, Annette	1956		2:26:56

Anzahl Teilnehmer: 176