

## Einlaufliste wbl. / mnl. 2. Zeitlauf 5.000m (21:00 - 23:00 Min)

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	0,2 km	0,6 km	1,0 km	1,4 km	1,8 km	2,2 km	2,6 km	3,0 km	3,4 km	3,8 km	4,2 km	4,6 km	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Reiländer	Gaby	Meddys LWT	W45	0:00:50	0:02:33	0:04:19	0:06:06	0:07:55	0:09:43	0:11:32	0:13:22	0:15:11	0:17:00	0:18:50	0:20:39	<b>0:22:18</b>	1964	768
2.	Meyer	Elisabeth	LG Kreis Ahrweiler	W60	0:00:49	0:02:29	0:04:15	0:06:01	0:07:50	0:09:39	0:11:31	0:13:23	0:15:14	0:17:09	0:19:04	0:20:58	<b>0:22:46</b>	1949	762
3.	Weirich-Mohr	Martina	Marathonfieber Krumholz	W40	0:00:48	0:02:28	0:04:16	0:06:02	0:07:51	0:09:44	0:11:37	0:13:31	0:15:26	0:17:24	0:19:23	0:21:13	<b>0:23:03</b>	1967	775
4.	Schmitt	Sabine	Tus Horhausen 04	W45	0:00:53	0:02:41	0:04:29	0:06:18	0:08:08	0:09:59	0:11:50	0:13:43	0:15:38	0:17:35	0:19:31	0:21:27	<b>0:23:18</b>	1965	785
5.	Kaczynski	Sylvie	LG Rhein-Wied	W40	0:00:51	0:02:39	0:04:32	0:06:29	0:08:27	0:10:26	0:12:26	0:14:26	0:16:27	0:18:26	0:20:26	0:22:24	<b>0:24:13</b>	1968	782
6.	Hackenbruch	Julia	PST Trier	W20	0:00:46	0:02:27	0:04:16	0:06:13	0:08:17	0:10:24	0:12:33	0:14:40	0:16:50	0:19:02	0:21:15	0:23:21	<b>0:25:11</b>	1986	784
1.	Klein	Harald	TV Bad Hönningen	M40	0:00:41	0:02:12	0:03:48	0:05:25	0:07:01	0:08:38	0:10:14	0:11:51	0:13:30	0:15:08	0:16:46	0:18:24	<b>0:19:53</b>	1966	757
2.	Schulze	Ralph	SpVgg-Burgbrohl	M40	0:00:42	0:02:14	0:03:49	0:05:25	0:07:04	0:08:41	0:10:19	0:11:58	0:13:37	0:15:17	0:16:54	0:18:32	<b>0:20:03</b>	1969	786
3.	Zenzen	Dirk	VfB Lützel	M30	0:00:41	0:02:12	0:03:48	0:05:24	0:07:02	0:08:42	0:10:19	0:11:58	0:13:38	0:15:20	0:17:00	0:18:41	<b>0:20:12</b>	1976	777
4.	Wagner	Kay	Bad Ems	M35	0:00:43	0:02:14	0:03:50	0:05:26	0:07:05	0:08:42	0:10:20	0:11:59	0:13:38	0:15:20	0:17:01	0:18:43	<b>0:20:17</b>	1974	787
5.	Porsch	Dirk	www.laufhase.de	M40	0:00:51	0:02:34	0:04:20	0:06:03	0:07:49	0:09:32	0:11:15	0:13:00	0:14:45	0:16:30	0:18:14	0:19:57	<b>0:21:26</b>	1967	767
6.	Münzel	Michael		M40	0:00:50	0:02:31	0:04:12	0:05:56	0:07:42	0:09:29	0:11:14	0:12:59	0:14:44	0:16:30	0:18:14	0:19:57	<b>0:21:28</b>	1967	783
6.	Peters	K. G.		M50	0:00:49	0:02:29	0:04:12	0:05:55	0:07:41	0:09:28	0:11:13	0:12:58	0:14:43	0:16:29	0:18:13	0:19:56	<b>0:21:28</b>	1956	766
8.	Meyer	Hans	LG Kreis Ahrweiler	M60	0:00:46	0:02:27	0:04:12	0:05:56	0:07:41	0:09:28	0:11:14	0:12:59	0:14:44	0:16:29	0:18:14	0:19:56	<b>0:21:30</b>	1948	763
9.	Tautz	Peter	Bendorf	M50	0:00:53	0:02:40	0:04:24	0:06:10	0:07:56	0:09:37	0:11:20	0:13:03	0:14:47	0:16:31	0:18:15	0:19:58	<b>0:21:31</b>	1956	772
10.	Panny	Manfred	Oberbieber	M40	0:00:47	0:02:26	0:04:07	0:05:49	0:07:34	0:09:19	0:11:04	0:12:48	0:14:35	0:16:24	0:18:12	0:19:57	<b>0:21:33</b>	1967	765
11.	Kalbitzer	Jürgen	Feldkirchen	M55	0:00:47	0:02:25	0:04:05	0:05:48	0:07:33	0:09:20	0:11:07	0:12:54	0:14:40	0:16:26	0:18:11	0:19:56	<b>0:21:36</b>	1953	755
12.	Bollmann	Carsten	Kerzenburg e.V.	M30	0:00:47	0:02:22	0:04:01	0:05:39	0:07:20	0:09:07	0:10:55	0:12:44	0:14:32	0:16:24	0:18:16	0:20:06	<b>0:21:47</b>	1979	751
13.	Janke	Dietmar	SC Selters	M55	0:00:45	0:02:19	0:04:01	0:05:51	0:07:39	0:09:26	0:11:12	0:12:57	0:14:45	0:16:32	0:18:23	0:20:13	<b>0:21:52</b>	1951	754
14.	Spahrkäs	Frank	Koblenz	M50	0:00:44	0:02:23	0:04:07	0:05:53	0:07:42	0:09:29	0:11:18	0:13:07	0:14:56	0:16:46	0:18:36	0:20:22	<b>0:21:58</b>	1960	770
15.	Gans	Ulrich	ASG Altenkirchen	M70	0:00:52	0:02:35	0:04:20	0:06:07	0:07:55	0:09:42	0:11:31	0:13:17	0:15:02	0:16:49	0:18:36	0:20:22	<b>0:22:01</b>	1937	780
16.	Baum	Viktor	LT Heimbach-Weis	M50	0:00:50	0:02:34	0:04:19	0:06:07	0:07:55	0:09:42	0:11:31	0:13:20	0:15:09	0:16:58	0:18:48	0:20:36	<b>0:22:11</b>	1958	781
17.	Ohlig	Matthias		M40	0:00:48	0:02:28	0:04:09	0:05:54	0:07:42	0:09:30	0:11:19	0:13:08	0:15:00	0:16:53	0:18:47	0:20:36	<b>0:22:17</b>	1967	764
18.	Marake	Bernhard	LT Heimbach-Weis	M65	0:00:51	0:02:33	0:04:19	0:06:07	0:07:55	0:09:43	0:11:32	0:13:23	0:15:13	0:17:04	0:18:59	0:20:52	<b>0:22:36</b>	1945	761
19.	Klemmer	Thomas	radiergummiliga.de	M40	0:00:49	0:02:34	0:04:20	0:06:07	0:07:56	0:09:44	0:11:33	0:13:23	0:15:12	0:17:03	0:18:56	0:20:48	<b>0:22:37</b>	1967	758
20.	Görg	Achim	TUS Mogendorf	M45	0:00:52	0:02:37	0:04:22	0:06:10	0:07:59	0:09:48	0:11:38	0:13:31	0:15:23	0:17:15	0:19:11	0:21:05	<b>0:22:41</b>	1961	779
21.	Kock	Werner	Niederhofen	M50	0:00:44	0:02:21	0:04:05	0:05:52	0:07:42	0:09:35	0:11:28	0:13:22	0:15:15	0:17:10	0:19:07	0:21:04	<b>0:22:55</b>	1957	759
22.	Kalk	Marcus	1. FC Lahnstein e.V.	M40	0:00:52	0:02:41	0:04:33	0:06:27	0:08:15	0:10:10	0:11:59	0:13:51	0:15:42	0:17:36	0:19:34	0:21:28	<b>0:22:58</b>	1967	756
23.	Godert	Herbert	La Tus Mayen	M55	0:00:48	0:02:30	0:04:17	0:06:07	0:07:58	0:09:52	0:11:49	0:13:46	0:15:43	0:17:42	0:19:41	0:21:40	<b>0:23:36</b>	1952	778
DNF	Talon	Jean Pierre	Team dolorgiet	M55	0:00:52	0:02:35	0:04:21	0:06:11	0:08:18								DNF	1951	771