

5km Straßenlauf, JW, JM

05.07.2020 / 08:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung
1	100	Vernikov Jan	2008	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	19:56
2	103	Ostrominski Tim	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	22:18
3	102	zur Nieden Clara	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	22:41
4	104	Betz Simon	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	23:02
	101	Böttcher Marcel	2006	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	aufg.

5km Straßenlauf, Jedermann m (ohne Altersklassenwertung) (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung
1	100	Vernikov Jan	2008	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	19:56
2	103	Ostrominski Tim	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	22:18
3	104	Betz Simon	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	23:02
	101	Böttcher Marcel	2006	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	aufg.

5km Straßenlauf, Jedermann w (ohne Altersklassenwertung) (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung
1	102	zur Nieden Clara	2007	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	22:41

10km Straßenlauf, M, W, MJU20, WJU20, MJU18, WJU18

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	1	Dahlke Jonathan	1995	GER	TSV Bayer Leverkusen	30:43	1./I
2	4	Hoffmann Jonas	1996	GER	SG Wenden	31:21	2./I
3	6	Stuckhardt Philipp	1991	GER	Laufteam Kassel	31:26	3./I
4	9	Majewski Michael	1993	GER	BV Garrel	32:17	4./I
5	8	Stratmann Jan	1995	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	32:22	5./I
6	7	Fabianowski Dominik	1989	GER	ASV Köln	32:41	6./I
7	5	Goineau Volker	1987	GER	LG Braunschweig	32:42	7./I
8	14	Weber Felix	1987	GER	Milers Colonia	33:38	8./I
9	10	Hemkes Lucas	1992	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	33:55	9./I
10	15	Aßing Sven	2000	GER	FC Straberg	34:50	10./I
11	18	Spanier Rene	1977	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	35:01	11./I
12	19	Starosta Patric	1989	GER	p.s. Running	35:05	12./I
13	25	Engel Timothy	1985	GER	LT Ennert	35:21	1./II
14	16	Spiestersbach Marek	1995	GER	Diezer TSK Oranien	35:25	13./I
15	22	El Makrini Hakim	1975	GER	LT DSHS Köln	35:26	14./I
16	32	Worth Lucas	1997	GER	Milers Colonia	35:34	2./II
17	21	Erdrich Andreas	1981	GER	SSF Bonn Triathlon	35:36	15./I
18	17	Herr Florian	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	35:42	16./I
19	29	Nett Markus	1984	GER	PSV Bonn Triathlon	36:11	3./II
20	11	Land Jonas	2001	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	36:21	17./I
21	33	Wrede Linda	1993	GER	TSV Bayer Leverkusen	36:49	4./II
22	30	Schneider Norbert	1968	GER	Rhein-Berg-Runners	36:54	5./II
23	31	Trems Torsten	1977	GER	#generalibewegtdeutschland	37:36	6./II
24	34	van Dongen Heinz	1977	GER	TSV Weeze	37:47	7./II
25	26	Foustanas Georgios	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	37:54	8./II
26	44	Linder Melanie	1975	GER	ohne Verein	37:59	9./II
27	20	Berger Sascha	1979	GER	Alemannia Aachen	38:20	18./I
27	36	Körbs Joe	1968	GER	LT Ennert	38:20	10./II
29	27	Gorla Dioni	1997	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	38:24	11./II
30	41	Achtendung John	1973	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	38:30	12./II
31	42	Warmer Nicole	1997	GER	TSV Bayer Leverkusen	38:35	13./II
32	39	Cerna Verena	1981	GER	ohne Verein	38:57	14./II
33	46	Gösmann Sinthuya	1988	GER	ohne Verein	38:59	15./II

10km Straßenlauf, M, W, MJU20, WJU20, MJU18, WJU18 - Fortsetzung

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
34	40	Haarmann Kerstin	1992	GER	ohne Verein	39:31	16./II
35	24	Cornely David	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	39:43	17./II
36	50	Espeter Franziska	1989	GER	LG Wittgenstein	39:45	1./III
37	43	Ostrominski Markus	1977	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	39:56	18./II
38	28	Hennes Lukas	2002	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	40:09	19./II
39	56	Freitag Laurine	2000	GER	TSV Bayer Leverkusen	40:16	2./III
40	38	Zink Marcus	1967	GER	LLG St. Augustin	40:36	20./II
41	49	Blaise-Sohnius Adele	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	40:40	3./III
42	55	van Zweeden Britta	1970	GER	LAV Bad Godesberg	42:05	4./III
43	53	zur Nieden Henning	1972	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:18	5./III
44	45	Vernikov Wiktor	2002	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:47	21./II
44	48	Czerny Markus	1980	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:47	6./III
46	51	Oberndörfer Martin	1972	GER	LLG St. Augustin	43:31	7./III
47	59	Remshagen Doris	1967	GER	TV Refrath	43:48	8./III
48	60	Schneider Celine	2004	GER	TV Scheven	43:59	9./III
49	58	Blöcher Benita	2003	GER	Diezer TSK Oranien	44:20	10./III
50	57	Rontondi Chiara	2001	GER	TSV Bayer Leverkusen	44:26	11./III
51	61	Althaus Sarah-Maria	1998	GER	Diezer TSK Oranien	46:25	12./III
52	63	Müsse Lukas	1989	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	49:15	13./III
	23	Böhning Christian	1985	GER	SSF Bonn Triathlon	n.a.	-/II
	47	Opitz Ann-Christin	1999	GER	SC Melle 03	n.a.	-/III
	2	El Quartassy Mustapha	1990	GER	1. VfL Fortuna Marzahn	n.a.	-/I
	3	Duppich Yannik	1990	GER	LG Vulkaneifel	n.a.	-/I
	52	Sander Guido	1973	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/III
	54	Sachs Sandra	1979	GER	ohne Verein	n.a.	-/III
	12	von Soosten Yannick	1996	GER	SG TSV Kronshagen/Kieler TB	n.a.	-/I
	13	Graw Torsten	1991	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/I
	35	Westerhausen Thomas	1984	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/II
	37	Vernikov Sonja	2001	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/II
	62	Herdegen Nicole	1971	GER	ohne Verein	n.a.	-/III

10km Straßenlauf, Männer (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	1	Dahlke Jonathan	1995	GER	TSV Bayer Leverkusen	30:43	1./I
2	4	Hoffmann Jonas	1996	GER	SG Wenden	31:21	2./I
3	6	Stuckhardt Philipp	1991	GER	Laufteam Kassel	31:26	3./I
4	9	Majewski Michael	1993	GER	BV Garrel	32:17	4./I
5	8	Stratmann Jan	1995	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	32:22	5./I
6	7	Fabianowski Dominik	1989	GER	ASV Köln	32:41	6./I
7	5	Goineau Volker	1987	GER	LG Braunschweig	32:42	7./I
8	14	Weber Felix	1987	GER	Milers Colonia	33:38	8./I
9	10	Hemkes Lucas	1992	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	33:55	9./I
10	15	Aßing Sven	2000	GER	FC Straberg	34:50	10./I
11	18	Spanier Rene	1977	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	35:01	11./I
12	19	Starosta Patric	1989	GER	p.s. Running	35:05	12./I
13	25	Engel Timothy	1985	GER	LT Ennert	35:21	1./II
14	16	Spiestersbach Marek	1995	GER	Diezer TSK Oranien	35:25	13./I
15	22	El Makrini Hakim	1975	GER	LT DSHS Köln	35:26	14./I
16	32	Worth Lucas	1997	GER	Milers Colonia	35:34	2./II
17	21	Erdrich Andreas	1981	GER	SSF Bonn Triathlon	35:36	15./I
18	17	Herr Florian	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	35:42	16./I
19	29	Nett Markus	1984	GER	PSV Bonn Triathlon	36:11	3./II
20	30	Schneider Norbert	1968	GER	Rhein-Berg-Runners	36:54	5./II
21	31	Trems Torsten	1977	GER	#generalibewegtdeutschland	37:36	6./II

10km Straßenlauf, Männer (aus gemeinsamem Bewerb) - Fortsetzung

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
22	34	van Dongen Heinz	1977	GER	TSV Weeze	37:47	7./II
23	26	Foustanas Georgios	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	37:54	8./II
24	20	Berger Sascha	1979	GER	Alemannia Aachen	38:20	18./I
24	36	Körbs Joe	1968	GER	LT Ennert	38:20	10./II
26	41	Achtendung John	1973	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	38:30	12./II
27	46	Gösmann Sinthuya	1988	GER	ohne Verein	38:59	15./II
28	24	Cornely David	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	39:43	17./II
29	43	Ostrominski Markus	1977	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	39:56	18./II
30	56	Freitag Laurine	2000	GER	TSV Bayer Leverkusen	40:16	2./III
31	38	Zink Marcus	1967	GER	LLG St. Augustin	40:36	20./II
32	53	zur Nieden Henning	1972	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:18	5./III
33	48	Czerny Markus	1980	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:47	6./III
34	51	Oberndörfer Martin	1972	GER	LLG St. Augustin	43:31	7./III
35	63	Müsse Lukas	1989	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	49:15	13./III
	23	Böhning Christian	1985	GER	SSF Bonn Triathlon	n.a.	-/II
	2	El Quartassy Mustapha	1990	GER	1. VfL Fortuna Marzahn	n.a.	-/I
	3	Duppich Yannik	1990	GER	LG Vulkaneifel	n.a.	-/I
	52	Sander Guido	1973	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/III
	12	von Soosten Yannick	1996	GER	SG TSV Kronshagen/Kieler TB	n.a.	-/I
	13	Graw Torsten	1991	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/I
	35	Westerhausen Thomas	1984	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/II

10km Straßenlauf, Frauen (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	33	Wrede Linda	1993	GER	TSV Bayer Leverkusen	36:49	4./II
2	44	Linder Melanie	1975	GER	ohne Verein	37:59	9./II
3	27	Gorla Dioni	1997	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	38:24	11./II
4	42	Warmer Nicole	1997	GER	TSV Bayer Leverkusen	38:35	13./II
5	39	Cerna Verena	1981	GER	ohne Verein	38:57	14./II
6	40	Haarmann Kerstin	1992	GER	ohne Verein	39:31	16./II
7	50	Espeter Franziska	1989	GER	LG Wittgenstein	39:45	1./III
8	49	Blaise-Sohnius Adele	1988	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	40:40	3./III
9	55	van Zweeden Britta	1970	GER	LAV Bad Godesberg	42:05	4./III
10	59	Remshagen Doris	1967	GER	TV Refrath	43:48	8./III
11	61	Althaus Sarah-Maria	1998	GER	Diezer TSK Oranien	46:25	12./III
	47	Opitz Ann-Christin	1999	GER	SC Melle 03	n.a.	-/III
	54	Sachs Sandra	1979	GER	ohne Verein	n.a.	-/III
	62	Herdegen Nicole	1971	GER	ohne Verein	n.a.	-/III

10km Straßenlauf, Männliche Jugend U20 (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	11	Land Jonas	2001	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	36:21	17./I
2	28	Hennes Lukas	2002	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	40:09	19./II

10km Straßenlauf, Weibliche Jugend U20 (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	57	Rontondi Chiara	2001	GER	TSV Bayer Leverkusen	44:26	11./III
	37	Vernikov Sonja	2001	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	n.a.	-/II

10km Straßenlauf, Männliche Jugend U18 (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	45	Vernikov Wiktor	2002	GER	LAZ Puma Rhein-Sieg	42:47	21./II

10km Straßenlauf, Weibliche Jugend U18 (aus gemeinsamem Bewerb)

05.07.2020 / 08:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Leistung	
1	60	Schneider Celine	2004	GER	TV Scheven	43:59	9./III
2	58	Blöcher Benita	2003	GER	Diezer TSK Oranien	44:20	10./III