



TEAMSOFT-SPORTZEIT.DE

Platz	G	Zeit	St.-Nr	Name	NAT	Verein	Jahr	PAK	AK	Min/KM
1		00:35:22	187	Rück, Matthias		TV Jahn Kapellen-Erft	1982	1	MHK	03:32,2
2		00:35:37	186	Eickel, Klaus		LGO Bochum	1985	2	MHK	03:33,7
3		00:36:31	17	Radtke, Mathias		DJK Vierlinden 28	1966	1	M40	03:39,1
4		00:38:18	299	Gotthardt, Mike		BZD Blutspendezentrum Di	1967	1	M35	03:49,8
5		00:38:45	302	Bäumer, Stefan		ASV Duisburg	1976	1	M30	03:52,5
6		00:39:38	116	Glienke, Rainer		LT die Stolperer	1963	2	M40	03:57,8
7		00:39:52	42	Hellmuth, Michael		LC Duisburg	1950	1	M55	03:59,2
8		00:39:57	5	Treder, Volker		SC Bayer 05 Uerdingen	1958	1	M45	03:59,7
9		00:40:39	152	Kölven, Ludger		Rumelner TV	1976	2	M30	04:03,9
10		00:41:05	48	Thelen, Thomas		OSC - Rheinhausen	1960	2	M45	04:06,5
11		00:41:23	283	König, Gerd		LAG Krefeld-Linn	1964	3	M40	04:08,3
12		00:41:25	3	Lappe, Rolf		Die Stolperer	1959	3	M45	04:08,5
13		00:41:57	297	Juraszczyk, Marius		Plettenberg	1974	3	M30	04:11,7
14		00:42:04	258	Lachmann, Guido		Homberger TV	1966	4	M40	04:12,4
15		00:42:12	7	Lehmann, Roland		LT Der Zigarrenfreunde	1957	4	M45	04:13,2
16		00:42:28	111	Matthes, Bernd		Duisburg	1954	1	M50	04:14,8
17		00:42:52	160	Wiedelbach, Frank		Rumelner TV	1964	5	M40	04:17,2
18		00:43:45	155	Nitschke, Dirk		Rumelner TV	1963	6	M40	04:22,5
19		00:43:50	276	Rütten, Josef		ASV Duisburg	1954	2	M50	04:23,0
20		00:43:55	71	Marzin, Herbert		Eintracht Duisburg	1939	1	M65	04:23,5
21		00:44:06	292	Becker, Hans-Werner		BKK Demag	1947	2	M55	04:24,6
22		00:44:12	286	Koczera, Joseph		Krefeld	1955	3	M50	04:25,2
23		00:44:17	281	Richter, Bernd		Kevelaer	1959	5	M45	04:25,7
24		00:44:20	193	Grunert, Sascha		LG Götterdämmerung	1969	2	M35	04:26,0
25		00:44:48	295	Heumann, Thomas		SV Spass Im Sport	1975	4	M30	04:28,8
26		00:45:23	289	Hartmann, Fred		Die Stolperer	1961	6	M45	04:32,3
27		00:45:59	236	Grunert, Fabian		OSC 04 Rheinhausen	1989	1	MJugB	04:35,9
28		00:46:05	156	Raithel, Karl-Heinz		Rumelner TV	1955	4	M50	04:36,5
29		00:46:18	108	Eul, Andreas		UNI Witten-Herdecke	1985	3	MHK	04:37,8
1	W	00:46:40	272	Görigk, Silvia		Wedau-Runner Duisburg	1967	1	W35	04:40,0
30		00:46:42	200	Dünke, Detlef		Stolperer	1964	7	M40	04:40,2
31		00:46:52	221	Gehrke, Frank		Duisburg	1966	8	M40	04:41,2
32		00:47:09	22	Müller, Peter		Kempen	1961	7	M45	04:42,9
33		00:47:43	34	Heinert, Eugen		OSC Rheinhausen	1986	4	MHK	04:46,3
34		00:47:44	158	Wachholz, Thomas		Rumelner TV	1961	8	M45	04:46,4
35		00:48:03	274	Ullein, Rolf		Moerser TV	1955	5	M50	04:48,3
36		00:48:04	10	Goldenberg, Thomas-G		LT der Zigarrenfreunde	1962	9	M40	04:48,4
37		00:48:14	49	Thelen, Dominik		Duisburger Schwimmteam	1992	2	MJugB	04:49,4
38		00:48:15	9	Stiller, Bodo		LT der Zigarrenfreunde	1964	10	M40	04:49,5
2	W	00:48:17	119	von Gruchalla, Iris		Laufclub Duisburg	1965	1	W40	04:49,7
39		00:48:24	67	Peter, Ronald		HLG 98 Wuppertal	1960	9	M45	04:50,4
40		00:48:33	4	Ulitzka, Michael		Duisburg	1986	5	MHK	04:51,3
41		00:48:46	271	Reisloh, Carsten		OSC 04 Rheinhausen	1976	5	M30	04:52,6
42		00:49:00	159	Wäldchen, Ulrich		Rumelner TV	1955	6	M50	04:54,0
43		00:49:22	170	Tamson, Gerald		BSG SK Duisburg	1955	7	M50	04:56,2
3	W	00:49:33	70	Kaufmann, Bärbel		Duisburg	1958	1	W45	04:57,3
4	W	00:49:47	37	Krüger, Katrin		TV St. Hubert	1969	2	W35	04:58,7
44		00:49:49	304	Koopmann, Franz		Rheurd	1945	1	M60	04:58,9
5	W	00:50:35	301	Kauczor, Roswitha		Duisburg	1960	2	W45	05:03,5
45		00:50:42	8	Noetzel, Dirk		Jülich	1967	3	M35	05:04,2
46		00:50:47	298	Bak, Johann		Plettenberg	1968	4	M35	05:04,7
47		00:50:49	36	Krüger, Thorsten		Kempen-St.Hubert	1967	5	M35	05:04,9
48		00:50:59	296	Lipinski, Simon		DSC Kaiserberg	1989	3	MJugB	05:05,9
49		00:51:13	232	Laur, Klaus		OSC 04 Rheinhausen	1956	8	M50	05:07,3
50		00:51:15	29	Markgraf, Jonas		OSC 04 Rheinhausen	1980	6	MHK	05:07,5
6	W	00:51:16	303	Fett, Silvia		Duisburg	1966	2	W40	05:07,6
7	W	00:51:17	161	Nuxoll, Nicole		Rumelner TV	1969	3	W35	05:07,7
51		00:51:29	288	Hendricksen, Ernst		Viersener TV 1848	1934	1	M70	05:08,9



TEAMSOFT-SPORTZEIT.DE

Platz	G	Zeit	St.-Nr	Name	NAT	Verein	Jahr	PAK	AK	Min/KM
52		00:51:43	293	Herman, Achim		Düsseldorf	1969	6	M35	05:10,3
53		00:51:54	227	Grimm, Roman		OSC 04 Rheinhausen	1968	7	M35	05:11,4
54		00:51:55	6	Hannemann, Stefan		Wuppertal	1978	7	MHK	05:11,5
55		00:51:58	1	Vahland, Frank		Duisburg	1974	6	M30	05:11,8
56		00:52:05	287	Indek, Horst		Duisburg	1955	9	M50	05:12,5
57		00:52:26	120	Wrobek, Andreas		Duisburg	1983	8	MHK	05:14,6
8	W	00:52:31	147	Damrath, Elke		Rumelner TV	1969	4	W35	05:15,1
9	W	00:52:33	188	Markshausen-Fischer, M	PER	Rumelner TV	1961	3	W45	05:15,3
58		00:52:34	148	Damrath, Frank		Rumelner TV	1965	11	M40	05:15,4
59		00:52:40	46	Licata, Antonio		Dudel-Runner	1966	12	M40	05:16,0
60		00:53:04	40	Ettwig, Wolfgang		Rheinhausen	1951	3	M55	05:18,4
61		00:53:13	151	Janke, Alfred		Rumelner TV	1945	2	M60	05:19,3
62		00:53:27	69	Kirstein, Rainer		Turnerbund 05 Rheinhausen	1958	10	M45	05:20,7
63		00:53:29	63	Hetjens, Norbert		Duisburg Rheinhausen	1963	13	M40	05:20,9
10	W	00:53:46	172	Litz, Hildegard		Johanniter Krankenhaus	1956	1	W50	05:22,6
64		00:53:58	279	Beeking, Willi		BSV Grün- Weiß Fluren	1949	4	M55	05:23,8
11	W	00:54:28	246	Nitschke, Waltraud		RTV	1963	3	W40	05:26,8
65		00:54:29	143	Bähr, Achim		Rumelner TV	1959	11	M45	05:26,9
66		00:54:29	153	Lang, Dr. Rüdiger		Rumelner TV	1956	10	M50	05:26,9
12	W	00:55:02	43	Pauels, Sabine		LT Die Stolperer	1963	4	W40	05:30,2
67		00:55:03	145	Vellar, Michael		Rumelner TV	1957	12	M45	05:30,3
68		00:55:06	11	Rösner, Dietmar		OSC Rheinhausen	1941	2	M65	05:30,6
13	W	00:55:22	300	Wagner, Marlene		BZD Blutspendezentrum Dr	1959	4	W45	05:32,2
69		00:55:24	118	von Gruchalla, Reiner		Laufclub Duisburg	1965	14	M40	05:32,4
70		00:56:00	290	Sewing, Wolfgang		AS Neukirchen-Vluyn	1959	13	M45	05:36,0
14	W	00:56:06	285	Teschler-Borgeses, Claud		Die Stolperer	1959	5	W45	05:36,6
71		00:56:25	270	Berner, Dieter		OSC 04 Rheinhausen	1937	3	M65	05:38,5
15	W	00:56:37	180	Schauerte, Kirsten		Ski- und Tennisclub Flecker	1984	1	WHK	05:39,7
72		00:56:44	239	Nitschke, Simon		RTV	1990	4	MJugB	05:40,4
16	W	00:56:47	179	Compus-Riuz, Monika		Rumelner TV	1969	5	W35	05:40,7
17	W	00:57:01	146	Blöcher Nies, Ina		Rumelner TV	1960	6	W45	05:42,1
73		00:57:02	163	Komer, Boris		Rumelner TV	1959	14	M45	05:42,2
18	W	00:57:03	144	Keusemann, Astrid		Rumelner TV	1959	7	W45	05:42,3
19	W	00:57:04	16	Steinwerth, Andrea		Duisburg	1968	6	W35	05:42,4
20	W	00:57:34	277	Gehrke, Bettina		Duisburg	1974	1	W30	05:45,4
21	W	00:58:32	282	Pavlicic, Angela		LAG Krefeld-Linn	1968	7	W35	05:51,2
22	W	00:59:16	117	Pitsch-Glienke, Verena		LT die Stolperer	1963	5	W40	05:55,6
23	W	00:59:22	280	Jansen, Yvonne		KYB Roadrunner	1973	2	W30	05:56,2
24	W	01:00:02	171	Mischke, Melanie		OSC Rheinhausen	1975	3	W30	06:00,2
25	W	01:00:48	164	Holdack-Schuster, Lydi		Rumelner TV	1962	6	W40	06:04,8
26	W	01:00:50	240	Feltgen, Claudia		RTV	1966	7	W40	06:05,0
27	W	01:01:04	89	Schuch, Beate		Duisburg	1962	8	W40	06:06,4
28	W	01:01:14	23	Mölders, Sabine		Duisburg	1971	8	W35	06:07,4
29	W	01:01:31	12	Steven, Regina		Duisburg	1965	9	W40	06:09,1
30	W	01:01:54	169	Migdalek, Jeannine		Duisburg	1976	4	W30	06:11,4
74		01:02:47	257	Sukowski, Burkhard		Duisburg	1957	15	M45	06:16,7
31	W	01:05:19	50	Thelen, Erika		OSC - Rheinhausen	1962	10	W40	06:31,9
75		01:07:08	44	Baus, Andreas		Duisburg	1962	15	M40	06:42,8
76		01:07:12	45	Louis, Herbert		Duisburg	1947	5	M55	06:43,2
77		01:08:18	162	Kaffanke, Paul		Rumelner TV	1947	6	M55	06:49,8
78		01:08:18	150	Gronau, Frank		Rumelner TV	1965	16	M40	06:49,8
79		01:08:33	149	Gillat, Helmuth		Rumelner TV	1945	3	M60	06:51,3
80		01:10:43	157	Vogt, Wolfgang		Rumelner TV	1949	7	M55	07:04,3
32	W	01:15:03	291	Schmitt, Heide		AS Neukirchen-Vluyn	1948	1	W55	07:30,3
81		01:15:04	223	Tingelhoff, Kilian		OSC 04 Rheinhausen	1993	5	MJugB	07:30,4