

# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
11-km-Lauf										
Männlich										
1.	453 Blumentrath, Daniel	M45	1.	BRC	19:35	27:03	3:35	39:35	--	
2.	416 Hemkes, Lucas	M30	1.	LAZ Rhein-Sieg	19:28	26:52	3:43	41:04	+1:30	
3.	405 Keller, Pascal	M	1.	Pro Athletes	21:44	30:26	4:05	44:58	+3:53	
4.	508 Hehl, Lucas	M	2.	(Müschenbach)	22:46	31:16	4:05	45:02	+05	
5.	510 Conrads, Peter	M50	1.	LT Puderbach	22:42	31:18	4:10	45:58	+56	
6.	409 Hauptmann, Kai	M	3.	(Eitorf)	22:37	31:26	4:12	46:13	+14	
7.	502 Braun, Alexander	MJ	1.	(Ruppichteroth)	22:12	31:14	4:12	46:23	+11	
8.	509 Jungbluth, Uwe	M40	1.	ASG Altenkirchen	22:49	31:33	4:13	46:32	+08	
9.	499 Jahner, Detlef	M55	1.	WLC	23:22	32:09	4:14	46:40	+09	
10.	501 Klein, Philipp	M35	1.	(Windeck)	23:04		4:18	47:20	+39	
11.	503 Saul, Marco	M40	2.	SSG Etbach	22:44	31:24	4:18	47:28	+09	
12.	404 Röhrig-Bornewasser,	M40	3.	(Windeck)	23:45	33:20	4:31	49:47	+2:19	
13.	454 Weber, Michael	M55	2.	VfB Wissen	24:09	33:39	4:31	49:51	+03	
14.	435 Zehnle, Christian	M30	2.	GreenGate AG	25:25	35:04	4:37	50:48	+58	
15.	463 Sommer, Ralf	M50	2.	(Windeck)	24:21	34:19	4:38	51:03	+14	
16.	449 Böhm, Dirk	M55	3.	(Eitorf)	25:27	34:52	4:40	51:30	+27	
17.	472 Löhr, Jörg	M60	1.	zatopek-eitorf	25:12	34:51	4:40	51:31	+02	
18.	437 Schneider, Mirko	M	4.	(Wissen)	26:27	36:24	4:49	53:06	+1:35	
19.	429 Wiegard, Hanno	M45	2.	(Bad Honnef)	27:16	37:37	4:58	54:41	+1:34	
20.	461 Teuscher, Stefan	M35	2.	(Windeck Hurst)	24:58	35:37	4:58	54:43	+02	
21.	422 Schulte, Dirk	M50	3.	SV Hellas Siegburg	28:01		5:05	56:03	+1:20	
22.	467 Stephan, Joachim	M60	2.	SSG Königswinter	26:51	37:27	5:06	56:14	+12	
23.	411 Wirges, Joschka	M	5.	(Windeck)	28:24	39:02	5:11	57:02	+48	
24.	452 Philippi, Waldemar	M40	4.	(Troisdorf)	28:31	39:04	5:12	57:13	+10	
25.	469 Becker, Matthias	M40	5.	(Köln)	29:21	40:09	5:15	57:51	+38	
26.	496 von Baeyer, Richard	M55	4.	(Köln)	29:25	39:58	5:16	57:59	+09	
27.	460 Groll, Daniel	M35	3.	Mimind Vollgas-Trainer	28:03	40:20	5:16	58:01	+02	
28.	498 Kremser, Michael	M55	5.	(Königswinter)	27:58	39:06	5:17	58:16	+14	
29.	500 Hartmann, Moritz	MJ	2.	(Eitorf)	29:40	40:53	5:20	58:45	+29	
30.	436 Siebentritt, Wilhelm	M55	6.	Zátopek Eitorf	28:22	39:45	5:20	58:46	+02	
31.	440 Franken, Peter	MJ	1.	DRK Windeck	28:10	39:34	5:21	58:54	+08	
32.	403 Löwer, Thorsten	M40	6.	(Windeck)	28:18	39:28	5:21	58:56	+02	
33.	447 Feer, Johann	M35	4.	(Windeck)	27:23	38:34	5:21	59:02	+05	
34.	468 Baumgarten, Jochen	M40	7.	(Eitorf)	29:22	40:37	5:25	59:42	+40	
35.	442 Lagemann, Frank	M55	7.	GreenGate AG	29:12	40:13	5:27	1:00:02	+20	
36.	470 Nolden, Sebastian	M40	8.	rhenag läuft	31:00		5:38	1:02:09	+2:07	
37.	497 Gediga, Thomas	M50	4.	SG SIEG LT DO. 18.30	29:59	41:50	5:39	1:02:17	+09	
38.	504 Bender, Nils	M	6.	(Windeck)	29:57	42:07	5:45	1:03:18	+1:01	
39.	505 Löhmann, Hendrik	M	7.	(Windeck)	29:53	42:09	5:45	1:03:18	+00	
40.	471 Bilinski, Dominik	M30	3.	rhenag läuft	31:14	43:45	5:51	1:04:26	+1:08	
41.	413 Tiedemann, Jens	M50	5.	(Siegburg)	30:45	43:37	5:53	1:04:44	+18	
42.	443 Steiniger, Frank	M55	8.	(Windeck)	31:30	44:22	6:03	1:06:38	+1:53	
43.	451 Bohlscheid, Bernd	M50	6.	CCG-Halft	32:18	45:05	6:04	1:06:47	+09	
44.	417 Krämer, Reinhold	M65	1.	Biermarathon Hachenburg	32:57	46:05	6:06	1:07:07	+20	



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
Männlich										
45.	511 Gatzmanga, Heiko	M55	9.	(Windeck)	30:57	44:27	6:06		1:07:14	+08
46.	445 Schönstein, Bernd	M50	7.	(Reichshof)	31:32	45:21	6:12		1:08:21	+1:07
47.	450 Schütz, Florian	M	8.	(Windeck)	32:31	45:48	6:13		1:08:29	+07
48.	432 Hirsch, Thomas	M55	10.	Hirsch	34:22	47:24	6:21		1:09:52	+1:24
49.	410 Schäkel, Thomas	M60	3.	(Köln)	37:21	50:47	6:28		1:11:10	+1:18
50.	512 Hunger, Conrad	M40	9.	(Windeck)	35:41	49:05	6:29		1:11:29	+19
51.	415 Pfromm, Sebastian	M40	10.	Gesamtschule Windeck	33:35	47:43	6:38		1:13:03	+1:33
52.	400 Karsti, Achim	M55	11.	(Windeck)	36:38	52:00	7:00		1:17:02	+3:59
53.	506 Grafe, Holger	M55	12.	ASV Meißen	38:47	54:04	7:12		1:19:21	+2:19
54.	421 Noack, Sven	M40	11.	(Wilberhofen)	38:09	52:58	7:15		1:19:51	+30
55.	425 Rheintal, Markus	M35	5.	(Windeck)	38:13	52:56	7:15		1:19:51	+00
56.	507 Ludwigs, Alfred	M60	4.	(Windeck)	40:15	58:49	8:39		1:35:16	+15:2
Weiblich										
1.	459 Hein, Victoria	W35	1.	Mimind Vollgas-Trainer	24:52	34:43	4:40		51:27	--
2.	462 De Blas García, Marta	W30	1.	(WINDECK)	25:16	35:07	4:44		52:10	+43
3.	227 Lennartz, Birgit	W55	1.	LLG St. Augustin	26:44	36:49	4:53		53:54	+1:44
4.	464 Limbach, Jana	W	1.	(Hennef)	28:28	39:00	5:05		56:02	+2:08
5.	446 Thielen, Alexandra	W50	1.	LAZ Rhein-Sieg	27:18	38:08	5:09		56:47	+45
6.	427 Bischoff, Elke	W60	1.	(Windeck)	28:16	39:08	5:10		56:56	+09
7.	433 Bauer, Franziska	W	2.	(Windeck)	29:27	41:02	5:26		59:57	+3:00
8.	466 Wroz, Dagmar	W65	1.	SV HELLAS SIEGBURG	29:35	42:06	5:44		1:03:10	+3:13
9.	430 Haak, Katja	W40	1.	(Eitorf)	32:34	45:33	6:06		1:07:09	+4:00
10.	441 Jeschor, Ulrike	W40	2.	(Eitorf)	32:36	45:34	6:06		1:07:11	+01
11.	431 Klein, Corinna	W	3.	GreenGate AG	33:29	46:21	6:09		1:07:48	+38
12.	444 Hirsch, Xenia	WJ	1.	Hirsch		47:23	6:19		1:09:38	+1:49
13.	426 Rupprecht, Ilona	W50	2.	CCG-Halft	34:20	48:47	6:39		1:13:16	+3:38
14.	408 Ehse, Nicole	W50	3.	(Königswinter)	39:58	56:44	7:46		1:25:37	+12:2
15.	414 Pfromm, Sarah	W40	3.	Gesamtschule Windeck	44:55	1:02:29	8:23		1:32:17	+6:40



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl.	Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
7-km-Lauf											
Männlich											
1.	100	Teame, Ahferom	M	1.	Lg Sieg	10:46		3:06		21:46	--
2.	228	Körbs, Joe	M55	1.	Bunert - Der Kölner	13:23		3:52		27:06	+5:21
3.	223	Altenhofen, Daniel	M35	1.	BRC	13:31		3:53		27:17	+10
4.	61	Meinel, Heiko	M50	1.	Team Rheinbach	14:17		4:03		28:25	+1:08
5.	219	Ehrler, Björn	M35	2.	Gesamtschule Windeck	14:12		4:07		28:54	+30
6.	25	Wegner, Matthias	M40	1.	Team Gerstäcker	14:18		4:12		29:27	+33
7.	190	Schmiing, Jan	MJ	1.	Rückenzentrum Windeck	14:56		4:17		30:05	+37
8.	97	Sommer, Moritz	MJ	1.	JFV Windeck	15:09		4:19		30:17	+13
9.	194	Langenbach, Christian	M30	1.	Rückenzentrum Windeck	15:12		4:19		30:19	+02
10.	224	Besold, Oliver	M40	2.	(Windeck)	15:47		4:19		30:20	+00
11.	60	Kröger, Christian	M40	3.	Team Rheinbach	14:39		4:21		30:28	+09
12.	197	Schouten, Christian	M30	2.	Rückenzentrum Windeck	15:33		4:24		30:52	+24
13.	65	Schwellenbach, Stefan	M35	3.	(Windeck)	15:36		4:28		31:17	+24
14.	15	Barczak, Benjamin	M	2.	(Windeck)	16:11		4:34		32:04	+48
15.	23	Sikora, Jakob	M	3.	Team Gerstäcker	16:03		4:35		32:12	+07
16.	33	Marenbach, Robin	MJ	1.	BMG	17:39		4:36		32:18	+06
17.	53	Friedrich, Jan Luca	MJ	2.	GreenGate AG	15:53		4:41		32:51	+34
18.	38	Kemper, Jürgen	M50	2.	GreenGate AG	16:27		4:48		33:40	+49
19.	217	Bernhardt, Christoph	M45	1.	(Windeck)	16:32		4:48		33:41	+00
20.	81	Köllner, Nathan	M	4.	Erdinger Actice Team	16:19		4:56		34:36	+56
21.	13	Limbach, Daniel	M35	4.	(Windeck)			4:58		34:47	+11
22.	75	Gärtner, Sandro	MJ	3.	(Windeck Dattenfeld)	17:45		5:00		35:05	+17
23.	21	Kratz, Yannick	M	5.	Team Gerstäcker	17:14		5:02		35:18	+14
24.	211	Eutebach, Rüdiger	M65	1.	SG Sieg Laufftreff Do. 18.30			5:03		35:22	+04
25.	213	Henrich, Holger	M35	5.	(Nümbrecht)	17:49		5:03		35:28	+05
26.	66	Poschmann, Mike	M55	2.	TSV Dieringhausen	17:42		5:07		35:55	+28
27.	47	Herdtle, Stephan	M35	6.	GreenGate AG	18:46		5:08		36:01	+05
28.	199	Etzenbach, Rene	M30	3.	SV 09 Eitorf	17:35		5:08		36:02	+01
29.	63	Schmidt, Adrian	MJ	2.	(Windeck)	18:04		5:13		36:32	+31
30.	84	Neuhoff, Frank	M60	1.	SG Sieg LT Do 18.30 Uhr	17:25		5:15		36:48	+15
31.	220	Baldus, Mathias	M	6.	SG Sieg Do. 18.30	17:32		5:15		36:48	+00
32.	77	Lutz, Matthias	M35	7.	(Windeck)			5:20		37:25	+37
33.	200	Teichert, Niklas	MJ	2.	SV 09 Eitorf	18:50		5:22		37:35	+10
34.	41	Thielen, Aljosha	M30	4.	GreenGate AG	18:47		5:24		37:52	+18
35.	72	Feer, Noah	MK	1.	(Windeck)	21:14		5:37		39:20	+1:28
36.	221	Wagner, Martin	M55	3.	FC Bruchertseifen	19:57		5:45		40:17	+57
37.	99	Vogelsberg, Stephan	M40	4.	Hennef	19:58		5:46		40:27	+09
38.	98	Vogel, Linus	MJ	1.	(Windeck)	18:17		5:46		40:27	+01
39.	222	Becker, Lucas	MJ	2.	(Windeck)	18:18		5:46		40:27	+00
40.	110	Ramm, Matthias	M65	2.	(Velbert)	20:38		5:47		40:33	+05
41.	229	Guillen, Lucas	MJ	3.	(Windeck)	21:05		5:47		40:34	+02
42.	7	Dittscheid, Andreas	M55	4.	Team Rheinbach	19:53		5:48		40:41	+06
43.	45	Jeschor, Tim	MJ	3.	GreenGate AG			5:55		41:32	+51
44.	43	Jeschor, Michael	M45	2.	GreenGate AG	21:25		5:57		41:41	+10



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
Männlich										
45.	218 Bönisch, Michel	MJ	4.	TC Schladern	21:29			6:00	42:06	+25
46.	226 Hitschfeld, Leo	MK	2.	(Windeck)				6:00	42:06	+00
47.	1 Schneider, Mats	MK	1.	TSV Germania Windeck	21:01			6:01	42:09	+02
48.	30 Müller, Jakob	MJ	1.	WMV	20:44			6:01	42:12	+03
49.	225 Hitschfeld, Marc	M40	5.	(Windeck)	21:27			6:01	42:13	+02
50.	192 Esau, Sergej	M35	8.	Rückenzentrum Windeck	21:20			6:05	42:38	+24
51.	208 Bönisch, Noah	MJ	5.	Die Food-Dealer	20:42			6:07	42:56	+18
52.	230 Görge, Maximilian	MJ	6.	(Windeck)	21:06			6:13	43:33	+37
53.	106 Röhrig, Jannis-Finn	MJ	7.	(Hoppengarten)	21:07			6:13	43:33	+01
54.	203 Volk, Andreas	M55	5.	(Eitorf)				6:13	43:33	+00
55.	401 Lorenz, Ralph	M50	3.	(Windeck)				6:13	43:34	+00
56.	8 Heimbach, Linus	MK	3.	(Windeck)	23:01			6:18	44:11	+37
57.	57 Heimbach, Christian	M35	9.	(Windeck)	23:02			6:18	44:11	+00
58.	206 Bönisch, Walter	M35	10.	Die Food-Dealer	20:52			6:20	44:22	+12
59.	188 Lock, Jan	M45	3.	Rückenzentrum Windeck	22:31			6:20	44:24	+01
60.	87 Von Sobbe, Niklas	MJ	3.	(Eitorf)	21:15			6:20	44:26	+02
61.	54 Friedrich, Tim	MJ	4.	GreenGate AG	21:10			6:23	44:42	+16
62.	46 Eldeeb, Mohamed	M35	11.	GreenGate AG	21:33			6:23	44:46	+04
63.	71 Vierschilling, Felix	M	7.	Die Vierschillings	24:05			6:26	45:08	+23
64.	20 Heußner, Jens	M55	6.	Team Gerstäcker	22:13			6:28	45:17	+08
65.	196 Mast, Florian	M30	5.	Rückenzentrum Windeck	22:29			6:29	45:25	+09
66.	34 Heiden, Klaus	M60	2.	(Troisdorf)	24:03			6:29	45:30	+04
67.	102 Pier, David	MJ	4.	(Morsbach)	22:18			6:39	46:34	+1:05
68.	86 Dhum, Justus	MK	4.	TSV Germania Windeck	21:23			6:39	46:37	+02
69.	52 Friedrich, Martin	M45	4.	GreenGate AG	21:30			6:42	47:00	+23
70.	16 Patt, Oliver	M35	12.	(Windeck)				6:45	47:21	+21
71.	11 Gräfrath, Willi	M65	3.	(Waldröhl)	23:38			6:47	47:35	+15
72.	88 Salterberg, Klaus	M70	1.	(Hennef)	23:37			6:53	48:16	+41
73.	191 Hibrecht, Michael	M	8.	Rückenzentrum Windeck	22:09			6:54	48:21	+05
74.	32 Hertel, Christian	M35	13.	WMV	22:40			6:55	48:31	+09
75.	198 Mandler, Dominik	M	9.	Rückenzentrum Windeck	22:19			6:56	48:39	+09
76.	18 Drefs, Kevin	M30	6.	(Offenbach am Main)	24:27			6:59	48:54	+14
77.	104 Matusov, Vitaly	M35	14.	Windeck Energie	25:46			7:26	52:05	+3:11
78.	4 Rempel, Jannis	MJ	5.	(Eitorf)	26:17			7:36	53:13	+1:08
79.	3 Rempel, Ulf	M45	5.	(Eitorf)	26:17			7:36	53:15	+02
80.	814 Schmitz, Julian	MJ	8.	(Windeck)	26:57			7:46	54:28	+1:13
81.	40 Schubert, Torsten	M55	7.	GreenGate AG	26:58			7:47	54:33	+05
82.	80 Weber, Eckhard	M65	4.	SSV Eichelhardt	26:51			8:00	56:01	+1:28
83.	55 Grass, Tom	MK	5.	GreenGate AG	27:40			8:18	58:11	+2:11
84.	51 Böhm, Manuel	M	10.	GreenGate AG	29:11			8:20	58:25	+14
85.	92 Patelschick, Lennard	MK	6.	Gesamtschule Windeck	24:11			8:21	58:31	+05
86.	93 Isele, Justin Nils	MJ	6.	Gesamtschule Windeck	29:29			8:40	1:00:46	+2:16
87.	85 Rogatz, Jordan	MJ	5.	(Windeck)	31:44			9:16	1:04:57	+4:11
Weiblich										
1.	91 Hedwig, Diana	W40	1.	SG Sieg LT Do 18.30 Uhr	16:12			4:39	32:35	--
2.	216 Meyer, Monika	W45	1.	LAZ Rhein-Sieg	16:23			4:50	33:52	+1:18



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl.	Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
Weiblich											
3.	434	Lagemann, Hanna	W	1.	GreenGate AG	18:20			5:14	36:40	+2:48
4.	82	Weber, Katrin	W50	1.	VfB Wissen	18:34			5:22	37:40	+1:00
5.	212	Selalmatzidis, Patricia	W30	1.	(Hennef)	18:31			5:32	38:49	+1:08
6.	27	Welteroth, Samira	W30	2.	Team Gerstäcker	20:15			5:39	39:39	+50
7.	59	Dittscheid, Sandra	W50	2.	Team Rheinbach	19:48			5:48	40:41	+1:02
8.	48	Herdtle, Jessica	W30	3.	GreenGate AG	19:45			5:55	41:30	+50
9.	105	Siegberg, Bettina	W40	2.	(Hennef)	20:47			5:56	41:38	+08
10.	201	Berk, Barbara	W75	1.	Melpomene Bonn e.V.	20:41			6:01	42:11	+33
11.	64	Bauer, Cornelia	W55	1.	(Neuss)	21:12			6:05	42:42	+31
12.	83	Brehmer, Christina	W40	3.	(Hennef (Sieg))	21:18			6:07	42:52	+09
13.	210	Eutebach, Gaby	W60	1.	SG Sieg Laufftreff Do. 18.30	21:59			6:08	43:01	+10
14.	62	Köster, Eveline	W45	2.	(Hennef)	21:11			6:17	44:03	+1:01
15.	69	Knelsen, Irene	W35	1.	(Waldbröl)	22:48			6:19	44:15	+13
16.	207	Bönisch, Lea	W30	4.	Die Food-Dealer	20:53			6:20	44:22	+06
17.	187	Lock, Linna	WK	1.	Rückenzentrum Windeck	22:32			6:20	44:24	+03
18.	37	Lagemann, Christiane	W55	2.	GreenGate AG	22:33			6:24	44:55	+30
19.	189	Steinhauer, Verena	W40	4.	Rückenzentrum Windeck	22:25			6:25	44:58	+04
20.	107	Maleike-Jacobs, Eva	W40	5.	SG Sieg LT Do 18:30	22:16			6:28	45:17	+18
21.	195	Stevenson, Emily	W	2.	Rückenzentrum Windeck	22:28			6:29	45:25	+08
22.	202	Brandl, Barbara	W60	2.	Melpomene Bonn				6:30	45:31	+07
23.	22	Ludwig, Concettina	W50	3.	Team Gerstäcker	21:53			6:35	46:09	+37
24.	204	Vogel, Nanna	W40	6.	Gesamtschule Windeck	22:26			6:41	46:48	+39
25.	68	Braun, Olga	W40	7.	(Waldbröl)	22:58			6:41	46:51	+03
26.	67	Salz, Leonie	W	3.	(Windeck)	23:14			6:48	47:40	+50
27.	103	Pier, Lea	WK	2.	(Morsbach)	24:32			6:55	48:26	+46
28.	56	Schlingmann, Finja	W	4.	(Offenbach am Main)				6:59	48:54	+27
29.	19	Heiden, Claudia	W55	3.	Team Gerstäcker	24:02			7:00	49:02	+08
30.	44	Graß, Tanja	W40	8.	DRK Windeck	24:36			7:04	49:33	+31
31.	14	Hoffstadt, Alina	W	5.	(Windeck)	24:18			7:04	49:33	+00
32.	215	Bohlscheid, Gesine	WJ	1.	CCG Halft	23:41			7:07	49:53	+20
33.	35	Engelberth, Lena	W	6.	(Windeck)	25:35			7:10	50:15	+23
34.	90	Hinkmann, Anna	WJ	1.	(Windeck)	24:39			7:13	50:34	+19
35.	89	Schlingmann, Manuela	W60	3.	Team Elterntreff Windeck	24:42			7:16	50:59	+24
36.	205	Müller, Dagmar	W50	4.	(Köln)	27:14			7:22	51:39	+40
37.	76	Jeschor, Inessa	W40	9.	GreenGate AG	25:13			7:25	51:57	+19
38.	73	Rett, Anabel	W50	5.	(Hennef)				7:29	52:24	+26
39.	214	Patt-Bohlscheid,	W50	6.	CCG Halft	25:48			7:42	53:57	+1:33
40.	10	Herrmann, Corinna	W60	4.	(Waldbröl)	25:48			7:46	54:23	+26
41.	79	Weber, Daniela	W50	7.	SSV Eichelhardt	26:52			8:00	56:01	+1:38
42.	420	Schneider, Sabine	W60	5.	Biermarathon Hachenburg	26:55			8:00	56:03	+03
43.	193	Esau, Steffi	W	7.	Rückenzentrum Windeck	28:24			8:26	59:07	+3:04
44.	70	Papke, Lara	W	8.	Die Vierschillings	28:25			8:28	59:17	+10
45.	36	Hauptmann, Silke	W50	8.	(Eitorf)	32:03			9:16	1:04:58	+5:40
46.	101	Pier, Nathalie	W40	10.	(Morsbach)	30:04			9:21	1:05:32	+34
47.	9	Streich, Birgit	W60	6.	(Altwindeck)	33:00			9:40	1:07:42	+2:11
48.	95	Bönisch, Frida	WK	3.	Gesamtschule Windeck	35:21			9:50	1:08:53	+1:11



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023

## Ergebnisliste m/w



Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
Weiblich										
49. 94	Elster, Milina	WK	4.	Gesamtschule Windeck	35:22			9:50	1:08:53	+00



# 11.Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
---------	------	----	------	------------	-------	-------	-------	-------	------	-----

### 7-km-Walk

#### Männlich

1.	832 Labonde,	M	1.	Ultimate Hits on Spotify	23:41		6:41	46:51	--
2.	805 Redlich, Michael	M60	1.	TSV Dieringhausen	23:49		6:45	47:22	+30
3.	807 Grüber, Herbert	M65	1.	TuS Asbach	25:45		7:32	52:48	+5:26
4.	803 Pusedrowski, Thorsten	M50	1.	LT Saunapark	26:12		7:32	52:49	+02
5.	819 Majer, Fabian	M	2.	WMV	27:55		7:43	54:02	+1:13
6.	801 Ohl, Heinz	M65	2.	Ohl Family Collies	27:29		7:44	54:09	+07
7.	813 Galinke, Joe	M60	2.	WMV	28:13		7:49	54:48	+38
8.	818 Gauchel, Ben	M40	1.	WMV	28:12		7:51	54:58	+10
9.	811 Oberhäuser, Sven	M35	1.	WMV	28:15		7:51	55:01	+04
10.	812 Beckmann, Gregor	M55	1.	WMV	27:49		7:51	55:03	+01
11.	834 Wiethäge, Hendrik	MJ	1.	GreenGate AG	28:17		7:55	55:32	+29
12.	815 Häfner, Benjamin	M40	2.	WMV	28:23		8:00	56:02	+30
13.	822 Müller, Martin	M55	2.	WMV	29:59		8:21	58:30	+2:29
14.	817 Zieren, Christian	M40	3.	WMV	30:09		8:32	59:51	+1:20
15.	810 Bachofner, Christian	M55	3.	WMV	31:56		9:06	1:03:44	+3:54
16.	829 Von Sobbe, Michael	M50	2.	(Eitorf)	32:20		9:06	1:03:45	+01
17.	804 Liesenfeld, Hans	M75	1.	Neuwied	32:26		9:14	1:04:41	+56
18.	828 Schrapers, Heinz	M75	2.	(Windeck)	33:43		9:16	1:04:58	+17
19.	825 Frohn, Peter	M65	3.	TV Hasten	33:18		9:22	1:05:40	+42
20.	835 Saul, Hermann	M65	4.	(Windeck-Rosbach)	34:50		9:54	1:09:23	+3:42
21.	820 Adams, Wolfgang	M60	3.	GreenGate AG	41:18		11:08	1:17:58	+8:35

#### Weiblich

1.	808 Schuldt, Corinna	W40	1.	WMV	27:51		7:59	55:57	--
2.	802 Korosoglou, Melanie	W40	2.	(Windeck)	30:43		8:37	1:00:25	+4:28
3.	809 Schenk, Diana	W45	1.	WMV	31:49		8:52	1:02:07	+1:41
4.	833 Wehrmeister, Simone	W45	2.	(Windeck)	31:52		9:07	1:03:53	+1:46
5.	826 Weber, Sabine	W40	3.	(Windeck)	31:57		9:07	1:03:53	+00
6.	816 Bobeth-Korf, Angelika	W55	1.	WMV	32:22		9:17	1:05:05	+1:12
7.	824 Jung, Sonka	W55	2.	(Morsbach)	32:44		9:22	1:05:38	+34
8.	823 Schläger, Katharina	W35	1.	(Windeck)	32:42		9:22	1:05:39	+00
9.	831 Simons-Felwor, Petra	W60	1.	HTV - Lady-Elefant	32:47		9:25	1:05:57	+18
10.	827 Patt, Simone	W35	2.	(Windeck)	32:58		9:45	1:08:17	+2:20
11.	830 Hassel-Frings, Ines	W50	1.	(Sankt Augustin)	35:40		10:16	1:11:56	+3:40
12.	537 Biehl, Karola	W35	3.	Elterntreff	39:10		11:22	1:19:39	+7:42



# 11. Windecker-Sommerlauf - 18.06.2023



## Ergebnisliste m/w

Pl. Nr.	Name	Ak	Ak-P	Team (Ort)	3,5km	5,5km	7,5km	Min/k	Zeit	Gap
---------	------	----	------	------------	-------	-------	-------	-------	------	-----

7-km-Staffel

Weiblich

1.	300 BönischBande,	WK	1.	BönischBande				5:38	39:31	
----	-------------------	----	----	--------------	--	--	--	------	-------	--

Anzahl Teilnehmer: 241

