

Ergebnisse 2009

Remscheid am 31.12.2009			
14 km - Silvesterlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Lihs, Siegfried	01:01:26		
Werner, Herbert	01:04:57		
Gast, Norbert	01:08:00		
Schymanietz, Theo	01:09:09		
Wolkowski, Karl- Heinz	01:11:17		
Schnabel, Thomas	01:12:31		
Aegidienberg am 13.12.2009			
42,192 km - Siebengebirgsmarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	03:40:28		
Wolkowski, Karl-Heinz	04:02:53		
Remscheid am 06.12.2009			
10 km - always3 Nikolauslauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Lihs, Siegfried	00:43:44		
Schad, Thomas	00:45:27		
vom Wege, Frank	00:45:27		
Schymanietz, Theo	00:47:08		
Dallmann, Frank	00:49:03		
Röntgenlauf Remscheid am 25.10.2009			
63 km - Ultramarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Baylan, Tefik	06:03:16		
Schad, Thomas	06:03:31		
Kirschsieper, Lothar	06:05:19	1. Platz AK M60	
Sander, Uwe	06:06:30		
Lihs, Siegfried	06:15:50		
Kirtas, Sadet	06:20:48		
Bäcker, Ralf	06:22:16		
Gast, Norbert	06:26:46		
Wolkowski, Karl-	06:28:04		

Heinz			
Leyendecker, Toni	06:33:04		
vom Wege, Frank	06:46:57		
63 km - Ultramarathon statt Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schymanietz, Theo	07:14:55		
42,192 km - Marathon statt Ultramarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Eckardt, Jochen	04:21:29		
42,192 km - Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Breuer, Birgit	03:40:04	2. Platz W gesamt	
Hessenbruch, Axel	04:05:36		
21,1 km - Halbmarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	01:36:47		
Eschweiler, Markus	01:38:36		
Bangert, Anja	01:39:53	4 Platz W gesamt	Stadtmeisterin
Koc, Ali	01:44:40		
Dallmann, Frank	01:44:42		
Frielingsdorf, Georg	01:56:29		
Kakies, Siegfried	02:29:56		
Palma de Mallorca am 18.10.2009			
42,192 km - Tui Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Gast, Norbert	03:48:19		
Wernigerode/Hasserode am 10.10.2009			
42,9 km - Harzgebirgslauf (Brockenmarathon) 1200 Höhenmeter			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schad, Thomas	03:47:06		
Sander, Uwe	04:03:02		
Kirschsieper, Lothar	04:13:10		
22 km - Halbmarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen

Dallmann, Frank	02:00:04		
Vettelschoß am 19.09.2009			
21,1 km - Rheinhöhenlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Baylan, Tevfik	01:30:43		
Schad, Thomas	01:36:21		
Lihs, Siegfried	01:43:04		
Koc, Ali	01:44:41		
Leyendecker, Toni	01:44:58		
Schymanietz, Theo	01:45:59		
Dallmann, Frank	01:51:46		
Münster am 13.09.2009			
42,192 km - Volksbank-Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Gast, Norbert	03:25:25		pers. Bestzeit
Kirschsieper, Lothar	03:25:53		
vom Wege, Frank	03:29:41		pers. Bestzeit
Leyendecker, Toni	03:30:50		pers. Bestzeit
Koc, Ali	03:33:27		
Schnabel, Thomas	03:37:18		pers. Bestzeit
Eckardt, Jochen	03:56:16		
Schymanietz, Theo	03:57:00		
Lihs, Siegfried	04:49:38		
Köln am 13.09.2009			
15 km - Brückenlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Hessenbruch, Axel	01:15:51		
Remscheid am 06.09.2009			
21,1 km - Bachtalrun			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schad, Thomas	01:37:09		
Eschweiler, Markus	01:38:41		
Sander, Uwe	01:39:22		
Wolkowski, Karl-Heinz	01:46:21		

10 km - Bachtalrun			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	00:42:58		
Radevormwald am 05.09.2009			
10 km - Citylauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	00:41:42		
Witzhelden am 30.08.2009			
21,1 km - Sengbachtalsperre			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Baylan, Tevfik	01:32:21		
Werner, Herbert	01:37:21		
Breuer, Birgit	01:40:09	1. Platz W gesamt	
Eschweiler, Markus	01:40:20		
Breuer, Peter	01:45:42		
Kirschsieper, Lothar	01:46:37	3. Platz AK M 60	
Gast, Norbert	01:54:26		
11,3 km - Sengbachtalsperre			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Baehr, Teddy	01:00:57		
Frielingsdorf, Georg	01:00:59		
Gladbeck am 16.08.2009			
21,1 km - Sparkassenlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Koc, Ali	01:37:17		
Hessenbruch, Axel	01:46:59		
Monschau am 09.08.2009			
42,192 km - Run in Nature			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	03:34:08		
Schad, Thomas	03:41:53		
Kirschsieper, Lothar	03:47:09	2. Platz AK M 60	
Wolkowski, Karl- Heinz	04:06:29		
Nürburgring am 01.08.2009			
24 km - Run am Ring			

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Kirschsieper, Lothar	02:01:46	1. Platz AK M 60	
Schymanietz, Theo	02:05:00		
Leyendecker, Toni	02:05:10		
Koc, Ali	02:05:16		
Schnabel, Thomas	02:05:58		

Ratekau am 21.06.2009

15 km - Rund um Ratekau/Schleswig-Holstein

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Leyendecker, Toni	01:07:55		pers. Bestzeit

Waxweiler am 14.06.2009

42,192 km - Eifel-Marathon

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Raabe, Inge	03:43:36	3. Platz W gesamt	

Wuppertal am 13.06.2009

10 km - Sambatrassenlauf

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	00:41:37		

Duisburg am 07.06.2009

42,192 km - Rhein-Ruhr Marathon

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Echardt, Jochen	03:37:03		

Liechtenstein am 06.06.2009

42,192 km, 1800 Höhenmeter - 10. LGT Alpin Marathon

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schad, Thomas	04:18:13		
Raabe, Inge	04:47:14		
Sander, Uwe	04:50:34		
Dallmann, Frank	04:53:02		
Lihs, Siegfried	05:14:54		

25,4 km Halbmarathon plus

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
vom Wege, Frank	03:07:50		

Halver am 06.06.2009

10 km - Stadtlauf

Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	00:42:42		
Remscheid am 06.06.2009			
10 km - Citylauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Eschweiler, Markus	00:41:17		
Bäcker, Ralf	00:43:43		
Schymanietz, Theo	00:44:54		
Bonn am 31.05.2009			
34 km, 1200 Höhenmeter - Rheinsteigextremlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schad, Thomas	03:08:24		
Sander, Uwe	03:25:26		
Raabe, Inge	03:26:25	4. Platz W gesamt	
Wolkowski, Karl-Heinz	03:33:30		
Pfaffendorf am 16.05.2009			
21,1 km - RWE-Powerlauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Bangert, Anja	01:35:52	3. Platz W gesamt	
Düsseldorf am 03.05.2009			
42,192 km - Metro Group Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Kirtas, Sadet	03:12:17		
Baylan, Tefvik	03:13:07		
Raabe, Inge	03:19:09		
Breuer, Birgit	03:25:04		
Koc, Ali Haydar	03:27:08		pers. Bestzeit
Leyendecker, Toni	03:30:57		pers. Bestzeit
Hessenbruch, Axel	03:32:01		pers. Bestzeit
Bäcker, Ralf	03:35:27		
Gast, Norbert	04:11:07		
Wernigerode am 26.04.2009			
51 km - Harzquerung			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Kirschsieper,	05:02:23		

Lothar			
Wolkowski, Karl-Heinz	05:02:23		
Zürich am 26.04.2009			
42,192 km - Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	03:31:07		
Leipzig am 19.04.2009			
21,1 km - Halbmarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Werner, Herbert	01:32:41		
Schad, Thomas	01:33:46		
Raabe, Inge	01:39:34		
Dallmann, Frank	01:42:20		
Wolkowski, Karl-Heinz	02:13:14		
Porz am 19.04.2009			
10 km - Frühlingslauf			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Gast, Norbert	00:42:50		
Gummersbach am 18.04.2009			
10 km - Aggertalsperre			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schnabel, Thomas	00:42:27		
Weeze am 29.03.2010			
18 km - Fishermans Friend Strongmanrun			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Gast, Norbert	02:40:50		
Königsforst am 28.03.2009			
42,192 km - Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Kirschsieper, Lothar	03:53:32		
21,1 km - Halbmarathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schnabel, Thomas	01:38:52		
Sander, Uwe	01:39:47		
10 km			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Bangert, Anja	00:43:36	2. Platz	

Duisburg am 28.03.2009			
21,1 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Koc, Ali Haydar	01:37:46		pers. Bestzeit
Leyendecker, Toni	01:37:59		pers. Bestzeit
Schymanietz, Theo	01:39:11		pers. Bestzeit
Rodenkirchen am 21.03.2009			
21,1 km - Volkslauf TV Rodenkirchen			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Baylan, Tefvik	01:27:32		
Gast, Norbert	01:37:35		
Hattingen am 15.03.2009			
21,1 km - Railwayrun			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	01:36:02		
Wolkowski, Karl-Heinz	01:37:00		
Leverkusen am 01.03.2009			
10 km - Rund um das Bayerkreuz			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
vom Wege, Frank	00:44:51		
Baehr, Teddy	00:45:18		
Bad Salzuflen am 28.02.2009			
42,192 km - Marathon			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	03:42:40		
Wolkowski, Karl-Heinz	03:51:12		
Duisburg am 28.02.2009			
15 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schymanietz, Theo	01:08:03		pers. Bestzeit
Leyendecker, Toni	01:08:31		pers. Bestzeit
Koc, Ali Haydar	01:09:01		pers. Bestzeit
Refrath am 15.02.2009			
15 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen

Eschweiler, Markus	01:01:23		
Refrath am 01.02.2009			
10 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Eschweiler, Markus	00:40:26		
Duisburg am 31.01.2009			
10 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Schymanietz, Theo	00:44:15		pers. Bestzeit
Koc, Ali Haydar	00:45:13		pers. Bestzeit
Leyendecker, Toni	00:45:26		
Köln-Porz am 25.01.2009			
10 km - Winterlaufserie			
Name	Zeit	Platzierung	Bemerkungen
Sander, Uwe	00:44:58		