

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 1  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M20</b>							
1	8102	Leins Sebastian	Kölner Triathlon Team 01	1:12:59	M20	1	3:29 min/km
2	8077	Jungbluth Uwe	Kölner Triathlon Team 200	1:15:34	M20	3	3:36 min/km
3	8015	Brandenstein Frederik	*Essen	1:20:41	M20	8	3:51 min/km
4	8146	Roggemann Jan	*Köln	1:25:51	M20	28	4:05 min/km
5	8267	Lütkefent Jan	Runners Point Bonn	1:28:48	M20	40	4:14 min/km
6	8115	Müller André	SV 47 Mutscheid	1:30:42	M20	52	4:19 min/km
7	8391	Trautmann Georg	HTC Schwarz-Weiss-Bon	1:31:10	M20	59	4:20 min/km
8	8018	Breuer Tobias	KTF Renthof	1:32:46	M20	70	4:25 min/km
9	8105	Lohse Dr. Maik	SG Dynamo Dresden	1:35:42	M20	87	4:33 min/km
10	8291	Görner Christoph	Run^2 by Runners Point	1:35:42	M20	88	4:33 min/km
11	8153	Schilling Marcel	*Langenfeld	1:37:12	M20	98	4:38 min/km
12	8317	Tiffert Simon	*Köln	1:38:59	M20	105	4:43 min/km
13	8292	Ottmann Jörg	*Köln	1:41:01	M20	121	4:49 min/km
14	8104	Lochner Stefan	*Köln	1:42:59	M20	133	4:54 min/km
15	8132	Pieniak Dominik	*Essen	1:47:09	M20	152	5:06 min/km
16	8031	Eling Jörn	LG Kindelsberg	1:47:26	M20	155	5:07 min/km
17	8215	Mey Alexander	*Mechernich	1:50:00	M20	172	5:14 min/km
<b>Altersklasse Männer M30</b>							
1	8297	Franik Volker	LG Wuppertal	1:20:57	M30	9	3:51 min/km
2	8283	Cziommer Jürgen	FC Straberg	1:28:35	M30	39	4:13 min/km
3	8142	Reintzsch Ingo	Alfterer SC	1:30:47	M30	55	4:19 min/km
4	8318	Niemann Daniel	RT Wind Immobilien	1:30:57	M30	57	4:20 min/km
5	8289	Kirch Markus	Komm an	1:31:41	M30	62	4:22 min/km
6	8201	Wunderlich Rayk	*Köln	1:31:59	M30	64	4:23 min/km
7	8087	Klug Helmut	Dynamo Takufeld	1:33:05	M30	71	4:26 min/km
8	8152	Scherer Christian	*Bonn	1:34:57	M30	83	4:31 min/km
9	8295	Gatzen Harald	Central Team	1:35:47	M30	89	4:34 min/km
10	8116	Müller Mathias	*Bendorf	1:39:03	M30	107	4:43 min/km
11	8211	Buhl Michael	*München	1:39:51	M30	115	4:45 min/km
12	8296	Hambitzer Norbert	*Düsseldorf	1:41:27	M30	125	4:50 min/km
13	8306	Stotzem Thomas	*Bornheim	1:46:20	M30	149	5:04 min/km
14	8191	Wallach Michau	*Köln	1:47:11	M30	153	5:06 min/km
15	8013	Blodig Matthias	*Köln	1:48:08	M30	161	5:09 min/km
16	8143	Reschke Adam	*Meitingen	1:49:21	M30	166	5:12 min/km
17	8394	Schmidt Willi	RSV Euskirchen	1:49:59	M30	170	5:14 min/km
18	8037	Fey Andreas	Deutsche Rück Risk Runn	1:51:27	M30	178	5:18 min/km
19	8217	Trapp Markus	*Köln	1:58:20	M30	199	5:38 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 2  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M35</b>							
1	8308	Skopnik Manuel	TV Refrath	1:15:16	M35	2	3:35 min/km
2	8266	di Dio Salvatore	LKD Düsseldorf	1:18:41	M35	5	3:45 min/km
3	8108	Maiwald Holger	LT Rennhamster	1:22:11	M35	16	3:55 min/km
4	8093	Kunde Karsten	TSV Rönsahl	1:24:34	M35	22	4:02 min/km
5	8262	Elskamp Gregor	Central Team	1:24:38	M35	23	4:02 min/km
6	8309	Winkelmann Sven	LG Donatus Erfstadt	1:29:13	M35	44	4:15 min/km
7	8000	Adam Guido	LT TuS Meindorf	1:29:16	M35	45	4:15 min/km
8	8081	Kastner Frank	BSG Rheinpark e.V.	1:30:09	M35	49	4:18 min/km
9	8381	Paul Oliver	Lexxi TreamTrikot24.de	1:30:44	M35	53	4:19 min/km
10	8067	Hoffmann Sven	MV Schnecke	1:30:49	M35	56	4:19 min/km
11	8271	Schöller Robert	LC Euskirchen	1:31:00	M35	58	4:20 min/km
12	8170	Söntgen Michael Seisch	Gyros Komplett	1:32:22	M35	68	4:24 min/km
13	8168	Skrbinsek Daniel	P.A.C.S.-TEAM	1:33:17	M35	72	4:27 min/km
14	8313	Karrer Jens	LT Rennhamster	1:33:40	M35	74	4:28 min/km
15	8395	Joussen Dirk	Prof. Dr. Baum Team	1:33:44	M35	75	4:28 min/km
16	8212	Kerkhoff Gereon	MV Schnecke	1:33:52	M35	77	4:28 min/km
17	8069	Holst Stephan	BSG Rheinpark eV	1:35:06	M35	85	4:32 min/km
18	8039	Frebel Dr. Thomas	*Düsseldorf	1:37:02	M35	97	4:37 min/km
19	8006	Barkat Lars	*Köln	1:37:26	M35	100	4:38 min/km
20	8286	Hötzschild Rainer	1. FC Spich	1:40:59	M35	120	4:49 min/km
21	8051	Großbecker Patrick	*Köln	1:45:37	M35	144	5:02 min/km
22	8090	Krapohl Sven	*Köln	1:46:04	M35	147	5:03 min/km
23	8276	Höver Rene	SSF Bonn	1:47:31	M35	157	5:07 min/km
24	8012	Beumers Mark	*Köln	1:49:20	M35	165	5:12 min/km
25	8066	Hölzel Holger	*köln	1:49:22	M35	167	5:13 min/km
26	8282	Gremmel Jens	Veedelfighters.de	1:51:40	M35	181	5:19 min/km
27	8287	Ordon Roger	SV 47 Mutscheid	1:57:05	M35	192	5:35 min/km
28	8209	Fernandez Alberto	*Pulheim	2:00:08	M35	205	5:43 min/km
29	8205	Potreck Frank	*Wesseling	2:05:12	M35	210	5:58 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 3  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M40</b>							
1	8192	Warkentin Jens	*Köln	1:20:25	M40	7	3:50 min/km
2	8198	Willems Thomas	TuS Daun	1:20:59	M40	10	3:51 min/km
3	8190	Wagner Helmut	LG Donatus Erftstadt	1:21:48	M40	12	3:54 min/km
4	8003	Arey Paulos	LG Wuppertal	1:21:55	M40	13	3:54 min/km
5	8089	Koller Martin	TV Refrath	1:21:57	M40	14	3:54 min/km
6	8197	Wilkes Thorsten	LG Wuppertal	1:22:08	M40	15	3:55 min/km
7	8160	Schneider Thomas	LG RWE Power	1:22:39	M40	17	3:56 min/km
8	8098	Landsberg Hans-Peter	VFL Engelskirchen	1:22:47	M40	18	3:57 min/km
9	8047	Gläßer Harald	Laufmonster	1:23:22	M40	19	3:58 min/km
10	8072	Isigkeit Volker	LG Eintracht Frankfurt	1:23:26	M40	20	3:58 min/km
11	8025	Döhnert Rudi	Alfterer SC	1:24:24	M40	21	4:01 min/km
12	8210	Kiesel Bernd	Team Carver-Bikes.de	1:24:50	M40	24	4:02 min/km
13	8300	Kolodziej Ralf	BPW-Bergische-Achsen	1:24:53	M40	25	4:03 min/km
14	8120	Neiß Reiner	TuS Deuz (Siegerland)	1:25:06	M40	27	4:03 min/km
15	8382	Graf Andre	WSG Wiehl	1:26:06	M40	29	4:06 min/km
16	8216	Schneider Norbert	TuS Mechernich 1897	1:27:30	M40	31	4:10 min/km
17	8379	Baylan Tevfik	TURA Remscheid-Süd	1:27:32	M40	32	4:10 min/km
18	8310	Schneider Udo	LT TuS Meindorf	1:27:46	M40	34	4:11 min/km
19	8053	Guetinger Dr. Christoph	BSG Bund Berlin	1:28:03	M40	36	4:12 min/km
20	8038	Flommersfeld Torsten	*Düsseldorf	1:28:18	M40	37	4:12 min/km
21	8084	Kister Andreas	*Dortmund	1:28:55	M40	41	4:14 min/km
22	8079	Kannapinn Daniel	Joonas Jazz Paukkku	1:28:58	M40	42	4:14 min/km
23	8389	Mai Wolfgang	Tri Power Rhein-Sieg	1:30:14	M40	50	4:18 min/km
24	8011	Bergmann Martin	LC Euskirchen	1:31:23	M40	60	4:21 min/km
25	8307	Reuter Andreas	PSV Brühl Triathlon Team	1:31:50	M40	63	4:22 min/km
26	8040	Früchte Jens	SSF Bonn	1:32:05	M40	65	4:23 min/km
27	8057	Hamann Bert	LT TuS Meindorf	1:32:32	M40	69	4:24 min/km
28	8157	Schmielewski ----- Jens	-----	1:34:10	M40	78	4:29 min/km
29	8133	Pillatzke Robert	BSG Evonik-Wesseling	1:34:36	M40	79	4:30 min/km
30	8030	Eisermann Stephan	*Bornheim	1:34:39	M40	81	4:30 min/km
31	8275	van Son Arnout	*Alfter	1:34:58	M40	84	4:31 min/km
32	8122	Niekrawietz Peter	*Köln	1:36:40	M40	94	4:36 min/km
33	8396	Kosarik Matthias	Brühler TV 1879	1:36:43	M40	95	4:36 min/km
34	8411	Herzog Rainer	*Bonn	1:36:58	M40	96	4:37 min/km
35	8075	Jäger Frank	*Köln	1:38:32	M40	103	4:42 min/km
36	8032	Ellermann Dirk	Lokomotive Schänzchen E	1:39:37	M40	110	4:45 min/km
37	8035	Eyl Ansgar	LSC Maischeid	1:39:50	M40	114	4:45 min/km
38	8269	Pretorius Dirk	LG Donatus Erftstadt	1:39:53	M40	116	4:45 min/km
39	8392	Rehaag Dietmar	De Friedaachs Fründe	1:40:45	M40	118	4:48 min/km
40	8172	Speich Mike	Friesathlon	1:42:18	M40	131	4:52 min/km
41	8413	Enzenauer Rolf	Help-This-Man	1:44:15	M40	136	4:58 min/km
42	8023	Diedrichsen Guido	LT TuS Mondorf	1:44:24	M40	139	4:58 min/km
43	8281	Fischer Dieter	*Köln	1:45:38	M40	145	5:02 min/km
44	8159	Schneider Reiner	*Langenfeld	1:46:14	M40	148	5:04 min/km
45	8014	Boeck Oliver	*Köln	1:46:26	M40	150	5:04 min/km
46	8301	Carlé Thomas	*Köln	1:47:50	M40	159	5:08 min/km
47	8127	Pagers Sven	ESV Gremberghoven	1:50:00	M40	171	5:14 min/km
48	8403	Graunke Sascha	*Köln	1:50:18	M40	174	5:15 min/km
49	8288	Winkler Uwe	SV 09/35 Wermelskirchen	1:50:40	M40	176	5:16 min/km
50	8100	Laux Joachim	*Köln	1:51:39	M40	180	5:19 min/km
51	8414	Baldus Alexander	ESV Gremberghoven	1:53:14	M40	184	5:24 min/km
52	8412	Wolf Harald	1. Kölner Laufstall	1:53:54	M40	185	5:25 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 4  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M40</b>							
53	8005	Bach Herr Hauke	*Lohmar	1:54:42	M40	188	5:28 min/km
54	8196	Wieman Eric	SF-ET-Team	2:07:02	M40	214	6:03 min/km
55	8400	Eberhart Peter	*Köln	2:08:24	M40	216	6:07 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 5  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M45</b>							
1	8161	Schneider Thomas	SSG Königswinter	1:17:40	M45	4	3:42 min/km
2	8302	Claesges Michael	ASV-LT Kemperdick	1:18:56	M45	6	3:46 min/km
3	8405	Grütjen Joachim	TuS Schleidin	1:21:19	M45	11	3:52 min/km
4	8171	Sommershof Joachim	bronny.de-Team PSV Bon	1:24:59	M45	26	4:03 min/km
5	8386	Pritz Matthias	DJK Marienstatt	1:27:25	M45	30	4:10 min/km
6	8261	Becker Oliver	LAZ Puma Siegburg/Tro	1:27:43	M45	33	4:11 min/km
7	8280	Kleine Ingo	LT-TUS-Meindorf	1:28:01	M45	35	4:12 min/km
8	8393	Hausen Alexander	De Friedaachs Fründe	1:29:49	M45	46	4:17 min/km
9	8384	Blissenbach Gerd	SV Bergisch Gladbach	1:29:53	M45	47	4:17 min/km
10	8155	Schlüter Ralph	*Troisdorf	1:29:58	M45	48	4:17 min/km
11	8061	Heimbach Andreas	LG Kindelsberg	1:30:17	M45	51	4:18 min/km
12	8095	Kurth Frank	SV 47 Mutscheid	1:30:45	M45	54	4:19 min/km
13	8002	Arens Norbert	Merlin-Runners	1:32:15	M45	66	4:24 min/km
14	8404	Cramer Rüdiger	LC Euskirchen	1:33:18	M45	73	4:27 min/km
15	8175	Staschik Lothar	Brühler TV 1879	1:33:45	M45	76	4:28 min/km
16	8285	Dangendorf Armin	*Overath	1:34:38	M45	80	4:30 min/km
17	8390	Orth Günter	De Friedaachs Fründe	1:34:56	M45	82	4:31 min/km
18	8112	Metternich Michael	SSF Bonn	1:35:30	M45	86	4:33 min/km
19	8088	Knepper Michael	Marathon Mülheim	1:35:51	M45	90	4:34 min/km
20	8298	Hahn Helmut	SG-Neukirchen-Hülchrath	1:36:05	M45	91	4:35 min/km
21	8019	Burggraf Klaus	SV 47 Mutscheid	1:36:24	M45	92	4:35 min/km
22	8134	Podzus Horst	*Overath	1:37:17	M45	99	4:38 min/km
23	8380	Gast Norbert	TURA Remscheid Süd	1:37:35	M45	101	4:39 min/km
24	8009	Bebeniss Christoph	LG Donatus Ertstadt	1:37:47	M45	102	4:39 min/km
25	8138	Rasten Heinz	TV 1908 Neunkirchen	1:38:53	M45	104	4:43 min/km
26	8144	Riebold Lars	LT Rennhamster	1:38:59	M45	106	4:43 min/km
27	8185	Voith Michael	LT Mattlerbusch	1:39:42	M45	112	4:45 min/km
28	8409	Stiltz Frank	LT Hennef/Sieg	1:39:46	M45	113	4:45 min/km
29	8149	Sapin Jurij	*Köln	1:40:38	M45	117	4:48 min/km
30	8265	Wolber Kalle	Lucas Runners	1:41:14	M45	122	4:49 min/km
31	8270	Tenhaef Heinz-Gerd	TSV Weiss-Köln	1:41:27	M45	126	4:50 min/km
32	8141	Reinartz Michael	*Wachtberg	1:41:38	M45	127	4:50 min/km
33	8194	Werner Horst	*Köln	1:41:45	M45	128	4:51 min/km
34	8183	Voges Harry	*Leverkusen	1:42:10	M45	130	4:52 min/km
35	8156	Schmidtman Volker	*Köln	1:43:21	M45	134	4:55 min/km
36	8036	Feikus Alfred	Uz vesilibu runners	1:43:38	M45	135	4:56 min/km
37	8083	Kindel Norbert	Laufftreff Inde Hahn	1:44:17	M45	137	4:58 min/km
38	8182	Vitt Georg	TVE Netphen	1:44:21	M45	138	4:58 min/km
39	8388	Müller Rainer	Friedaachs Fründe	1:44:50	M45	143	4:60 min/km
40	8001	Ağan Kunter	1. Kölner Laufstall	1:45:56	M45	146	5:03 min/km
41	8319	Becker Hans-Jürgen	*Pulheim	1:48:33	M45	163	5:10 min/km
42	8164	Schul Walter	Cool Runnings Brühl	1:48:40	M45	164	5:11 min/km
43	7244	Wrana Claus	*Köln	1:49:58	M45	169	5:14 min/km
44	8378	Muehlhoff Martin	*Rösrath	1:50:56	M45	177	5:17 min/km
45	8044	Gerber Dr. Jürgen	*Köln	1:51:31	M45	179	5:19 min/km
46	8176	Thiemermann Norbert	*Weilerswist	1:51:46	M45	182	5:19 min/km
47	8130	Pekar Vladimir	*Düsseldorf	1:52:08	M45	183	5:20 min/km
48	8010	Berger Stefan	GSV Porz Köln	1:54:09	M45	186	5:26 min/km
49	8024	Diehl Roland	*Tiefenbach	1:55:21	M45	189	5:30 min/km
50	8218	Knieper Bernd	*Leverkusen	1:55:48	M45	190	5:31 min/km
51	8316	Schulte-Kleff Stefan	*Bergisch Gladbach	1:57:32	M45	196	5:36 min/km
52	8264	Ritter Lothar	*Köln	1:58:37	M45	200	5:39 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 6  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M45</b>							
53	8406	Heuschötter Klaus	Fifty Minutes	2:00:59	M45	206	5:46 min/km
54	8376	Rixen Wilfried	TSV Kenten Tischtennis	2:05:46	M45	212	5:59 min/km
55	8103	Leyendecker Matthias	GfD - EDV für OBI	2:08:09	M45	215	6:06 min/km
56	8070	Hostell Helmut	*Pulheim	2:10:15	M45	217	6:12 min/km
57	8181	Vidal Miguel	*Köln	2:12:38	M45	219	6:19 min/km
<b>Altersklasse Männer M50</b>							
1	8050	Grimm Werner	*Masserberg	1:28:18	M50	38	4:12 min/km
2	8174	Stader Dr. Florian	SSF Bonn	1:29:07	M50	43	4:15 min/km
3	8021	Dederichs Hans-Josef	SV 47 Mutscheid	1:32:17	M50	67	4:24 min/km
4	8208	Engel Klaus	Rennhamster	1:39:21	M50	108	4:44 min/km
5	8162	Schröder Lutz	Prammlers-Sofa.de	1:39:41	M50	111	4:45 min/km
6	8071	Hummelsheim Manfred	*Wesseling	1:40:58	M50	119	4:48 min/km
7	8311	Wengler Norbert	LT Schöllerhof	1:41:26	M50	124	4:50 min/km
8	8097	Lakenbrink Stefan	Grüne Lunge Weidenpesc	1:41:50	M50	129	4:51 min/km
9	8195	Werthenbach Klaus	LG Kindelsberg	1:42:38	M50	132	4:53 min/km
10	8398	Peikert Alexander	Brücker Lauffreunde	1:44:38	M50	140	4:59 min/km
11	8177	Toelkes Rudolf	LT Ennert Bonn e.V.	1:44:47	M50	141	4:59 min/km
12	8407	Sanri Osman	*Rösrath	1:44:50	M50	142	4:60 min/km
13	8279	Wüster Bernd	Tri Power Rhein-Sieg	1:47:56	M50	160	5:08 min/km
14	8125	Oppermann Axel	*Köln	1:50:04	M50	173	5:15 min/km
15	8294	Esters Paul	Laktatkönige Köln	1:50:34	M50	175	5:16 min/km
16	8163	Schuderer Gert	*Leipzig-Großpoesna	1:54:24	M50	187	5:27 min/km
17	8402	Thiele Wolfram	Alfterer SC	1:56:10	M50	191	5:32 min/km
18	8277	Weinrich Kay	TV 08 Lohmar	1:57:23	M50	194	5:35 min/km
19	8080	Kappe Dietmar	Uganda Waragi	1:57:46	M50	198	5:37 min/km
20	8029	Ebens Edmund	Krüger Running Team	1:58:56	M50	201	5:40 min/km
21	8278	Petermann Olaf	GM-Rennsteig LV	1:59:25	M50	204	5:41 min/km
22	8304	Thron Hans-Peter	ESV Gremberghoven	2:04:41	M50	208	5:56 min/km
23	8016	Breker Dirk	*Heinsberg	2:06:07	M50	213	6:00 min/km
24	8186	Volz Dipl. Ing Rainer	*Korb	2:12:28	M50	218	6:18 min/km
<b>Altersklasse Männer M55</b>							
1	8085	Klouth Gerd	LT TuS Mondorf	1:39:24	M55	109	4:44 min/km
2	8110	Marx Hubert	LG RWE Power	1:41:23	M55	123	4:50 min/km
3	8290	Pniewski Bernd	*Köln	1:47:29	M55	156	5:07 min/km
4	8408	Orth Hermann Josef	TV Hoffnunftthal	1:48:26	M55	162	5:10 min/km
5	8118	Münker Wolfgang	TVE Netphen	1:59:19	M55	202	5:41 min/km
6	8167	SILAH SAMI	*Köln	1:59:20	M55	203	5:41 min/km
<b>Altersklasse Männer M60</b>							
1	8043	Gellert Georg	*Bonn	1:36:25	M60	93	4:36 min/km
2	8045	Geus Karl-Heinz	*Frechen	1:46:41	M60	151	5:05 min/km
3	8272	Engelmann Dr. Udo	Urologische Klinik Uni Köl	1:47:22	M60	154	5:07 min/km
4	8074	Jaecel Heinz	*bad neuenahr-ahrweiler	1:49:55	M60	168	5:14 min/km
5	8377	Gröppel Frank	SC Pulheim	1:57:29	M60	195	5:36 min/km
6	8206	Schuder Bernd	*Köln	1:57:37	M60	197	5:36 min/km
7	8126	Oster Dr. Christoph	Kottenforst Antilopen	2:03:09	M60	207	5:52 min/km
8	8109	Maiwald Karl-Heinz	LT TB Hassels Düsseldorf	2:05:11	M60	209	5:58 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Männer

Seite 7  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Männer M65</b>							
1	8305	Steinke Gerhard	*Köln	1:57:22	M65	193	5:35 min/km
2	8007	Baum Dr. Clemens	*Bergisch Gladbach	2:05:14	M65	211	5:58 min/km
<b>Altersklasse Männer M70</b>							
1	8284	Müller Clemens	TuS Köln rrh.	1:47:44	M70	158	5:08 min/km

# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Frauen

Seite 8  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein*/Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Frauen W20</b>							
1	8312	Ahrens Ulrike	ESV Münster	1:29:02	W20	1	4:14 min/km
2	8129	Passens Julia	LT Schnecke Sonsbeck	1:36:52	W20	4	4:37 min/km
3	8169	Sladakovic Tijana	*Köln	1:37:16	W20	5	4:38 min/km
4	8017	Breker Judith	*Köln	1:52:49	W20	23	5:22 min/km
5	8214	Yildirim Jasmin	*Köln	1:57:13	W20	28	5:35 min/km
<b>Altersklasse Frauen W30</b>							
1	8314	Durry Simone	LT Rennhamster	1:42:00	W30	7	4:51 min/km
2	8094	Kunde Sabrina	TSV Rönsahl	1:47:33	W30	13	5:07 min/km
3	8293	Heinrich Sabine	Laktatkönige Köln	1:49:02	W30	15	5:12 min/km
4	8213	Wesener Meike	MV Schnecke	1:54:48	W30	26	5:28 min/km
5	8137	Rainer Annika	*Essen	2:46:56	W30	52	7:57 min/km
<b>Altersklasse Frauen W35</b>							
1	8184	Voges Kirstin	*Leverkusen	1:42:10	W35	8	4:52 min/km
2	8119	Negwer Ulrike	*Düsseldorf	1:42:39	W35	9	4:53 min/km
3	8383	Odor Karin	Lexxi Team Trikot24.de	1:50:11	W35	17	5:15 min/km
4	8200	Wüstenhöfer Marion	LG Kindelsberg	1:50:21	W35	18	5:15 min/km
5	8139	Reif Elke	*Hürth	1:57:30	W35	29	5:36 min/km
6	8004	Augstein Pia	*Koeln	1:57:52	W35	30	5:37 min/km
7	8020	Burggraf Pamela	SV 47 Mutscheid	2:03:52	W35	38	5:54 min/km
8	8054	Haase Petra	LG Kindelsberg	2:04:00	W35	39	5:54 min/km
9	8193	Wenke Anja	*Köln	2:05:01	W35	41	5:57 min/km
10	8068	Hollek Cornelia	jogmap	2:09:27	W35	45	6:10 min/km
<b>Altersklasse Frauen W40</b>							
1	8274	Staeres Anne	LG Trampeltier	1:32:34	W40	2	4:24 min/km
2	8111	Menke-Offermann Ruth	Lauftreff Inde Hahn	1:44:17	W40	10	4:58 min/km
3	8315	Meyer Heidi	SSF Bonn	1:47:32	W40	12	5:07 min/km
4	8204	Keeton Joanne	*Köln	1:48:23	W40	14	5:10 min/km
5	8180	Vidal Marina	*Köln	1:50:40	W40	19	5:16 min/km
6	8136	Profe Ines	*Köln	1:51:12	W40	20	5:18 min/km
7	8117	Müller Sabine	SV 47 Mutscheid	1:54:42	W40	25	5:28 min/km
8	8397	Ahrens Heike	BSG Stadt Köln	1:56:41	W40	27	5:33 min/km
9	8096	Kurth Martina	*Kerpen	1:59:35	W40	33	5:42 min/km
10	8022	Dericks Rita	*Düsseldorf	2:32:53	W40	51	7:17 min/km
<b>Altersklasse Frauen W45</b>							
1	8041	Gebehart Beate	LT Saaler Mühle	1:44:23	W45	11	4:58 min/km
2	8273	Flothkötter Maria	*Köln	1:50:06	W45	16	5:15 min/km
3	8124	Opitz Doris	LT TB Hassels Düsseldorf	1:51:56	W45	21	5:20 min/km
4	8033	Endrulat Ulrike	LT Paffrath	1:52:59	W45	24	5:23 min/km
5	8299	Mayer Dr. Beate	*Hürth	1:59:40	W45	34	5:42 min/km
6	8158	Schmitz Petra	*Köln	2:01:45	W45	35	5:48 min/km
7	8052	Grossmann Vera	*Köln	2:04:02	W45	40	5:54 min/km
8	8123	Novy Ulla	*Pulheim	2:10:15	W45	46	6:12 min/km
9	8058	Hamann Brigitta	*Bergisch Gladbach	2:10:40	W45	47	6:13 min/km
10	8187	Volz Regina	*Köln	2:12:28	W45	48	6:18 min/km
11	8263	Beyer Birgit	*Köln	2:12:32	W45	49	6:19 min/km



# 30. int. Volkslauf des TVR am 21. März 2009

## Halbmarathon

Frauen

Seite 9  
gedruckt 21.03.2009 17:28:32

AK-Platz	Nr.	Name Vorname	Verein/*Ort	Endzeit	AK	Total.	Geschwindigkeit
<b>Altersklasse Frauen W50</b>							
1	8178	Trippe Hiltrud	SV 47 Mutscheid	1:35:19	W50	3	4:32 min/km
2	8076	Jansen Dr. Marion	TSV Weiss-Köln	1:39:52	W50	6	4:45 min/km
3	8078	Kämpfer-Werthenbach Ch	LG Kindelsberg	1:52:41	W50	22	5:22 min/km
4	8150	Schäfer Christel	Erftschnecken	1:59:02	W50	32	5:40 min/km
5	8101	Lebeck Ingrid	Osterrather TV	2:02:29	W50	36	5:50 min/km
6	8008	Baur Sonja	LT TB Hassels Düsseldorf	2:05:11	W50	42	5:58 min/km
7	8042	Geilenkirchen Petra	GSV Porz Köln	2:05:25	W50	43	5:58 min/km
8	8064	Herrmann Marita	TUS 1882 Opladen	2:20:29	W50	50	6:41 min/km
<b>Altersklasse Frauen W55</b>							
1	8063	Heller Marlene	*Köln	2:02:35	W55	37	5:50 min/km
2	8056	Hajek Verena	*Köln	2:08:38	W55	44	6:08 min/km
<b>Altersklasse Frauen W65</b>							
1	8059	Hamann Herta	*Troisdorf	1:58:07	W65	31	5:37 min/km