

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Männlich****männliche Jugend U16**

1.	77	Silas Hartl		48:20	48:10
----	----	-------------	--	-------	-------

**männliche Jugend U20**

1.	53	Jonas Land	LAZ Puma Rhein-Sieg	34:48	34:47
----	----	------------	---------------------	-------	-------

**Männer**

1.	436	Julien Jeandree	Milers Colonia 2020	32:18	32:17
2.	435	Henri Bippus		36:12	36:11
3.	400	Max Frommann	TVR	39:01	38:56
4.	274	Daniel Vorster	ohne	44:26	44:19
5.	287	Michael Hermann		44:42	44:22
6.	1992	Hendrik Koch		48:48	48:34
7.	60	Robert Stolte	TSV Hochdahl	50:53	50:36
8.	294	Frederick Braun		59:22	58:58
9.	293	Jakob Fleischmann		1:08:18	1:07:54

**Senioren M30**

1.	23	Martin Schumacher	Bunert - Der Kölner Laufladen	34:27	34:26
2.	341	Tobias Esselborn	LC Euskirchen	34:53	34:52
3.	302	Michael Skiba	LHRunners	37:49	37:47
4.	91	Pascal Nabben		39:11	39:09
5.	2209	Sven Falkenberg		43:04	43:01
6.	33	Sascha Schwert	BSG RWE Veredlung	43:10	43:06
7.	218	Puya Kleine	KTT01	43:13	43:07
8.	216	Lukas Zwingmann	KTT01	43:13	43:07
9.	215	Christian Kirschner	KTT01	43:13	43:08
10.	123	Matthias Schlösser		43:37	43:30
11.	267	Mario Schaafstall		45:00	44:51
12.	98	Max Tjong-Ayong		47:42	47:32
13.	36	Sebastian Bungarten		47:55	47:51
14.	309	Marcel Beyer	-	48:44	48:22
15.	162	Marcus Braun	Bauhaus	49:20	49:19
16.	217	Lennert Steinhoff	KTT01	53:50	53:44

**Senioren M35**

1.	380	Oliver Baumert	#iamsport	36:46	36:41
2.	137	Nico Dannenberg	ASG Elsdorf	37:16	37:14
3.	298	Fabian Schuster		40:49	40:48
4.	279	Sebastian Stiller		41:36	41:33
5.	45	Andre Meurer	RTC Frechen 80 ev.	43:25	43:21
6.	125	Denis Heiden		43:52	43:37

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Männlich****Senioren M35**

7.	121	Alex Diener		45:04	44:49
8.	209	Patrick Petersdorf	GVG-Laufteam	45:11	44:58
9.	306	Sascha Masciotti		50:08	50:00
10.	187	Sebastian Jontza		52:21	52:06
11.	233	Robert Drosdek	Brömmelhaupt	56:14	55:53
12.	440	Elias Haraqj		56:30	56:21
13.	246	Eric Ifebunandu	KTT01	1:11:29	1:11:22

**Senioren M40**

1.	347	Guido Wahl	Brühler TV 1879	37:53	37:51
2.	41	Mirko Wasgien	Traum(a)-Run-Team Frechen	43:26	43:15
3.	244	Daniel Fink	Brömmelhaupt	43:34	43:30
4.	34	Ugur Cicek		46:06	45:51
5.	437	Lars Walder		49:28	49:22
6.	378	Niklas Schlich	GVG-Laufteam	50:40	50:22
7.	416	Eike Baumann	Via-Intelli	52:40	52:16
8.	291	Jens Dräger		53:29	53:12
9.	195	Thorsten Deusing	GVG-Laufteam	59:27	59:10
10.	3778	Sascha Bohn		1:01:22	1:01:04

**Senioren M45**

1.	308	Sander Zwegers		39:01	38:58
2.	379	Tarik Yüksel	Hersel	39:52	39:47
3.	533	Adrian Marek	Hürth	44:24	44:15
4.	344	Markus Höterkes	LSG Eschweiler	45:08	44:59
5.	163	Dirk Spohr	Bauhaus	45:56	45:38
6.	382	Thomas Pawlik	BSG Evonik Wesseling e.V.	47:14	47:06
7.	409	Heiko Jansen		47:23	47:17
8.	536	Martin Jekel	Bürgergarde "blau-gold" von 1904 e.V. Köln	51:13	51:02
9.	434	Dieter Derigs	BSG Postbank Köln	52:17	51:51
10.	401	Herbert Möckel	KT 43 Köln	52:23	52:17
11.	144	Sven Kuhl	GVG-Laufteam	52:24	52:18
12.	12	Mario Lode	Lode Runners	53:20	52:58

**Senioren M50**

1.	122	Thomas Schneider	LG RWE Power	36:41	36:40
2.	16	Dirk Hagelberg		47:04	46:57
3.	531	Thomas Waldforst		47:51	47:24
4.	326	Frank Hövel	GVG-Laufteam	50:20	50:08
5.	431	Fabrizio Cau		50:25	49:57
6.	1970	Thomas Reich	#LaufwunderAppelhülsen	51:26	51:15

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Männlich****Senioren M50**

7.	188	Andreas Wierk	GVG-Laufteam	51:54	51:28
8.	359	Leonardo Rubino		53:53	53:27
9.	423	Michael Holtey	Fronrunners Cologne	54:33	54:08
10.	58	Ralf Nolden		55:06	55:03
11.	271	Michael Gerards	ohne	55:50	55:38
12.	20	Ralph Oberzier		56:23	55:58
13.	1367	Michael Czock	Schäl Sick Klüngel	56:55	56:32
14.	245	Rainer Müller	Brömmelhaupt	58:39	58:19

**Senioren M55**

1.	143	Ian Emmett	SCB Horrem	39:18	39:15
2.	259	Thorsten Treptow	ASC Kronach	42:28	42:23
3.	284	Wolfgang Mödder	Body Check Laufteam	44:06	43:56
4.	428	Andreas Kuckert		45:10	45:06
5.	346	Ralf Kniebeler	Marathon-Club Eschweiler	45:14	45:05
6.	278	Dieter Westphal	RC Schmitter	46:05	45:52
7.	135	Stephan Eisermann	Team Erdinger Alkoholfrei	46:24	46:20
8.	223	Franz-Josef Reiff	GVG-Laufteam	47:04	47:00
9.	268	Andreas Linden		47:12	47:10
10.	140	Max Gmähle	GVG-Laufteam	47:38	47:34
11.	6	Willi Küpper		48:37	48:15
12.	226	Frank Schöneck	GVG-Laufteam	49:34	49:18
13.	525	Ralf Surma		49:45	49:38
14.	270	Rainer Ptassek	Sporting, Mülheim	49:50	49:43
15.	315	Jochen Link		50:28	50:17
16.	178	Marcus Kohlstrung	GVG-Laufteam	51:57	51:38
17.	219	Detlev Greb		53:29	53:04
18.	243	Frank Eichhorst	Brömmelhaupt	54:46	54:26
19.	240	Jürgen Baatzsch	Brömmelhaupt	56:14	56:05
20.	64	Guido Witt	FC Bayern Fan Club Bonn	56:43	56:34
21.	73	Jörg Meyer zu Altenschildesche	TV Erkelenz	58:05	57:51
22.	381	Schwellenbach Karl	GVG2021LAUFTEAM	58:20	58:15
23.	399	Frank Linde		58:47	58:32

**Senioren M60**

1.	182	Erwin Schuchmann	GVG-Laufteam	44:12	44:07
2.	275	Jürgen Bippus		47:54	47:43
3.	311	Klaus Baum	Lahm Söck	48:02	47:52
4.	198	Ralf Wenz	GVG-Laufteam	48:14	48:02
5.	299	Winfried Dittrich	SCB Horrem	49:56	49:32
6.	197	Dirk Gaßmüller	GVG-Laufteam	51:03	50:47

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Männlich****Senioren M60**

7.	415	Horst Podzus		51:44	51:29
8.	199	Mario Rosso	GVG-Laufteam	53:49	53:24
9.	192	Ronald Schulze	GVG-Laufteam	54:00	53:49
10.	403	Hans Peter Schumacher		58:09	57:56
11.	136	Markus Ferdinand	BSG Airflow	1:00:35	1:00:23
12.	432	Holger Breidenbach		1:05:14	1:04:54
13.	221	Udo Ommer	GVG Lauf Team	1:09:15	1:08:53

**Senioren M65**

1.	537	Johannes Trimborn	GVG	54:31	54:03
2.	56	Axel Röhrkasten		55:33	55:18
3.	292	Wolfgang Dresbach	Lauftreff Decksteiner Weiher	58:48	58:23
4.	389	Heinz Kleinsorg	TuS Könisdorf	59:00	58:43
5.	529	Harrie Hamers	Vicht	1:01:09	1:01:01
6.	383	Walter Jäger	GVG-Laufteam	1:02:58	1:02:37

**Senioren M70**

1.	69	Manfred Aretz		51:59	51:40
2.	528	Wolfgang Stiller		59:04	59:00

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Weiblich****weibliche Jugend U20**

1.	392	Stefanie Schmidt		49:53	49:44
2.	273	Michelle Gerards	ohne	50:53	50:47
3.	396	Anna Maria Hoppe		53:47	53:39

**Frauen**

1.	391	Leonie Rüter		52:41	52:33
2.	108	Clara Wördenweber		55:18	55:08
3.	19	Jelena Herling	Decathlon Köln	57:12	56:58
4.	208	Jessica Esseln	Amazonencorps Frechen	1:01:33	1:01:12
5.	222	Annika Ommer	GVG Lauf Team	1:09:15	1:08:53

**Seniorinnen W30**

1.	348	Katharina Deutzmann	Southern Oregon Runners	45:24	45:16
2.	179	Johanna Braun	GVG-Laufteam	47:50	47:36
3.	118	Meggi Hansen		48:32	48:16
4.	253	Sandra Dorf	Brooks Run Happy Team	49:22	49:14
5.	390	Katja Schmitz	TV Rodenkirchen Triathlon	53:57	53:43
6.	411	Caro Hötgen	Tricologne	55:20	55:04
7.	132	Alexandra Marie Krieg		56:55	56:32
8.	211	Katja Strobel	GVG-Laufteam	1:08:18	1:07:59
9.	161	Vicky Handwerker	Bauhaus	1:10:10	1:10:06

**Seniorinnen W35**

1.	119	Anna Köster		46:33	46:18
2.	262	Marina Moldenhauer	FR-Training	49:30	49:17
3.	194	Angelina Deusing	GVG-Laufteam	59:27	59:10

**Seniorinnen W40**

1.	266	Daniela Schirner	GVG-Laufteam	49:28	49:06
2.	47	Liisa Eßer		49:49	49:25
3.	210	Anja Peters	GVG-Laufteam	52:20	52:01
4.	7	Sabrina Davey	SCB Horrem	55:15	54:50
5.	126	Anna Pritschkat		55:17	54:54
6.	272	Sandra Gerards	ohne	55:50	55:38
7.	360	Eleni Douka Eleni		56:01	55:35
8.	261	Simone Höterkes	HSG Euskirchen	56:16	56:06

**Seniorinnen W45**

1.	397	Julia Elis	TV Rodenkirchen Triathlon	51:36	51:22
2.	402	Karen Scharnigg	TV Rodenkirchen Triathlon	53:57	53:43
3.	109	Tanja Bellinghausen		59:05	58:37

**Ergebnisse Altersklassen**

Pl.	Stnr.	Name	Verein	Zeit	Netto
-----	-------	------	--------	------	-------

**10 km Volkslauf****Weiblich****Seniorinnen W50**

1.	313	Sandra Sachs	LG Wuppertal	41:50	41:44
2.	398	Sabine Elias	TV Rodenkirchen	50:26	50:12
3.	116	Jennifer Springer	TSV Bayer04 Leverkusen	50:58	50:45
4.	285	Gudrun Breuer-Federwisch	Tricamp	57:59	57:40
5.	180	Silvia Körtgen	GVG-Laufteam	58:49	58:35

**Seniorinnen W55**

1.	404	Marion Opuchlik-Schumacher		57:59	57:47
2.	312	Andrea Baum Horstmann	Lahm Söck	58:05	57:54

**Seniorinnen W60**

1.	117	Verena Martius-Schmidt		1:02:07	1:01:43
2.	59	Kerstin Keil		1:02:12	1:01:48
3.	196	Marlene Gaßmüller	GVG-Laufteam	1:05:31	1:05:15

**Seniorinnen W65**

1.	225	Marianne Schöneck	GVG-Laufteam	1:05:50	1:05:33
----	-----	-------------------	--------------	---------	---------

**Seniorinnen W70**

1.	183	Barbara Schuchmann	GVG-Laufteam	59:04	58:47
----	-----	--------------------	--------------	-------	-------