



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Männer

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein*/Ort	AK-PI	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
1	132	Gehlsdorf, Jörg	83	DEU	LG Lahn Aar Esterau	1	0:04:10	0:04:09	0:04:10	0:15:37	0:15:37	19,21
2	1	Sauter, Tobias	83	DEU	seamed	2	0:04:10	0:04:09	0:04:10	0:15:39	0:15:39	19,17
3	359	Jeandre, Julien	94	DEU	Triathlon TuS Ahrweiler	1	0:04:09	0:04:10	0:04:10	0:15:41	0:15:39	19,15
4	3	Rötsch, Christian	78	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	1	0:04:10	0:04:13	0:04:22	0:16:11	0:16:10	18,56
5	117	Bock, Christian	92	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	1	0:04:10	0:04:13	0:04:28	0:16:17	0:16:16	18,44
6	295	Martin, Marcel	87	DEU	Running Team Bad Ems	3	0:04:10	0:04:19	0:04:32	0:16:19	0:16:18	18,40
7	273	Schweikert, Markus	94	DEU	LG Maifeld-Pellenz	2	0:04:11	0:04:18	0:04:32	0:16:27	0:16:26	18,25
8	361	Zyciara, Marvin	96	DEU	Triathlon TuS Ahrweiler	3	0:04:11	0:04:25	0:04:33	0:16:49	0:16:48	17,85
9	176	Holbach, Fabian	93	D	Kant-Gymnasium Boppard	2	0:04:21	0:04:33	0:04:32	0:17:02	0:17:00	17,64
10	11	Becker, Wolfgang	61	DEU	DauerPower Bad Ems	1	0:04:21	0:04:34	0:04:38	0:17:15	0:17:14	17,41
11	4	Boch, Volker	76	DEU	Tus Horn/Marktapotheke Bopp	1	0:04:13	0:04:36	0:04:49	0:17:22	0:17:21	17,29
12	150	Eder, Torsten	91	DEU	X-Sport Kastellaun	4	0:04:28	0:04:39	0:03:59	0:17:31	0:17:29	17,16
13	12	Scherer, Stefan	81	DEU	VfR Simmern	2	0:04:29	0:04:39	0:04:43	0:17:31	0:17:29	17,14
14	373	Hergenröder, Andre	82	DEU	VfR Simmern	5	0:04:28	0:04:39	0:04:43	0:17:41	0:17:39	17,00
15	52	Müller, Dirk	68	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	1	0:04:31	0:04:42	0:04:50	0:17:42	0:17:41	16,96
16	270	Christ, Peter	64	DEU	X-Sport Kastellaun	1	0:04:31	0:04:42	0:04:50	0:17:44	0:17:42	16,94
17	16	Klein, Matthias	66	DEU	TSV Cappel	2	0:04:41	0:04:43	0:04:47	0:17:51	0:17:49	16,83
18	346	Dingeldein, Stefan	80	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	3	0:04:21	0:04:47	0:04:53	0:17:57	0:17:55	16,73
19	370	Schluenkes, Michael	75	DEU	SRL Triathlon Koblenz	2	0:04:35	0:04:47	0:04:49	0:17:59	0:17:56	16,73
20	331	Neuburger, Matthias	74	DEU	LG Bambule	3	0:04:40	0:04:50	0:04:52	0:18:00	0:17:59	16,68
21	312	Lehmann, Jens	76	DEU	X-Sport Kastellaun	4	0:04:28	0:04:40	0:04:55	0:18:02	0:17:59	16,67
22	278	Krzywik, Raimund	64	DEU	LF Naheland Bad Kreuznach	3	0:04:29	0:04:50	0:04:59	0:18:07	0:18:06	16,57
23	15	Hammen, Joachim	68	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	2	0:04:43	0:04:51	0:04:51	0:18:09	0:18:07	16,56
24	348	Schmelzeisen, Markus	69	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	3	0:04:39	0:04:50	0:04:53	0:18:10	0:18:07	16,55
25	53	Kremer, Dirk	67	DEU	SRL Triathlon Koblenz	4	0:04:35	0:04:47	0:04:56	0:18:11	0:18:08	16,53
26	285	Caspar, Markus	65	DEU	Hunsrück Marathon	4	0:04:50	0:04:57	0:04:54	0:18:17	0:18:14	16,44
27	374	Lesniak, Marco	78	DEU	Gesundheitszentrum Hunsrüc	4	0:04:38	0:04:52	0:04:59	0:18:18	0:18:16	16,42
28	96	Michels, Holger	72	DEU	BOMAG	5	0:04:35	0:04:54	0:05:00	0:18:30	0:18:27	16,25
29	288	Jakobs, Michael	70	DEU	TUS Gödenroth	5	0:04:45	0:05:00	0:05:03	0:18:43	0:18:40	16,07
30	377	Frohwein, Jörg	66	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	5	0:04:41	0:05:04	0:05:11	0:18:55	0:18:52	15,90
31	189	Emmes, Simon	95	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	4	0:04:55	0:05:09	0:05:04	0:18:57	0:18:53	15,88
32	302	Staab, Walter	59	DEU	Running Team Bad Ems	2	0:04:47	0:05:02	0:05:10	0:18:55	0:18:53	15,88
33	88	Horstmann, Christian	80	DEU	BOMAG	5	0:04:40	0:04:59	0:05:17	0:18:57	0:18:54	15,87
33	400	Weber, Philipp	75	DEU	Mutterhaus Trier	6	0:04:50	0:05:01	0:05:09	0:18:54	0:18:54	15,87
35	46	Braumann, Oskar	68	DEU	PST-TRIER	6	0:04:54	0:05:00	0:05:07	0:18:57	0:18:55	15,85
36	418	Boecher, Peter	78	DEU	VLG Eisenbach	6	0:04:50	0:04:59	0:05:08	0:19:01	0:18:56	15,83
37	258	Storr, Wilhelm	54	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	1	0:04:53	0:05:01	0:05:08	0:19:00	0:19:00	15,78
38	313	Frank, Holger	69	DEU	LT RS	7	0:04:51	0:05:04	0:05:10	0:19:07	0:19:05	15,71
39	347	Pietrusky, Daniel	84	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	6	0:04:52	0:05:06	0:05:11	0:19:10	0:19:07	15,68
40	276	Kemmer, Andreas	79	DEU	VfR Simmern Tri	7	0:04:42	0:05:07	0:05:16	0:19:12	0:19:08	15,68
41	381	Schäfer, Michael	71	DEU	SV Eintracht Oppenheim	8	0:04:45	0:05:04	0:05:18	0:19:12	0:19:08	15,67
42	385	Walita, Sasch	73	DEU	LF Naheland Bad Kreuznach	7	0:04:47	0:05:05	0:05:15	0:19:14	0:19:10	15,65
43	335	Zimmermann, Andreas	62	DEU	Speck-weg Spabrücken	6	0:04:50	0:05:05	0:05:12	0:19:16	0:19:11	15,63
44	395	Friesenhan, Christoph	88	DEU	SV Niederburg	7	0:04:43	0:05:05	0:05:24	0:19:21	0:19:15	15,58
45	345	Hahn, Rolf	83	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	8	0:04:37	0:05:13	0:05:24	0:19:17	0:19:15	15,58
46	21	Diesler, Friedel	65	DEU	Spay	7	0:04:49	0:05:07	0:05:18	0:19:19	0:19:16	15,56
47	130	Hirt, Frank	72	DEU	X-Sport Kastellaun	8	0:04:55	0:05:08	0:05:15	0:19:22	0:19:18	15,54
48	233	Dommershausen, Frank	71	D	Bethesda-Mix	9	0:04:53	0:05:07	0:05:11	0:19:27	0:19:18	15,54
49	65	Sauborn, Stephan	69	DEU	LT Horn-Laubach	10	0:04:53	0:05:07	0:05:18	0:19:23	0:19:23	15,47
50	113	Jannermann, Niklas	95	DEU	Realschule Marienberg	5	0:04:56	0:05:11	0:05:19	0:19:34	0:19:29	15,40
51	271	Andrae, Wolfram	71	DEU	Hunsrück Marathon e.V.	11	0:04:57	0:05:07	0:05:18	0:19:31	0:19:29	15,39
52	218	Nachtsheim, Kai	76	D	Bethesda-Mix	9	0:04:52	0:05:05	0:05:20	0:19:38	0:19:33	15,34
53	112	Rüdel, Lennart	96	DEU	Realschule Marienberg	6	0:04:57	0:05:11	0:05:19	0:19:40	0:19:36	15,30
54	67	Berke, Martin	63	DEU	*Boppard	8	0:04:57	0:05:13	0:05:23	0:19:41	0:19:39	15,26
55	365	Geisler, Hermann-Josef	62	DEU	Lahnstein	9	0:05:00	0:05:15	0:05:23	0:19:50	0:19:47	15,15
56	151	Groß, Peter	60	DEU	Gesundheitszentrum Kastell	3	0:05:17	0:05:14	0:05:20	0:19:55	0:19:55	15,06
57	44	Dix, Eckhard	65	DEU	TuS Altweidelbach	10	0:04:55	0:05:18	0:05:28	0:19:59	0:19:56	15,05
58	255	Klauer, Marten	95	D	LG Boppard - Bad Salzig	7	0:04:56	0:05:14	0:05:35	0:20:09	0:20:05	14,94
59	344	Kroell, Soeren	80	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	8	0:04:53	0:05:19	0:05:33	0:20:15	0:20:12	14,84
60	231	Pabst, Jörn	64	D	Bethesda-Mix	11	0:05:00	0:05:21	0:05:37	0:20:21	0:20:15	14,80
61	249	Falkenbach, Frank	77	D	VLG Eisenbach	9	0:04:52	0:05:24	0:05:41	0:20:19	0:20:16	14,80
62	180	Bartmann, Christoph	65	DEU	Spayer Boxelöfter	12	0:05:01	0:05:27	0:05:35	0:20:19	0:20:16	14,80
63	372	Hennes, Frank	73	DEU	TSV Bullay-Alf	10	0:05:14	0:05:24	0:05:31	0:20:29	0:20:17	14,78
64	246	Kraemer, Thomas	66	DEU	Meddys LWT Koblenz	13	0:05:16	0:05:18	0:05:32	0:20:24	0:20:19	14,76
65	314	Plé, Paul	63	DEU	LT Untermosel	14	0:05:03	0:05:17	0:05:25	0:20:32	0:20:26	14,68
66	172	Nass, David	92	D	Kant-Gymnasium Boppard	3	0:05:39	0:05:31	0:05:22	0:20:39	0:20:29	14,64
67	275	Schnieders, Bastian	97	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	8	0:05:01	0:05:30	0:05:44	0:20:31	0:20:30	14,62
68	25	Nagel, Michael	49	DEU	Hunsrück Marathon e.V.	1	0:05:08	0:05:28	0:05:37	0:20:35	0:20:32	14,61



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Männer

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	AK-PI	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
69	94	Adam, Sebastian	88	DEU	BOMAG	9	0:04:54	0:05:31	0:05:58	0:20:42	0:20:39	14,52
70	124	Hellwig, Benno	61	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	4	0:05:29	0:05:31	0:05:27	0:21:14	0:20:41	14,50
71	397	Grabmer, Egon	50	DEU	*Neuwied	2	0:05:08	0:05:39	0:05:39	0:20:43	0:20:43	14,48
72	175	Joswig, Julian-Bela	93	D	Kant-Gymnasium Boppard	4	0:04:53	0:05:36	0:05:48	0:20:47	0:20:43	14,48
73	403	Adams, Klaus	58	DEU	Runnung Team Bad Ems	5	0:05:15	0:05:30	0:05:40	0:20:50	0:20:46	14,44
74	87	Berns, Karl-Heinz	69	DEU	BOMAG	12	0:05:11	0:05:29	0:05:38	0:20:56	0:20:46	14,44
75	40	Adam, Frank	71	DEU	*St. Goar	13	0:05:21	0:05:31	0:05:38	0:20:56	0:20:46	14,44
76	178	Zinser, Marco	75	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	11	0:05:17	0:05:38	0:05:42	0:20:58	0:20:51	14,38
77	324	Stölting, Manfred	54	DEU	seamed	2	0:05:34	0:05:32	0:05:36	0:20:52	0:20:52	14,37
78	414	Michaelis, Lennart	80	DEU	Ruderclub Germania Boppard	10	0:05:21	0:05:33	0:05:42	0:21:01	0:20:53	14,36
79	63	Göttsching, Stefan	87	DEU	TuS 1921 Ellern	10	0:05:28	0:05:36	0:05:45	0:21:11	0:20:54	14,35
80	196	Hofmann, Friedhelm	65	DEU	DLR Simmern	15	0:05:23	0:05:34	0:05:39	0:21:03	0:20:54	14,35
81	277	Mersch, Jens	92	DEU	*Kastellaun	5	0:05:10	0:05:38	0:05:54	0:21:01	0:20:59	14,29
82	39	Hennig, Wolfgang	70	DEU	TG Boppard	14	0:05:13	0:05:37	0:05:47	0:21:09	0:21:03	14,24
83	291	Geiß, Tobias	76	DEU	GZH Kastellaun	12	0:05:10	0:05:38	0:05:54	0:21:06	0:21:04	14,24
84	316	Meixner, Dieter	44	DEU	1. FC Kaiserslautern	1	0:05:30	0:05:32	0:05:39	0:21:10	0:21:05	14,23
85	396	Hellwig, Sven	93	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	6	0:05:39	0:05:31	0:05:36	0:21:15	0:21:05	14,23
86	242	Moskopp, Ulli	86	DEU	Edelhasen	11	0:05:09	0:05:36	0:05:56	0:21:11	0:21:05	14,22
87	243	Sauerwein, Tim	87	D	Edelhasen	12	0:05:04	0:05:35	0:06:02	0:21:11	0:21:06	14,21
88	389	Backhaus, Peter	63	DEU	GZH-Hunsrück	16	0:05:17	0:05:35	0:05:48	0:21:14	0:21:08	14,19
89	339	Gröger, Wilfried	56	DEU	TUS Roland Brey	3	0:05:12	0:05:40	0:05:50	0:21:13	0:21:08	14,19
90	103	Köhn, Kevin	97	DEU	TuS Horn	9	0:05:16	0:05:35	0:05:46	0:21:14	0:21:13	14,14
91	123	Schmuck, Tobias S.	78	DEU	Team Erdinger Alkoholfrei	11	0:05:27	0:05:39	0:05:40	0:21:14	0:21:14	14,12
92	106	Herbach, Thomas	59	DEU	LLG Wonnegau	6	0:05:12	0:05:39	0:05:52	0:21:20	0:21:14	14,12
93	76	Reuter, Jan	89	DEU	TuS Kirchberg	13	0:05:35	0:05:44	0:05:56	0:21:40	0:21:20	14,06
94	404	Schneider, Günter	68	DEU	TSV Emmelshausen	15	0:05:17	0:05:42	0:05:55	0:21:25	0:21:21	14,05
95	296	Neuhaus, Gunter	62	DEU	Running Team Bad Ems	17	0:05:26	0:05:48	0:05:46	0:21:30	0:21:25	14,00
96	155	Kemp, Hans Joachim	63	D	LG Boppard - Bad Salzig	18	0:05:46	0:05:45	0:05:45	0:21:53	0:21:26	13,99
97	33	Willnecker, Georg	31	DEU	SV Urmitz	1	0:07:42	0:07:53	0:07:44	0:21:40	0:21:30	13,95
98	139	Link, Uwe	68	DEU	Lauftreff Siebenborn	16	0:05:38	0:05:47	0:05:46	0:21:41	0:21:32	13,93
99	317	Gentner, Jörg	72	DEU	Schängel Express	13	0:05:16	0:05:35	0:06:00	0:21:46	0:21:39	13,85
100	408	Metz, Kai	73	DEU	TuS Horn	14	0:05:42	0:05:42	0:05:47	0:21:53	0:21:42	13,81
101	279	Schulz, Heinz	57	DEU	LT Horn-Laubach	7	0:05:52	0:05:41	0:05:44	0:21:55	0:21:47	13,77
102	8	Dürr, Alexander	64	DEU	*Koblenz	19	0:05:19	0:05:46	0:05:59	0:21:52	0:21:47	13,76
103	140	Link, Ralf	67	DEU	Lauftreff Siebenborn	17	0:05:38	0:05:48	0:06:01	0:22:01	0:21:52	13,71
104	210	Narzareus, Hardy	95	DEU	Helene-Pages-Schule	10	0:04:43	0:05:53	0:06:33	0:21:54	0:21:53	13,70
105	100	Weber, Thomas	69	DEU	TuS Horn	18	0:05:44	0:05:53	0:05:55	0:22:06	0:21:54	13,69
106	27	Schmidt, Frank	67	DEU	AOK Simmern	19	0:05:41	0:05:45	0:05:59	0:22:06	0:21:55	13,69
107	350	Lipkowski, Christian	71	DEU	*Boppard	20	0:05:52	0:05:50	0:05:48	0:22:10	0:22:00	13,63
108	282	Göbel, Rainer	65	DEU	x-Sport-Kastellaun	20	0:05:45	0:05:52	0:06:03	0:22:13	0:22:04	13,59
109	91	Liesenfeld, Frank	71	DEU	BOMAG	21	0:06:01	0:05:47	0:05:50	0:22:21	0:22:06	13,57
110	141	Henrich, Wolfgang	64	DEU	*Kastellaun	21	0:05:46	0:05:52	0:05:58	0:22:19	0:22:08	13,55
111	134	Haas, Robin	93	DEU	Fit und Frey	7	0:06:27	0:05:49	0:05:52	0:22:43	0:22:15	13,47
112	179	Steinert, Frank	65	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	22	0:05:31	0:05:54	0:06:05	0:22:23	0:22:16	13,47
113	409	Rüdel, Markus	62	DEU	Schüddel-Combo	23	0:05:56	0:05:43	0:05:55	0:22:41	0:22:16	13,46
114	416	Wagner, Tobias	95	DEU	Kant Gymnasium Boppard	11	0:06:04	0:05:40	0:05:55	0:22:19	0:22:19	13,44
115	394	Wolf, Norbert	56	DEU	SV-Buch	4	0:05:29	0:06:06	0:06:11	0:22:23	0:22:19	13,44
116	232	Bleidt, Werner	55	D	Bethesda-Mix	5	0:05:43	0:05:56	0:06:03	0:22:30	0:22:21	13,42
117	57	Linse, Maximilian	90	DEU	*Boppard	14	0:05:48	0:05:42	0:06:05	0:22:47	0:22:22	13,41
118	118	Gröning, Sebastian	92	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	8	0:05:33	0:05:50	0:06:11	0:22:40	0:22:25	13,38
119	58	Nickenig, Thomas	67	DEU	*Boppard	22	0:05:24	0:06:00	0:06:12	0:22:34	0:22:28	13,35
120	56	Mäurer, Berthold	63	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	24	0:05:51	0:05:59	0:05:58	0:22:41	0:22:30	13,33
121	393	Braun, Heinz	63	DEU	SV Buch	25	0:05:48	0:05:59	0:06:02	0:22:37	0:22:31	13,32
122	121	Scherzinger, Georg	59	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	8	0:05:57	0:05:55	0:06:02	0:23:01	0:22:32	13,31
123	193	Böhm, Markus	70	DEU	*Emmelshausen	23	0:05:26	0:06:03	0:06:15	0:22:37	0:22:33	13,30
124	78	Tries, Frederik	01	DEU	TuS Kirchberg	12	0:05:47	0:05:54	0:06:03	0:22:51	0:22:35	13,28
125	284	Schwarz, Hannes	80	DEU	*Nörtershausen	12	0:05:38	0:05:54	0:06:14	0:22:46	0:22:39	13,24
126	376	Frohwein, Lukas	93	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	9	0:05:17	0:05:59	0:06:24	0:22:45	0:22:40	13,23
127	36	Schellberg, Horst-Günther	55	DEU	X-Sport Kastellaun	6	0:05:45	0:06:03	0:06:06	0:22:53	0:22:40	13,23
128	382	Walita, Tim	98	DEU	LF Naheland Bad Kreuznach	13	0:05:35	0:05:56	0:06:25	0:22:55	0:22:52	13,12
129	145	Fölbach, Manfred	55	DEU	Running Team Bad Ems	7	0:06:02	0:06:06	0:06:03	0:23:11	0:22:55	13,09
130	43	Abraham, Peter	59	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	9	0:06:05	0:05:57	0:06:11	0:23:12	0:22:55	13,09
130	367	Drexel, Rüdiger	63	DEU	X-Sport Kastellaun	26	0:06:02	0:06:01	0:06:08	0:23:10	0:22:55	13,09
132	415	Gödert, Herbert	52	DEU	LA TuS Mayen	8	0:06:00	0:06:01	0:06:06	0:22:59	0:22:59	13,05
133	9	Neiser, Frank	72	DEU	SVE Oppenheim	15	0:06:00	0:06:08	0:06:13	0:23:12	0:22:59	13,04
134	379	Ummers, Max	72	DEU	Running Team Bad Ems	16	0:06:15	0:06:04	0:06:03	0:23:12	0:23:00	13,04
135	371	Jost, Holger	54	DEU	*Utzenhain	9	0:05:50	0:06:00	0:06:11	0:23:13	0:23:02	13,02
136	10	Knopp, Michael	66	DEU	*Sankt Aldegund	27	0:05:55	0:06:05	0:06:19	0:23:34	0:23:02	13,02



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Männer

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein*/Ort	AK-PI	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
137	136	Stockenhofen, Ralf	66	DEU	VLG Eisenbach	28	0:05:41	0:06:09	0:06:22	0:23:15	0:23:06	12,99
138	31	Bersch, Rainer	64	DEU	*Boppard	29	0:05:39	0:06:11	0:06:26	0:23:12	0:23:07	12,97
139	391	Mohrs, Achim	60	DEU	TV Marathonfieber Krumholz	10	0:05:54	0:06:17	0:06:21	0:23:16	0:23:07	12,97
140	41	Fuchs, Bernd	63	DEU	SC Filsen	30	0:06:07	0:06:10	0:06:06	0:23:20	0:23:08	12,96
141	230	Sautter, Roman	79	D	Bethesda-Mix	13	0:08:35	0:08:17	0:00:00	0:23:39	0:23:11	12,93
142	213	Okyy, Latif	95	D	Helene-Pages-Schule	14	0:05:01	0:05:32	0:07:54	0:23:14	0:23:12	12,93
143	293	Lang, Jens	93	DEU	TUS Spay	10	0:06:19	0:05:53	0:05:59	0:23:21	0:23:12	12,92
144	421	Helbach, Gerhard	56	DEU	SC Kamp-Bornhofen	10	0:06:13	0:06:09	0:06:09	0:23:32	0:23:13	12,92
145	333	Blumenfeld, Frank	67	DEU	*Köln	24	0:05:51	0:06:07	0:06:14	0:23:22	0:23:14	12,91
146	68	Ihmig, Gerhard	61	DEU	LT Horn-Laubach	11	0:06:28	0:06:00	0:06:05	0:23:39	0:23:18	12,87
147	319	Müller, Roland	63	DEU	LT Gehaichnis	31	0:06:02	0:06:12	0:06:17	0:23:44	0:23:21	12,85
148	165	Muders, Justus	94	D	Kant-Gymnasium Boppard	15	0:06:02	0:06:14	0:06:25	0:23:36	0:23:22	12,84
149	411	Redmann, Martin	64	DEU	*Boppard	32	0:05:57	0:06:13	0:06:23	0:23:46	0:23:22	12,83
150	138	Bahr, Manfred	44	DEU	Lauffreunde Naheland	2	0:05:35	0:06:20	0:06:35	0:23:26	0:23:23	12,83
151	131	Viert, Wolfgang	41	DEU	*Schauern	1	0:06:06	0:06:10	0:06:13	0:23:33	0:23:25	12,81
152	342	Peters, Achim	66	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	33	0:04:56	0:06:44	0:06:57	0:23:38	0:23:36	12,71
153	120	Krautkrämer, Thomas	62	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	34	0:05:54	0:06:16	0:06:25	0:24:10	0:23:38	12,69
154	352	Müllen, Ralf	60	DEU	X-Sport Kastellaun	12	0:06:06	0:06:14	0:06:22	0:23:51	0:23:39	12,68
155	45	Liesenfeld, Dieter	60	DEU	VfB Gondershausen	13	0:06:06	0:06:13	0:06:22	0:24:03	0:23:50	12,58
156	253	Abt, Heiko	68	DEU	VLG Eisenbach	25	0:06:06	0:06:11	0:06:24	0:24:03	0:23:53	12,55
157	105	Hempel, Klaus-Peter	50	DEU	Running Team Bad Ems	3	0:06:06	0:06:24	0:06:28	0:24:12	0:23:56	12,53
158	390	Benner, Gerd	61	DEU	TC Rot-Weiß Boppard	14	0:06:27	0:06:15	0:06:16	0:24:23	0:23:58	12,52
159	159	Höfer, Jan	93	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	11	0:06:20	0:06:45	0:06:37	0:24:06	0:23:58	12,51
160	149	Roos, Alfred	66	DEU		35	0:06:03	0:06:18	0:06:35	0:24:10	0:24:01	12,49
161	160	Bersch, Alexander	93	D	Kant-Gymnasium Boppard	12	0:06:19	0:06:45	0:06:34	0:24:10	0:24:02	12,48
162	257	Köpke, Sven	64	D	LG Boppard - Bad Salzig	36	0:06:21	0:06:19	0:06:26	0:24:19	0:24:03	12,47
163	202	Brügel, Christian	67	DEU	*Emmelshausen	26	0:06:13	0:06:20	0:06:30	0:24:20	0:24:07	12,43
164	201	Brügel, Johannes	98	DEU	TSV Emmelshausen	16	0:06:13	0:06:20	0:06:30	0:24:20	0:24:08	12,43
165	298	Wolf, Klaus	62	DEU	*Kettig	37	0:06:29	0:06:23	0:06:20	0:24:33	0:24:10	12,41
166	166	Christ, Lars	95	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	17	0:06:50	0:06:23	0:06:22	0:24:40	0:24:10	12,41
167	167	Geisel, Dennis	94	D	Kant-Gymnasium Boppard	18	0:07:06	0:06:26	0:06:07	0:24:40	0:24:11	12,40
168	168	Breising, Rudolf	94	D	Kant-Gymnasium Boppard	19	0:07:06	0:06:25	0:06:07	0:24:42	0:24:13	12,38
169	199	Nick, Daniel	80	DEU	Autobahnmeisterei Emmelsha	14	0:06:26	0:06:17	0:06:28	0:24:50	0:24:21	12,31
170	26	Rechmann, Elmar	42	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	3	0:06:10	0:06:29	0:06:38	0:24:23	0:24:22	12,31
171	200	Pilger, Manfred	52	DEU	TuS Rheinböllen	11	0:05:50	0:06:31	0:06:52	0:24:28	0:24:24	12,29
172	104	Mallmann, Björn	86	DEU	*Karbach	15	0:06:25	0:06:25	0:06:36	0:24:41	0:24:27	12,27
173	190	Raabe, Stefan	84	DEU	Kita St. Klara	16	0:06:27	0:06:26	0:06:34	0:24:45	0:24:27	12,26
174	101	Gumm, Friedhelm	63	DEU	TuS Horn	38	0:06:20	0:06:31	0:06:41	0:24:40	0:24:27	12,26
175	287	Kraus, Günter	55	DEU	*Boppard	12	0:06:24	0:06:26	0:06:37	0:24:43	0:24:32	12,23
176	252	Schnierer, Michael	63	D	VLG Eisenbach	39	0:06:06	0:06:29	0:06:43	0:24:47	0:24:38	12,17
177	22	Alt, Lothar	61	DEU	*Halsenbach	15	0:06:35	0:06:36	0:06:30	0:24:56	0:24:39	12,16
178	24	Alt, Manfred	66	DEU	TuS Roland Brey	40	0:06:35	0:06:36	0:06:30	0:24:56	0:24:40	12,16
179	80	Liesenfeld, Dirk	70	DEU	BOMAG	27	0:06:34	0:06:30	0:06:35	0:25:08	0:24:41	12,15
180	329	Schlegel, Jürgen	38	DEU	LG Laacher See	2	0:06:23	0:06:35	0:06:38	0:24:53	0:24:47	12,10
181	143	Pies, Roger	66	DEU	Autobahnmeisterei Emmelsha	41	0:07:13	0:06:33	0:06:23	0:25:15	0:24:48	12,09
182	171	Bernd, Maximilian	93	D	Kant-Gymnasium Boppard	13	0:05:53	0:06:23	0:07:11	0:25:01	0:24:51	12,07
183	405	Heil, Jürgen	64	DEU	*Boppard	42	0:06:08	0:06:41	0:06:56	0:25:00	0:24:54	12,04
184	265	Heinl, Roman	71	D	Hunsrück-Marathon e.V.	28	0:06:26	0:06:39	0:06:46	0:25:13	0:24:55	12,04
185	51	Müthing, Kurt	46	DEU	Running Team Bad Ems	4	0:05:59	0:06:39	0:06:53	0:25:06	0:24:59	12,00
186	241	Moskopp, Günter	54	DEU	Edelhasen	13	0:06:28	0:06:35	0:06:38	0:25:15	0:25:01	11,99
187	60	Höster, Hans-Rainer	53	DEU	BOMAG	14	0:06:30	0:06:43	0:06:46	0:25:29	0:25:15	11,88
188	38	Papenberg, Dieter	51	DEU	X-Sport Kastellaun	4	0:06:15	0:06:40	0:06:57	0:25:29	0:25:16	11,87
189	99	Mohr, Alexander	66	DEU	TuS Horn	43	0:06:31	0:06:52	0:06:49	0:25:33	0:25:22	11,82
190	89	Deising, Hermann-Josef	57	DEU	BOMAG	16	0:07:19	0:06:42	0:06:33	0:25:51	0:25:26	11,79
191	281	Lüdicke, Günter	59	DEU	*Boppard	17	0:07:10	0:06:47	0:06:37	0:25:59	0:25:28	11,77
192	260	Schwaben, Gunther	68	DEU	Hunsrück-Marathon e.V.	29	0:06:31	0:06:54	0:06:56	0:25:51	0:25:34	11,73
193	323	Reinke, Alexander	64	DEU	BOMAG	44	0:07:20	0:06:41	0:06:37	0:26:21	0:25:56	11,56
194	34	Calo, Antonio	51	DEU	Rewe Otto May Boppard	5	0:06:30	0:06:53	0:07:09	0:26:06	0:25:59	11,54
195	363	Lüssem, Lukas	94	DEU	Realschule Marienberg	20	0:07:29	0:07:11	0:06:27	0:26:13	0:25:59	11,54
196	303	Meurer, Thomas	63	DEU	SV Rödelhausen	45	0:06:49	0:07:01	0:07:05	0:26:35	0:26:10	11,46
197	108	Sonne, Markus	75	DEU	TV Raversbeuren	17	0:06:59	0:06:56	0:06:54	0:26:33	0:26:11	11,45
198	32	Bach, Olaf	68	DEU	*Boppard	30	0:06:47	0:06:45	0:07:12	0:26:43	0:26:15	11,43
199	86	Pies, Michael	69	DEU	BOMAG	31	0:07:21	0:07:04	0:06:55	0:26:42	0:26:16	11,42
200	93	Zolj, Anel	82	DEU	BOMAG	17	0:07:22	0:07:04	0:06:55	0:26:42	0:26:17	11,41
201	28	Ternes, Peter	68	DEU	Team Erdinger Alkoholfrei	32	0:06:49	0:07:13	0:07:03	0:26:43	0:26:18	11,41
202	211	Braun, Kevin	94	D	Helene-Pages-Schule	21	0:05:38	0:07:19	0:07:27	0:26:19	0:26:19	11,40
203	327	Dresen, Andreas	51	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	6	0:06:16	0:07:05	0:07:27	0:26:36	0:26:25	11,35
204	398	Loskant, Dr. Gerd	52	DEU	LG Boppard Bad Salzig	15	0:06:38	0:07:03	0:07:15	0:26:29	0:26:28	11,33



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Männer

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	AK-Pl	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
205	355	Etges, Andreas	67	DEU		33	0:07:03	0:07:05	0:07:00	0:26:53	0:26:33	11,30
206	115	Emmerich, Conny	58	DEU	Realschule Marienberg	18	0:06:44	0:07:02	0:07:16	0:26:47	0:26:42	11,24
207	234	Bergmann, Johannes	55	D	Bethesda-Mix	16	0:06:06	0:07:12	0:07:52	0:27:00	0:26:52	11,16
208	222	Eckstein, Peter	55	D	Bethesda-Mix	17	0:07:09	0:06:54	0:07:10	0:27:18	0:26:57	11,13
209	102	Martin, Helmut	64	DEU	TuS Horn	46	0:06:29	0:07:00	0:07:34	0:27:11	0:26:59	11,12
210	84	Assmann, Harald	63	DEU	BOMAG	47	0:07:22	0:07:05	0:07:08	0:27:34	0:27:09	11,04
211	30	Schmitz, Otmar	55	DEU	*Karbach	18	0:07:16	0:07:06	0:07:13	0:27:28	0:27:14	11,01
212	127	Zumpe, Harald	44	DEU	LG Dornburg	5	0:07:13	0:07:19	0:07:13	0:27:27	0:27:21	10,96
213	191	Vogel, Hans	60	DEU	LaufenundHelfen	19	0:07:11	0:07:19	0:07:28	0:27:57	0:27:31	10,90
214	267	Förges, Gerd	53	D	LT Untermosel	19	0:07:14	0:07:14	0:07:31	0:27:57	0:27:38	10,86
215	227	Polomski, Dieter	68	D	Bethesda-Mix	34	0:07:40	0:07:29	0:07:24	0:28:16	0:27:49	10,78
216	388	Hennes, Horst	49	DEU	LTD Köln-Dellbrück	7	0:07:21	0:07:22	0:07:34	0:28:15	0:27:52	10,76
217	236	Geissler, Hans- Guenther	54	DEU	Edelhasen	20	0:07:06	0:07:29	0:07:34	0:28:32	0:27:59	10,72
218	407	Thomas, Klaus	42	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	6	0:07:45	0:07:24	0:07:22	0:28:29	0:27:59	10,72
219	182	Bach, Daniel	83	DEU	*Boppard	18	0:07:25	0:07:22	0:07:31	0:28:29	0:28:01	10,71
220	133	Heimann, Udo	68	DEU	Fit und Frey	35	0:06:50	0:07:16	0:07:47	0:28:27	0:28:02	10,70
221	419	Lorenz, René	99	DEU	TuS Kirchberg	22	0:07:52	0:08:02	0:07:13	0:28:33	0:28:13	10,63
222	420	Jung, Tobias	99	DEU	TuS Kirchberg	23	0:07:52	0:08:01	0:07:12	0:28:35	0:28:15	10,62
223	205	Krämer, Horst	56	DEU	Running Team Bad Ems	21	0:07:33	0:07:26	0:07:33	0:28:40	0:28:23	10,57
224	148	Dickhardt, Ludwig	52	DEU	TSG Eppstein	22	0:07:29	0:07:35	0:07:40	0:28:43	0:28:28	10,53
225	392	Schmidt, Oswald	34	DEU	LG Lahn-Aar Esterau	1	0:07:20	0:07:45	0:07:44	0:28:50	0:28:40	10,46
226	250	Schnierer, Peter	67	DEU	VLG Eisenbach	36	0:07:07	0:07:19	0:08:04	0:29:17	0:28:58	10,35
227	61	Frank, Hartmut	57	DEU	X-Sport Kastellaun	20	0:07:54	0:07:40	0:07:38	0:29:34	0:29:07	10,30
228	55	Pink, Franz - Josef	43	DEU	SV Waldesch	7	0:07:27	0:07:51	0:08:00	0:29:45	0:29:32	10,16
229	219	Balestra, Franko	77	D	Bethesda-Mix	15	0:07:45	0:07:45	0:07:59	0:30:07	0:29:45	10,08
230	310	Bernhard, Armin	54	DEU	LT Untermosel	23	0:07:21	0:07:42	0:08:16	0:30:04	0:29:46	10,08
231	59	Holl, Werner	39	DEU	LT Horn-Laubach	3	0:07:18	0:07:59	0:08:13	0:30:00	0:29:50	10,05
232	254	Rosenbach, Tim	95	D	LG Boppard - Bad Salzig	24	0:07:04	0:07:49	0:08:34	0:30:14	0:29:56	10,02
233	308	Schmitt, Jürgen	69	DEU	LT Untermosel	37	0:08:42	0:08:06	0:07:50	0:30:45	0:30:25	9,86
234	220	Nissen, Nils	68	D	Bethesda-Mix	38	0:08:35	0:07:58	0:07:51	0:30:48	0:30:26	9,86
235	305	Neuert, Michael	59	DEU	LT Untermosel	21	0:08:43	0:08:07	0:07:49	0:30:45	0:30:26	9,85
236	235	Loch, Wolfgang	59	DEU	ethesda-Mix	22	0:07:32	0:07:49	0:08:28	0:30:58	0:30:37	9,80
237	315	Lörsch, Willi	50	DEU	TuS Immendorf	8	0:08:03	0:08:03	0:08:05	0:30:57	0:30:38	9,79
238	401	Müller, Fabian	76	DEU	Kloster Mainzerstr. 8	18	0:07:45	0:08:14	0:08:23	0:31:24	0:31:02	9,66
239	357	Gräf, Hans-Peter	70	DEU	Bethesda-Mix	39	0:08:37	0:08:17	0:07:52	0:31:28	0:31:03	9,66
240	266	Fischer, Christoph	64	DEU	LT Untermosel	48	0:08:36	0:08:12	0:08:16	0:31:33	0:31:14	9,60
241	20	Götz, Dr. Hansjürgen	53	DEU	TG Boppard	24	0:07:15	0:08:22	0:08:50	0:31:31	0:31:28	9,53
242	97	Unger, Joerg	60	DEU	BOMAG	23	0:07:56	0:08:27	0:08:43	0:32:08	0:31:44	9,45
243	290	Bossing, Björn	81	DEU	Gesundheitszentrum Kastell	16	0:07:42	0:08:32	0:08:45	0:32:09	0:31:57	9,39
244	349	Auer, Michael	72	DEU	LT Untermosel	19	0:08:48	0:08:44	0:08:21	0:32:33	0:32:13	9,31
245	224	Mathy, Stefan	83	D	Bethesda-Mix	19	0:08:35	0:08:51	0:08:47	0:33:39	0:33:16	9,02
246	272	Blettner, Nikolaus	57	DEU	*Koblenz	24	0:08:30	0:09:05	0:09:04	0:34:13	0:33:42	8,90
247	269	Landauer, Richard	49	DEU	LT Untermosel	9	0:08:41	0:08:47	0:09:17	0:34:15	0:33:54	8,85
248	304	Wesche, Roland	57	DEU	LT Untermosel	25	0:08:52	0:08:56	0:09:04	0:34:20	0:34:01	8,82
249	119	Gröning, Michael	56	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	25	0:10:22	0:11:13	0:11:05	0:41:31	0:40:56	7,33



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Frauen

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein*/Ort	AK-Pl	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
1	2	Olinger, Judith	84	DEU	PST Trier	1	0:04:37	0:04:47	0:04:53	0:18:05	0:18:04	16,60
2	64	Sauborn, Manuela	75	DEU	X-Sport Kastellaun	1	0:05:04	0:05:43	0:05:49	0:21:07	0:20:59	14,29
3	332	Anheier, Hannah	91	DEU	Bad Camberg	2	0:05:20	0:05:39	0:05:53	0:21:37	0:21:28	13,97
4	137	Dommershausen, Yvonne	71	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	1	0:05:23	0:05:51	0:05:54	0:21:42	0:21:36	13,88
5	126	Schneider, Andrea	66	DEU	LG Dornburg	1	0:05:39	0:05:48	0:05:49	0:21:45	0:21:40	13,84
6	114	Becker, Alexandra	73	DEU	Realschule Marienberg	2	0:05:53	0:05:48	0:05:50	0:21:56	0:21:52	13,72
7	247	Reiländer, Gaby	64	DEU	Meddys LWT Koblenz	2	0:05:30	0:05:52	0:05:58	0:22:00	0:21:56	13,68
8	261	Poloschek, Heike	67	DEU	*Büchenbeuren	2	0:05:30	0:05:52	0:05:58	0:22:06	0:22:01	13,62
9	368	Liesenfeld, Anna	95	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	1	0:05:33	0:05:59	0:06:13	0:22:43	0:22:30	13,33
10	340	Kruse, Katja	72	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	3	0:05:42	0:06:00	0:06:09	0:22:42	0:22:42	13,21
11	144	Fölbach, Birgit	61	DEU	Running Team Bad Ems	1	0:05:58	0:05:58	0:06:07	0:23:04	0:22:49	13,14
12	300	Haerter, Inge	55	DEU	x Sport Kastellaun	1	0:05:47	0:06:04	0:06:07	0:22:57	0:22:49	13,14
13	129	Hees, Tanja	75	DEU	X-Sport Kastellaun	4	0:05:47	0:06:08	0:06:11	0:23:00	0:22:53	13,11
14	292	Müntrich, Eva	90	DEU	*Boppard	3	0:05:59	0:06:06	0:06:14	0:23:19	0:23:11	12,93
15	153	Steffen, Sonja	68	DEU	X-Sport Kastellaun	3	0:05:59	0:06:13	0:06:17	0:23:28	0:23:16	12,89
16	412	Jungen, Christa	61	DEU	*Boppard	2	0:06:06	0:06:13	0:06:12	0:23:25	0:23:17	12,88
17	152	Groß, Birgid	61	DEU	X-Sport Kastellaun	3	0:05:59	0:06:13	0:06:17	0:23:28	0:23:17	12,88
18	184	Reuter, Andrea	68	DEU	SSV Pfaffenheck 81	4	0:05:56	0:06:07	0:06:19	0:23:27	0:23:20	12,85
19	164	Armbrust, Birte	95	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	2	0:06:02	0:06:14	0:06:24	0:23:37	0:23:24	12,82
20	237	Gröger, Sandra	88	DEU	Edelhasen	4	0:06:19	0:06:12	0:06:10	0:23:46	0:23:25	12,81
21	341	Paulus, Anna	91	DEU	Triathlon-Team Rhein-Nahe	5	0:05:54	0:06:14	0:06:25	0:23:38	0:23:32	12,74
22	146	Stein-Walenta, Edith	60	DEU	X-Sport Kastellaun	4	0:06:13	0:06:11	0:06:16	0:23:47	0:23:35	12,71
23	360	Bollinger, Christine	56	DEU	Tus Rhens	2	0:06:17	0:06:14	0:06:16	0:23:54	0:23:41	12,66
24	50	Ritt, Birgit	64	DEU	X-Sport Kastellaun	3	0:06:23	0:06:15	0:06:19	0:24:01	0:23:48	12,60
25	71	Jost, Linda	85	DEU	X-Sport Kastellaun	6	0:05:58	0:06:19	0:06:33	0:24:01	0:23:50	12,58
26	42	Fölbach, Melanie	82	DEU	Running Team Bad Ems	7	0:06:02	0:06:08	0:06:31	0:24:07	0:23:52	12,57
27	338	Schnorbach, Stefanie	76	DEU	X-Sport Kastellaun	5	0:06:12	0:06:23	0:06:31	0:24:18	0:24:13	12,39
28	383	Martin, Marika	56	DEU	Running Team Bad Ems	3	0:06:06	0:06:29	0:06:35	0:24:22	0:24:16	12,36
29	209	Mallmann, Katharina	95	DEU	Realschule Marienberg	3	0:05:53	0:06:05	0:06:42	0:24:21	0:24:17	12,35
30	378	Frohwein, Christiane	69	DEU	Sportgruppe Sebapharma	5	0:06:11	0:06:23	0:06:33	0:24:33	0:24:23	12,30
31	7	Rosenbach, Ruth	65	DEU	*Boppard	4	0:06:27	0:06:27	0:06:39	0:24:51	0:24:33	12,21
32	98	Liesenfeld- Drautzburg, Carmen	56	DEU	LT Horn-Laubach	4	0:06:41	0:06:30	0:06:31	0:24:58	0:24:36	12,19
33	122	Decker, Ilona	85	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	8	0:06:31	0:06:39	0:06:44	0:25:17	0:25:00	12,00
34	62	Schröder, Bärbel	58	DEU	TuS 1921 Ellern	5	0:06:26	0:06:47	0:06:46	0:25:30	0:25:16	11,87
35	299	Gärtner, Edith	55	DEU	TV Bad Bergzabern	5	0:06:39	0:06:45	0:06:42	0:25:21	0:25:16	11,87
36	264	Schmidt, Betina	76	D	Hunsrück-Marathon e.V.	6	0:06:44	0:06:39	0:06:58	0:25:43	0:25:27	11,79
37	70	Traut, Anke	72	DEU	X-Sport Kastellaun	7	0:06:22	0:06:44	0:06:54	0:25:39	0:25:27	11,79
38	48	Hauer, Carmen	53	DEU	BGV Simmern e.V.	6	0:06:46	0:06:42	0:06:49	0:25:53	0:25:31	11,76
39	203	Schardey, Natalie	70	LVA	TG Boppard	6	0:06:53	0:06:53	0:06:51	0:26:13	0:25:43	11,66
40	238	Henning, Gisela	59	DEU	Edelhasen	6	0:06:45	0:06:53	0:07:00	0:26:19	0:25:53	11,59
41	239	Hembes, Daniela	87	DEU	Edelhasen	9	0:06:37	0:07:03	0:07:03	0:26:19	0:25:57	11,55
42	188	Hammes, Françoise	96	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	4	0:06:09	0:06:41	0:07:46	0:26:06	0:25:58	11,55
43	208	Graeff, Lea	95	DEU	TuS Kirchberg	5	0:06:19	0:06:59	0:07:28	0:26:16	0:25:58	11,55
44	402	Jannermann, Heike	68	DEU	RW Koblenz	7	0:07:03	0:07:00	0:06:48	0:26:19	0:26:02	11,52
45	263	Eisel-Schmidt, Diana	77	D	Hunsrück-Marathon e.V.	1	0:06:46	0:06:46	0:07:10	0:26:26	0:26:10	11,46
46	177	Tkatch, Polina	92	D	Kant-Gymnasium Boppard	1	0:07:29	0:07:11	0:06:48	0:26:44	0:26:29	11,32
47	240	Moskopp, Claudia	58	DEU	Edelhasen	7	0:06:57	0:07:07	0:06:59	0:26:51	0:26:29	11,32
48	195	Malewski, Judith	66	DEU	TC Rot-Weiß Boppard	5	0:06:39	0:07:01	0:07:11	0:26:38	0:26:29	11,32
48	362	Stumm, Alexandra	92	DEU	Kant Gymnasium Boppard	2	0:07:28	0:07:11	0:06:48	0:26:45	0:26:29	11,32
50	18	Mühleis, Frauke	83	DEU	*Vallendar	10	0:06:38	0:07:11	0:07:12	0:26:44	0:26:30	11,32
51	194	Klapper, Monika	60	DEU	*Boppard	8	0:06:48	0:06:51	0:07:17	0:26:58	0:26:31	11,31
52	161	Riemann, Katrin	93	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	3	0:07:04	0:06:56	0:07:09	0:26:43	0:26:35	11,28
53	386	Schumacher, Jessika	92	DEU	TV Kastellaun	4	0:06:44	0:06:56	0:07:17	0:27:01	0:26:45	11,21
54	174	Ehmke, Luisa	93	D	Kant-Gymnasium Boppard	5	0:06:43	0:07:13	0:07:16	0:26:53	0:26:46	11,20
55	262	Schmidt, Steffi	85		Hunsrück-Marathon e.V.	11	0:06:46	0:06:57	0:07:25	0:27:05	0:26:48	11,19
56	66	Morschhäuser, Tina	89	DEU	*Gondershausen	12	0:06:45	0:07:14	0:07:16	0:26:58	0:26:50	11,18
57	198	Blettner, Angelika	54	DEU	*Koblenz	7	0:06:57	0:07:06	0:07:11	0:27:06	0:26:51	11,17
58	283	Best, Stephanie	65	DEU	TG Boppard	6	0:07:00	0:07:04	0:07:16	0:27:24	0:26:57	11,13
59	185	Schmidt, Sarah	93	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	6	0:07:03	0:07:06	0:07:19	0:27:13	0:27:07	11,06
60	311	Heck, Carmen	75	DEU	LT Untermosel	8	0:07:16	0:07:02	0:07:11	0:27:26	0:27:08	11,05
61	286	Redmann, Anke	69	DEU	TG Boppard	8	0:06:53	0:07:03	0:07:33	0:27:42	0:27:13	11,02
62	387	Weinmann-Tries, Claudia	65	DEU	TuS Kirchberg	7	0:07:02	0:07:09	0:07:21	0:27:37	0:27:14	11,01
63	330	Neuburger, Tamara	75	DEU	SV Heiligenroth	9	0:06:55	0:07:19	0:07:20	0:27:22	0:27:16	11,00
64	187	Seeger, Tatjana	95	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	6	0:06:10	0:06:41	0:07:46	0:27:31	0:27:23	10,95
65	221	Schieberle, Melanie	72	D	Bethesda-Mix	10	0:07:42	0:07:12	0:07:08	0:27:47	0:27:25	10,94
66	410	Holz, Mengiarda	94	DEU	*Boppard	7	0:07:15	0:07:29	0:07:17	0:27:40	0:27:25	10,94
67	125	Hellwig, Imke	96	DEU	LG Boppard - Bad Salzig	8	0:07:11	0:07:11	0:07:20	0:27:59	0:27:27	10,93
68	90	Deising, Heike	85	DEU	BOMAG	13	0:07:48	0:07:25	0:06:57	0:28:02	0:27:39	10,85



# 26. seamed Mailauf Bopparder 2011

01.06.2011

## Gesamtliste Hauptlauf 5km

### Frauen

Platz	Startnr.	Name	JG	NAT	Verein/*Ort	AK-Pl	1. Kontr.	2. Kontr.	3. Kontr.	Brutto	Netto	km/h
69	251	Schnierer, Manuela	66	D	VLG Eisenbach	8	0:07:08	0:07:16	0:07:25	0:27:52	0:27:42	10,83
70	384	Stinner, Lisa	92	DEU	TV Kastellaun	7	0:07:30	0:07:23	0:07:13	0:28:01	0:27:45	10,81
71	110	Ruggenthaler, Elisabeth	59	DEU	SV Holzfeld	9	0:06:48	0:07:29	0:07:43	0:28:05	0:27:54	10,75
72	364	Lüssem, Lena	92	DEU	Kant Gymnasium Boppard	8	0:07:29	0:07:22	0:07:35	0:28:10	0:27:56	10,74
73	328	Dresen, Kerstin	62	DEU	LG Boppard-Bad Salzig	9	0:07:12	0:07:23	0:07:31	0:28:24	0:28:02	10,70
74	366	Drexel, Anna-Lena	93	DEU	X-Sport Kastellaun	9	0:07:30	0:07:24	0:07:33	0:28:20	0:28:05	10,68
75	192	Querbach, Britta	84	DEU	*Boppard	14	0:07:26	0:07:26	0:07:39	0:28:41	0:28:13	10,63
76	75	Reuter, Eva	93	DEU	TuS Kirchberg	10	0:07:11	0:07:27	0:07:47	0:28:33	0:28:14	10,62
77	128	Finkbeiner, Sylvia	73	DEU	VFB Stuttgart	11	0:07:40	0:07:51	0:07:23	0:28:34	0:28:24	10,56
78	169	Kuppek, Alice	94	D	Kant-Gymnasium Boppard	9	0:07:16	0:07:28	0:07:44	0:28:41	0:28:28	10,54
79	380	Himmel, Charlotte	93	DEU	Kant Gymnasium Boppard	11	0:06:52	0:07:33	0:07:53	0:28:35	0:28:28	10,54
80	29	Frensch, Carina	91	DEU	*Karbach	15	0:07:16	0:07:29	0:07:56	0:29:04	0:28:49	10,41
81	186	Paul, Hannah	93	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	12	0:07:41	0:07:49	0:07:46	0:29:02	0:28:54	10,38
82	229	Heinz, Karin	53	D	Bethesda-Mix	8	0:07:37	0:07:27	0:07:46	0:29:21	0:28:54	10,38
83	301	Schnierer, Vanessa	96	DEU	LSG Goldener Grund	10	0:07:06	0:07:19	0:08:04	0:29:17	0:28:57	10,36
84	116	Schüller, Margot	54	DEU	Realschule Marienberg	9	0:07:05	0:07:35	0:07:48	0:29:05	0:28:59	10,35
85	413	Puth, Sabine	67	DEU	LG Boppard Bad Salzig	9	0:07:30	0:07:31	0:07:47	0:29:13	0:29:00	10,34
86	399	Michel, Iris	65	DEU	TG Boppard-Bad Salzig	10	0:07:30	0:07:31	0:07:47	0:29:14	0:29:01	10,34
87	157	Scheer, Lena-Sophie	93	DEU	Kant-Gymnasium Boppard	13	0:07:38	0:07:53	0:07:59	0:29:09	0:29:01	10,33
88	207	Frank, Heidi	58	DEU	X-Sport Kastellaun	10	0:07:53	0:07:40	0:07:39	0:29:34	0:29:07	10,30
89	158	Kläser, Natascha	94	D	Kant-Gymnasium Boppard	11	0:07:39	0:07:54	0:07:59	0:29:35	0:29:28	10,18
90	375	Schulze, Anna	94	DEU	Kant Gymnasium Boppard	12	0:07:32	0:08:00	0:07:59	0:29:35	0:29:28	10,18
91	79	Tries, Sophia	97	DEU	TuS Kirchberg	13	0:07:32	0:07:39	0:08:24	0:29:58	0:29:35	10,14
92	37	Schellberg, Gerlinde	62	DEU	X-Sport Kastellaun	11	0:07:29	0:07:52	0:08:08	0:29:53	0:29:40	10,11
93	142	Roos, Miho	69	DEU	*Boppard	10	0:07:25	0:07:58	0:08:11	0:29:57	0:29:44	10,09
94	81	Weiden, Christina	74	DEU	BOMAG	12	0:07:49	0:07:42	0:08:00	0:30:16	0:29:53	10,04
95	111	Rosenbach, Jasmin	97	DEU	Realschule Marienberg	14	0:07:04	0:07:49	0:08:34	0:30:14	0:29:55	10,03
96	212	Spindler, Nadine	95	D	Helene-Pages-Schule	15	0:06:45	0:08:37	0:08:38	0:30:03	0:30:03	9,98
97	245	Heinze, Angela	57	DEU	TSV Emmelshausen	11	0:07:40	0:07:51	0:08:07	0:30:37	0:30:09	9,95
98	358	Husemann, Annemarie	41	DEU	LG Deiringsen	1	0:08:04	0:08:02	0:08:04	0:30:57	0:30:39	9,79
99	73	Lorenz, Heike	60	DEU	TuS Kirchberg	12	0:07:55	0:08:01	0:08:35	0:31:16	0:30:55	9,70
100	354	Kröber, Claudia	67	DEU	LT Untermosel	11	0:08:34	0:08:11	0:08:16	0:31:33	0:31:12	9,61
101	135	Scherer, Adelheid	49	DEU	TV Kastellaun	1	0:08:13	0:08:20	0:08:17	0:31:41	0:31:19	9,58
102	163	Alt, Irene	95	D	Kant-Gymnasium Boppard	16	0:07:07	0:08:14	0:09:06	0:31:55	0:31:41	9,47
103	74	Müller, Therese	55	DEU	TuS Kirchberg	10	0:08:07	0:08:23	0:08:34	0:32:09	0:31:44	9,45
104	321	Haßler, Andrea	68	DEU		12	0:08:30	0:08:50	0:08:19	0:32:05	0:31:51	9,42
105	14	Simon, Ursula	67	DEU	*Boppard	13	0:07:53	0:08:37	0:08:41	0:32:13	0:31:52	9,41
106	289	Bossing, Kerstin	82	DEU	Gesundheitszentrum Kastell	16	0:07:42	0:08:31	0:08:45	0:32:09	0:31:57	9,39
107	309	Schmitt, Ann-Katrin	98	DEU	LT Untermosel	17	0:08:51	0:08:45	0:08:21	0:32:33	0:32:15	9,30
108	306	Neuert, Jana	98	DEU	LT Untermosel	18	0:08:51	0:08:44	0:08:21	0:32:33	0:32:16	9,30
109	223	Kuhn, Silvia	80	D	Bethesda-Mix	2	0:08:35	0:08:51	0:08:47	0:33:40	0:33:17	9,01
110	320	Kunz, Ulrike	65	DEU		12	0:08:30	0:08:51	0:08:53	0:33:33	0:33:19	9,00
111	268	Steinmann, Susanne	64	D	LT Untermosel	13	0:08:41	0:08:47	0:09:17	0:34:15	0:33:55	8,84
112	307	Hofmann, Helga	66	DEU	LT Untermosel	14	0:08:51	0:08:55	0:09:04	0:34:20	0:34:00	8,82
113	107	Friedrich, Nina	71	DEU	LLG Wonnegau	14	0:10:37	0:11:13	0:11:06	0:41:27	0:41:09	7,29