



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT	NETTO
1.	(68)	1. M30	HERR, Florian	1988	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:48	0:34:47
2.	(82)	1. M40	SPANIER, Rene	1977	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:55	0:34:55
3.	(74)	1. M35	MARCKS, Kai	1986	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:00	0:35:59
4.	(35)	2. M40	BEELITZ, Christian	1981	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:29	0:36:28
5.	(55)	1. W40	BURGDORF, Sabine	1981	ASV Köln	0:36:34	0:36:33
6.	(96)	1. M55	RITTER, Johannes	1965		0:36:48	0:36:48
7.	(65)	1. M45	GÜNDÜZ, Deniz	1974	ZORRO	0:39:06	0:39:05
8.	(54)	1. MJ U20	BRANG, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	0:39:26	0:39:25
9.	(91)	2. M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:40:34	0:40:31
10.	(133)	3. M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:54	0:40:53
11.	(58)	1. M50	DUNCKER, Tobi	1971		0:42:08	0:42:06
12.	(130)	3. M40	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	TEA Köln	0:42:44	0:42:42
13.	(59)	1. M	FREIER, Ole	1994	Milers Colonia	0:43:32	0:43:30
14.	(62)	4. M35	FRITZ, David	1984	TV Ratingen	0:44:04	0:44:02
15.	(127)	1. W	MAYER, Phyllis Emilia	1998	nicht verhocken!	0:44:31	0:44:30
16.	(88)	2. M45	WANZEK, Thor	1976	Maternus-Grundschule	0:45:29	0:45:26
17.	(70)	1. M70	JUCKEL, Bernd	1950	SG Neukirchen-Hülchrath	0:45:41	0:45:38
18.	(95)	1. M U23	HARTWIG, Max	1999		0:46:04	0:46:02
19.	(97)	2. M U23	SANCHÉZ, Pablo Reque	2000		0:46:04	0:46:02
20.	(85)	1. W35	TÖLG, Vera	1984		0:46:13	0:46:08
21.	(56)	2. M50	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34	0:47:34
22.	(69)	1. W50	HOFFMANN-LENZ, Natalie	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34	0:47:34
23.	(72)	3. M50	KÜPPERS, Herbert	1968	Triathlon Waldfeucht	0:47:41	0:47:36
24.	(139)	3. M45	LINDNER, Björn	1975		0:48:21	0:48:17
25.	(75)	1. M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:27	0:49:19
26.	(67)	2. M	HEID, Marco	1993		0:49:29	0:49:24
27.	(87)	4. M50	VOGT, Harald	1971	Alemannia Aachen	0:49:36	0:49:33
28.	(63)	4. M45	GIESEN, Marcus	1972	TV Winterhagen	0:51:20	0:51:18
29.	(64)	2. W50	GRIGUTSCH-HARDT, Katrin	1969	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:35	0:52:32
30.	(94)	2. M55	GREIF, Uwe	1965	Dürener TV 1847	0:52:43	0:52:41
31.	(92)	4. M40	ERKELENZ, Jörg	1979		0:52:47	0:52:43
32.	(52)	3. M55	BOELTER, Thomas	1963	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:54	0:52:52
33.	(129)	1. M65	PFITZNER, Bernhard	1955		0:52:56	0:52:54
34.	(79)	3. W50	SCHLEY, Maria	1971	LLG 80 Nordpark Köln	0:53:21	0:53:17
35.	(78)	5. M50	REMMEL, Markus	1967		0:55:20	0:55:14
36.	(61)	2. M70	FREYMUTH, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	0:56:59	0:56:57
37.	(128)	1. W60	RAMB, Birgit	1961		0:57:28	0:57:26
38.	(83)	4. M55	SPRAFKE, Gero	1963	Atammaya Köln	0:58:25	0:58:19
39.	(71)	5. M55	KAMMLER, Reinhard	1963	Cologne Allblacks	0:58:42	0:58:36
40.	(140)	6. M55	SANCHEZ, Enrique	1963		0:58:47	0:58:46
41.	(49)	2. W40	ASSADOURIAN-KURTSIEFER, Karina	1980		0:58:49	0:58:47
42.	(50)	3. W40	BECKER, Cornell	1979		1:01:52	1:01:47
43.	(90)	3. M	WILLEN, Jannik	1998	Spoho CG	1:03:22	1:03:18
44.	(53)	6. M50	BORUTTA, Mark	1970		1:04:35	1:04:31



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT	NETTO
45.	(89)	4.	W50	WIEDENSOHLER, Martina	1967		1:04:35	1:04:31
46.	(81)	1.	W55	SONNTAG, Ursula	1962	TFG Nippes 78	1:05:10	1:05:04
47.	(93)	7.	M55	ESPENLAUB, Guido	1965	TV Gladbach	1:06:12	1:06:07

Anzahl Teilnehmer: 47



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH							
1.	(55)	1.	W40	BURGDORF, Sabine	1981	ASV Köln	0:36:34
2.	(127)	1.	W	MAYER, Phyllis Emilia	1998	nicht verhocken!	0:44:31
3.	(85)	1.	W35	TÖLG, Vera	1984		0:46:13
4.	(69)	1.	W50	HOFFMANN-LENZ, Natalie	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34
5.	(64)	2.	W50	GRIGUTSCH-HARDT, Katrin	1969	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:35
6.	(79)	3.	W50	SCHLEY, Maria	1971	LLG 80 Nordpark Köln	0:53:21
7.	(128)	1.	W60	RAMB, Birgit	1961		0:57:28
8.	(49)	2.	W40	ASSADOURIAN-KURTSIEFER, Karina	1980		0:58:49
9.	(50)	3.	W40	BECKER, Cornell	1979		1:01:52
10.	(89)	4.	W50	WIEDENSOHLER, Martina	1967		1:04:35
11.	(81)	1.	W55	SONNTAG, Ursula	1962	TFG Nippes 78	1:05:10
DNF	(17)		WJ U20	HOFFMANN, Chiara	2003	TuS Jahn Hilfarth	



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH							
1.	(68)	1.	M30	HERR, Florian	1988	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:48
2.	(82)	1.	M40	SPANIER, Rene	1977	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:55
3.	(74)	1.	M35	MARCKS, Kai	1986	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:00
4.	(35)	2.	M40	BEEELITZ, Christian	1981	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:29
5.	(96)	1.	M55	RITTER, Johannes	1965		0:36:48
6.	(65)	1.	M45	GÜNDÜZ, Deniz	1974	ZORRO	0:39:06
7.	(54)	1.	MJ U20	BRANG, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	0:39:26
8.	(91)	2.	M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:40:34
9.	(133)	3.	M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:54
10.	(58)	1.	M50	DUNCKER, Tobi	1971		0:42:08
11.	(130)	3.	M40	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	TEA Köln	0:42:44
12.	(59)	1.	M	FREIER, Ole	1994	Milers Colonia	0:43:32
13.	(62)	4.	M35	FRITZ, David	1984	TV Ratingen	0:44:04
14.	(88)	2.	M45	WANZEK, Thor	1976	Maternus-Grundschule	0:45:29
15.	(70)	1.	M70	JUCKEL, Bernd	1950	SG Neukirchen-Hülchrath	0:45:41
16.	(95)	1.	M U23	HARTWIG, Max	1999		0:46:04
17.	(97)	2.	M U23	SANCHÉZ, Pablo Reque	2000		0:46:04
18.	(56)	2.	M50	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34
19.	(72)	3.	M50	KÜPPERS, Herbert	1968	Triathlon Waldfeucht	0:47:41
20.	(139)	3.	M45	LINDNER, Björn	1975		0:48:21
21.	(75)	1.	M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:27
22.	(67)	2.	M	HEID, Marco	1993		0:49:29
23.	(87)	4.	M50	VOGT, Harald	1971	Alemannia Aachen	0:49:36
24.	(63)	4.	M45	GIESEN, Marcus	1972	TV Winterhagen	0:51:20
25.	(94)	2.	M55	GREIF, Uwe	1965	Dürener TV 1847	0:52:43
26.	(92)	4.	M40	ERKELENZ, Jörg	1979		0:52:47
27.	(52)	3.	M55	BOELTER, Thomas	1963	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:54
28.	(129)	1.	M65	PFITZNER, Bernhard	1955		0:52:56
29.	(78)	5.	M50	REMMEL, Markus	1967		0:55:20
30.	(61)	2.	M70	FREYMUTH, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	0:56:59
31.	(83)	4.	M55	SPRAFKE, Gero	1963	Atammaya Köln	0:58:25
32.	(71)	5.	M55	KAMMLER, Reinhard	1963	Cologne Allblacks	0:58:42
33.	(140)	6.	M55	SANCHEZ, Enrique	1963		0:58:47
34.	(90)	3.	M	WILLEN, Jannik	1998	Spoho CG	1:03:22
35.	(53)	6.	M50	BORUTTA, Mark	1970		1:04:35
36.	(93)	7.	M55	ESPENLAUB, Guido	1965	TV Gladbach	1:06:12
DNF	(73)		M	LINDNER, Jan	1996	TriathlonSteckelcologne	
DNF	(76)		M50	REICH, Thomas	1970	#LaufwunderAppelhülsen	

Anzahl Teilnehmer: 50



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNER							
1.	(59)	12.	M	FREIER, Ole	1994	Milers Colonia	0:43:32
2.	(67)	22.	M	HEID, Marco	1993		0:49:29
3.	(90)	34.	M	WILLEN, Jannik	1998	Spoho CG	1:03:22
JUNIOREN U23							
1.	(95)	16.	M	HARTWIG, Max	1999		0:46:04
2.	(97)	17.	M	SANCHÉZ, Pablo Reque	2000		0:46:04
SENIOREN M30							
1.	(68)	1.	M	HERR, Florian	1988	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:48
SENIOREN M35							
1.	(74)	3.	M	MARCKS, Kai	1986	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:00
2.	(91)	8.	M	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:40:34
3.	(133)	9.	M	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:54
4.	(62)	13.	M	FRITZ, David	1984	TV Ratingen	0:44:04
SENIOREN M40							
1.	(82)	2.	M	SPANIER, Rene	1977	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:55
2.	(35)	4.	M	BEELITZ, Christian	1981	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:29
3.	(130)	11.	M	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	TEA Köln	0:42:44
4.	(92)	26.	M	ERKELENZ, Jörg	1979		0:52:47
SENIOREN M45							
1.	(65)	6.	M	GÜNDÜZ, Deniz	1974	ZORRO	0:39:06
2.	(88)	14.	M	WANZEK, Thor	1976	Maternus-Grundschule	0:45:29
3.	(139)	20.	M	LINDNER, Björn	1975		0:48:21
4.	(63)	24.	M	GIESEN, Marcus	1972	TV Winterhagen	0:51:20
SENIOREN M50							
1.	(58)	10.	M	DUNCKER, Tobi	1971		0:42:08
2.	(56)	18.	M	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34
3.	(72)	19.	M	KÜPPERS, Herbert	1968	Triathlon Waldfeucht	0:47:41
4.	(87)	23.	M	VOGT, Harald	1971	Alemannia Aachen	0:49:36
5.	(78)	29.	M	REMMEL, Markus	1967		0:55:20
6.	(53)	35.	M	BORUTTA, Mark	1970		1:04:35



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M55							
1.	(96)	5.	M	RITTER, Johannes	1965		0:36:48
2.	(94)	25.	M	GREIF, Uwe	1965	Dürener TV 1847	0:52:43
3.	(52)	27.	M	BOELTER, Thomas	1963	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:54
4.	(83)	31.	M	SPRAFKE, Gero	1963	Atammaya Köln	0:58:25
5.	(71)	32.	M	KAMMLER, Reinhard	1963	Cologne Allblacks	0:58:42
6.	(140)	33.	M	SANCHEZ, Enrique	1963		0:58:47
7.	(93)	36.	M	ESPENLAUB, Guido	1965	TV Gladbach	1:06:12
SENIOREN M60							
1.	(75)	21.	M	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:27
SENIOREN M65							
1.	(129)	28.	M	PFITZNER, Bernhard	1955		0:52:56
SENIOREN M70							
1.	(70)	15.	M	JUCKEL, Bernd	1950	SG Neukirchen-Hülchrath	0:45:41
2.	(61)	30.	M	FREYMUTH, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	0:56:59
MÄNNL. JUGEND U20							
1.	(54)	7.	M	BRANG, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	0:39:26
FRAUEN							
1.	(127)	2.	W	MAYER, Phyllis Emilia	1998	nicht verhocken!	0:44:31
SENIORINNEN W35							
1.	(85)	3.	W	TÖLG, Vera	1984		0:46:13
SENIORINNEN W40							
1.	(55)	1.	W	BURGDORF, Sabine	1981	ASV Köln	0:36:34
2.	(49)	8.	W	ASSADOURIAN-KURTSIEFER, Karina	1980		0:58:49
3.	(50)	9.	W	BECKER, Cornell	1979		1:01:52
SENIORINNEN W50							
1.	(69)	4.	W	HOFFMANN-LENZ, Natalie	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34
2.	(64)	5.	W	GRIGUTSCH-HARDT, Katrin	1969	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:35
3.	(79)	6.	W	SCHLEY, Maria	1971	LLG 80 Nordpark Köln	0:53:21
4.	(89)	10.	W	WIEDENSOHLER, Martina	1967		1:04:35
SENIORINNEN W55							
1.	(81)	11.	W	SONNTAG, Ursula	1962	TFG Nippes 78	1:05:10



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W60							
1.	(128)	7.	W	RAMB, Birgit	1961		0:57:28

Anzahl Teilnehmer: 47



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT	NETTO
STARTZEIT 12:30 UHR							
1.	(68)	1. M30	HERR, Florian	1988	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:48	0:34:47
2.	(82)	1. M40	SPANIER, Rene	1977	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:34:55	0:34:55
3.	(74)	1. M35	MARCKS, Kai	1986	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:00	0:35:59
4.	(35)	2. M40	BEELITZ, Christian	1981	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:36:29	0:36:28
5.	(55)	1. W40	BURGDORF, Sabine	1981	ASV Köln	0:36:34	0:36:33
6.	(96)	1. M55	RITTER, Johannes	1965		0:36:48	0:36:48
7.	(65)	1. M45	GÜNDÜZ, Deniz	1974	ZORRO	0:39:06	0:39:05
8.	(54)	1. MJ U20	BRANG, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	0:39:26	0:39:25
9.	(91)	2. M35	DIEDAM, Thorsten	1985	Nifty Wolves OCR Cologne	0:40:34	0:40:31
10.	(58)	1. M50	DUNCKER, Tobi	1971		0:42:08	0:42:06
11.	(59)	1. M	FREIER, Ole	1994	Milers Colonia	0:43:32	0:43:30
12.	(62)	3. M35	FRITZ, David	1984	TV Ratingen	0:44:04	0:44:02
13.	(88)	2. M45	WANZEK, Thor	1976	Maternus-Grundschule	0:45:29	0:45:26
14.	(70)	1. M70	JUCKEL, Bernd	1950	SG Neukirchen-Hülchrath	0:45:41	0:45:38
15.	(97)	1. M U23	SANCHÉZ, Pablo Reque	2000		0:46:04	0:46:02
16.	(95)	2. M U23	HARTWIG, Max	1999		0:46:04	0:46:02
17.	(85)	1. W35	TÖLG, Vera	1984		0:46:13	0:46:08
18.	(72)	2. M50	KÜPPERS, Herbert	1968	Triathlon Waldfeucht	0:47:41	0:47:36
19.	(139)	3. M45	LINDNER, Björn	1975		0:48:21	0:48:17
20.	(75)	1. M60	NIKELOWSKI, Norbert	1958	LSV Porz / Köln	0:49:27	0:49:19
21.	(67)	2. M	HEID, Marco	1993		0:49:29	0:49:24
22.	(87)	3. M50	VOGT, Harald	1971	Alemannia Aachen	0:49:36	0:49:33
23.	(71)	2. M55	KAMMLER, Reinhard	1963	Cologne Allblacks	0:58:42	0:58:36
24.	(140)	3. M55	SANCHEZ, Enrique	1963		0:58:47	0:58:46
25.	(90)	3. M	WILLEN, Jannik	1998	Spoho CG	1:03:22	1:03:18
26.	(81)	1. W55	SONNTAG, Ursula	1962	TFG Nippes 78	1:05:10	1:05:04



31. Kölner Friedenslauf

LAUF (10 KM) · WERTUNG NACH STARTGRUPPEN

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT	NETTO
STARTZEIT 12:40 UHR							
1.	(133)	1. M35	MATZERATH, Torsten	1985	TV Huchem-Stammeln	0:40:54	0:40:53
2.	(130)	1. M40	OSTERHAUS-PASCHE, Thorsten	1977	TEA Köln	0:42:44	0:42:42
3.	(127)	1. W	MAYER, Phyllis Emilia	1998	nicht verhocken!	0:44:31	0:44:30
4.	(69)	1. W50	HOFFMANN-LENZ, Natalie	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34	0:47:34
5.	(56)	1. M50	BÜRGER, Stefan	1971	TuS Jahn Hilfarth	0:47:34	0:47:34
6.	(63)	1. M45	GIESEN, Marcus	1972	TV Winterhagen	0:51:20	0:51:18
7.	(64)	2. W50	GRIGUTSCH-HARDT, Katrin	1969	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:35	0:52:32
8.	(94)	1. M55	GREIF, Uwe	1965	Dürener TV 1847	0:52:43	0:52:41
9.	(92)	2. M40	ERKELENZ, Jörg	1979		0:52:47	0:52:43
10.	(52)	2. M55	BOELTER, Thomas	1963	LLG 80 Nordpark Köln	0:52:54	0:52:52
11.	(129)	1. M65	PFITZNER, Bernhard	1955		0:52:56	0:52:54
12.	(79)	3. W50	SCHLEY, Maria	1971	LLG 80 Nordpark Köln	0:53:21	0:53:17
13.	(78)	2. M50	REMMEL, Markus	1967		0:55:20	0:55:14
14.	(61)	1. M70	FREYMUTH, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	0:56:59	0:56:57
15.	(128)	1. W60	RAMB, Birgit	1961		0:57:28	0:57:26
16.	(83)	3. M55	SPRAFKE, Gero	1963	Atammaya Köln	0:58:25	0:58:19
17.	(49)	1. W40	ASSADOURIAN-KURTSIEFER, Karina	1980		0:58:49	0:58:47
18.	(50)	2. W40	BECKER, Cornell	1979		1:01:52	1:01:47
19.	(53)	3. M50	BORUTTA, Mark	1970		1:04:35	1:04:31
20.	(89)	4. W50	WIEDENSOHLER, Martina	1967		1:04:35	1:04:31
21.	(93)	4. M55	ESPENLAUB, Guido	1965	TV Gladbach	1:06:12	1:06:07

Anzahl Teilnehmer: 47