



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
1.	(1192)	1. M30	GOL, Leonard	1991		0:17:15	0:17:15
2.	(885)	1. M55	RITTER, Johannes	1965	TV Refrath	0:17:31	0:17:31
3.	(866)	1. W U23	VERNIKOV, Sonja	2001	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:17:34	0:17:34
4.	(1425)	1. M	SCHÄFER, Luca	1995	DLC Aachen	0:17:35	0:17:35
5.	(908)	1. M40	WIESEN, Christoph	1983	SSF Bonn	0:17:57	0:17:57
6.	(6)	2. M30	AST, Dominik	1993	Fort Runners Köln	0:18:10	0:18:10
7.	(1445)	2. M55	SCHNEIDER, Norbert	1968	Milers colonia 2020	0:18:11	0:18:11
8.	(637)	3. M30	WIONZECK, Lukas	1990		0:18:11	0:18:12
9.	(1327)	1. MJ U20	HESEMANN, Jano	2005	Troisdorfer LG	0:18:18	0:18:18
10.	(993)	1. M35	BREMM, Martin	1988	DLC Aachen	0:18:22	0:18:22
11.	(873)	2. M35	MÜLLER, Sebastian	1986	LC Euskirchen	0:18:39	0:18:39
12.	(607)	1. M U23	TÖPFEL, Ole	2002	FSV Westerstede	0:18:50	0:18:51
13.	(869)	2. M U23	ALBRECHT, Oliver	2003	Laufschule Erfstadt	0:18:51	0:18:51
14.	(899)	2. M40	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:51	0:18:53
15.	(1475)	1. MJ U16	VERNIKOV, Jan	2008	LAZ Rhein-Sieg	0:18:56	0:18:56
16.	(888)	1. WJ U20	SCHNEIDER, Celine	2004	LAZ Rhein-Sieg	0:19:01	0:19:01
17.	(1446)	1. W45	SCHNEIDER, Silke	1976	TV Refrath	0:19:01	0:19:01
18.	(986)	1. M45	BÖTTCHER, Zaido	1976	LAZ Puma Rhein Sieg	0:19:12	0:19:13
19.	(1355)	3. M35	KÖHLER, Jonas	1988		0:19:30	0:19:32
20.	(868)	1. M50	KLUG, Oliver	1971	Laufschule Erfstadt	0:19:37	0:19:38
21.	(884)	1. W	RIETHAUSEN, Carola	1998	TV Refrath	0:19:45	0:19:46
22.	(887)	3. M40	HARTMANN, Michael	1979	RTC dasimmerdabei 04	0:19:57	0:19:58
23.	(881)	3. M55	GRUNEWALD, Ralf	1965	TV Rodenkirchen	0:20:09	0:20:11
24.	(893)	4. M30	SCHUBERT, Richard	1990	SSF Bonn Triathlon	0:20:22	0:20:22
25.	(1499)	4. M35	ZUVELA, Matt	1984	Triathlon Werkstatt	0:20:32	0:20:33
26.	(204)	1. MJ U14	JUNKERMANN, Tobias	2010	GSV Porz	0:20:30	0:20:36
27.	(247)	4. M55	LIETH, Klaus	1968	TV Refrath	0:20:37	0:20:37
28.	(669)	1. W50	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:20:59	0:20:59
29.	(612)	1. WJ U18	VAN DER VEN, Lisa	2007	KTT01	0:20:59	0:21:00
30.	(579)	2. M45	SERHANE, Anouar	1977		0:21:01	0:21:01
31.	(896)	2. MJ U16	KOLLER, Daniel	2008	SSG Königswinter	0:21:07	0:21:08
32.	(1474)	1. MJ U18	VERNIKOV, Bogdan	2007	LAZ Rhein-Sieg	0:21:15	0:21:15
33.	(680)	5. M30	FRENSER, Frank	1989	Feuerwehr Eil	0:21:04	0:21:19
34.	(1358)	2. W45	KONTIO, Anja	1977	SSF Bonn Triathlon	0:21:20	0:21:21
35.	(1479)	2. W	VOß, Victoria	1999	DLC Aachen	0:21:21	0:21:22
36.	(864)	5. M55	VOß, Steffen	1968	LG Gummersbach	0:21:21	0:21:22
37.	(249)	2. MJ U14	LÖBACH, Justus Timo	2011	Troisdorfer LG	0:21:25	0:21:26
38.	(1383)	3. M U23	MACH, Niclas	2001		0:21:18	0:21:27
39.	(592)	2. M	SPETH, Mirko	1995	SSF Bonn Triathlon	0:21:37	0:21:41
40.	(13)	3. W	BAIKOWSKI, Laura	1999	SG Zons	0:21:50	0:21:52
41.	(904)	1. W35	RIETZSCHEL, Tina	1985	SSF Bonn Triathlon	0:21:54	0:21:57
42.	(891)	6. M55	MOECKEL, Jürgen	1968	LC Euskirchen	0:21:57	0:22:07
43.	(867)	4. M U23	VERNIKOV, Wiktor	2002	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:22:23	0:22:23
44.	(897)	7. M55	KOLLER, Horst	1968	ASV St.Augustin	0:22:22	0:22:27



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
45.	(694)	5. M35	FRENSER, Thorsten	1987	Stadt Porz am Rhein	0:22:32	0:22:46
46.	(1152)	6. M30	GAUß, Simon	1992		0:22:50	0:22:52
47.	(91)	1. W30	DEUTZMANN, Katharina	1989		0:22:56	0:22:59
48.	(882)	3. W45	MARCHET, Monica	1977	TV Hoffnungsthal	0:23:10	0:23:13
49.	(1348)	4. W45	KLEIN, Alexandra	1974	TPSK 1925 e.V	0:23:15	0:23:18
50.	(153)	2. W30	HASBERG, Ascelina	1989		0:23:23	0:23:27
51.	(878)	1. W40	SCHILLINGS, Stefanie	1981	TRC Essen 84	0:23:27	0:23:30
52.	(1426)	6. M35	SCHATTEL, Dario	1987		0:23:20	0:23:37
53.	(1370)	5. M U23	LAUX, Joshua	2001		0:23:24	0:23:40
54.	(489)	3. MJ U16	ISTAS, Janis	2008	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:23:39	0:23:48
55.	(987)	2. W40	BRANDT, Doreen	1982	CBIV	0:23:48	0:23:50
56.	(1316)	2. MJ U20	HARNAU, Jonas	2004	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:23:47	0:23:51
57.	(666)	3. W40	SOEST, Christine	1980	TSV Dieringhausen	0:23:54	0:23:57
58.	(1149)	1. M60	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:24:05	0:24:05
59.	(661)	8. M55	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:15	0:24:18
60.	(677)	3. M45	RIZMANOSKI, Oliver	1978		0:23:49	0:24:22
61.	(518)	9. M55	POSCHMANN, Mike	1967	TSV Dieringhausen	0:24:23	0:24:26
62.	(1352)	10. M55	KLINKERT, Roman	1965	SSF Bonn	0:24:28	0:24:35
63.	(484)	1. W60	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:24:35	0:24:37
64.	(599)	2. M50	STROMPEN, Oliver	1970	ohne	0:24:18	0:24:38
65.	(494)	1. WJ U16	STERNBERG, Emma Magdalena	2009	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:24:37	0:24:39
66.	(912)	7. M35	BACKER, Thomas	1988	SV Bergwacht Rohren	0:24:45	0:24:47
67.	(52)	4. M45	BONCZEK, Gabriel	1978		0:24:41	0:24:48
68.	(880)	5. M45	WENZEL, Stefan	1978	TLG	0:24:58	0:24:59
69.	(252)	6. M45	LOTZ, Dirk-Henning	1974	TV Refrath	0:24:59	0:25:02
70.	(582)	5. W45	SEWERYNIK, Paulina	1974	SSF Bonn Triathlon	0:25:00	0:25:04
71.	(1407)	8. M35	POHL, Daniel	1987		0:24:49	0:25:04
72.	(1476)	6. W45	VIZZARI, Susanne	1977	TuS Köln rrh.	0:25:19	0:25:19
73.	(514)	2. W35	PITHAN, Isabella	1985	TV Refrath	0:25:19	0:25:21
74.	(855)	4. M40	DÜRRENBURG, Thomas	1981	09 Bergisch Gladbach	0:25:10	0:25:22
75.	(559)	9. M35	SCHOCH, Sebastian	1988		0:25:21	0:25:28
76.	(183)	3. M50	HOLZ, Gerd	1971	We Run This Cologne	0:25:23	0:25:28
77.	(475)	4. W	DIAWUOH, Barbara	1994	VfL Engelskirchen	0:25:29	0:25:31
78.	(528)	2. M60	REMER, Ralf	1962	Triathlonsteam Deesem	0:25:25	0:25:31
79.	(103)	5. W	EBERHARD, Kim	1999	Tus Köln rrh	0:25:27	0:25:35
80.	(856)	4. W40	FRANZKY, Diane	1983	ASV Köln	0:25:40	0:25:41
81.	(143)	1. W55	FISCHER, Ilonka	1966	Pulheimer SC	0:25:54	0:25:57
82.	(108)	3. W35	EKBERG, Denise	1986		0:25:51	0:25:58
83.	(872)	1. M65	KOHLKE, Wolfgang	1957	Knickföös Köln	0:26:09	0:26:09
84.	(1420)	2. W50	SABATSCHUS, Gabriela	1971	Triathlon Werkstatt	0:26:07	0:26:14
85.	(495)	2. WJ U18	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:26:16	0:26:19
86.	(287)	3. WJ U18	MÜLLER, Carlotta	2007		0:26:17	0:26:21
87.	(874)	5. M40	BAUMEISTER, Sebastian	1982		0:26:17	0:26:23
88.	(553)	4. WJ U18	SCHNEIDER, Julia	2007		0:26:20	0:26:24



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
89.	(670)	3. M60	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:26:20	0:26:25
90.	(1161)	4. M50	GIRBIG, Holger	1973		0:26:24	0:26:29
91.	(136)	1. WJ U14	GREGUS, Maybrit	2011	ASV	0:26:28	0:26:31
92.	(177)	6. M40	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:26:27	0:26:31
93.	(683)	5. W40	FUCHSHUBER, Kinga	1979	TV Refrath	0:26:38	0:26:45
94.	(1336)	1. M70	JANKE, Dietmar	1951	LC Rehlingen	0:26:39	0:26:46
95.	(217)	11. M55	KLEIN, Wolfgang	1965		0:26:29	0:26:48
96.	(1326)	3. W50	HERTLING, Kerstin	1971	nein	0:26:39	0:26:51
97.	(284)	2. W60	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:49	0:26:56
98.	(922)	7. M30	??, Eduardo	1989		0:26:40	0:26:57
99.	(886)	7. W45	BROCK, Susanne	1974	Troisdorfer Turnverein	0:26:54	0:27:06
100.	(895)	4. W50	HOEVER, Jutta	1970	SSF Bonn Triathlon	0:27:03	0:27:10
101.	(291)	8. M30	NACHTSHEIM, Christoph	1993	Tri Team Sinzig	0:27:02	0:27:10
102.	(48)	8. W45	BLARR, Maike	1974		0:27:12	0:27:20
103.	(251)	4. W35	LOTHMANN, Jasmin	1986		0:27:14	0:27:24
104.	(1060)	6. W40	DICK, Britta	1979	Hamich Runners	0:27:23	0:27:32
105.	(906)	9. W45	ROTHER, Ina	1978	TPSK 1925 Köln e. V.	0:27:25	0:27:37
106.	(129)	12. M55	GERHARDT, Uwe	1965	Hamich Runners e.V.	0:27:32	0:27:37
107.	(485)	2. WJ U14	NOGALSKI, Laryssa	2011	VfL Engelskirchen	0:27:33	0:27:40
108.	(90)	3. W30	DEUTSCH, Nadine	1989		0:27:36	0:27:42
109.	(97)	13. M55	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:27:41	0:27:46
110.	(894)	7. M40	NOGALSKI-ROSENBACH, Thora	1981	#lamsport	0:27:40	0:27:48
111.	(1452)	5. W50	SECK, Manuela	1970	TriCologne e.V.	0:27:36	0:27:51
112.	(66)	2. M65	BRIEGER, Thomas	1956	1. FC Spich	0:27:46	0:27:51
113.	(1416)	3. MJ U14	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:27:48	0:28:00
114.	(63)	9. M30	BREUER, Laurie	1993	Fort Runners Köln	0:27:46	0:28:07
115.	(611)	4. M60	VAN DER VEN, Christian	1963		0:28:02	0:28:08
116.	(1115)	2. WJ U20	KURLAND, Gabriella	2004		0:28:06	0:28:10
117.	(502)	14. M55	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:27:56	0:28:16
118.	(186)	2. W U23	HONNEF-RINKER, Cora	2003	RFV Clenze	0:28:15	0:28:19
119.	(512)	8. M40	PFROMM, Sebastian	1981	Pfrotzel	0:28:11	0:28:27
120.	(972)	7. W40	BARBARA, Romano	1979		0:28:11	0:28:29
121.	(491)	8. W40	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:28:41	0:28:50
122.	(201)	5. WJ U18	JOVANOVSKI, Lea	2007		0:28:51	0:28:51
123.	(234)	15. M55	KÜHNE, Kai	1966		0:28:47	0:28:57
124.	(43)	3. WJ U14	BINZ, Kira	2011	ASV Köln	0:28:51	0:28:59
125.	(747)	4. WJ U14	KÜHNE, Marie	2010	ASV Köln	0:28:56	0:28:59
126.	(580)	9. W40	SERHANE, Nadine	1981		0:28:52	0:29:02
127.	(1362)	3. M	KRAUSE, Jan	1999		0:29:06	0:29:15
128.	(1424)	4. W30	ESSER, Saskia	1989		0:28:59	0:29:18
129.	(105)	5. W35	EICHSTÄDT, Inga	1986		0:29:13	0:29:20
130.	(571)	6. W50	SCHUHMACHER, Michaela	1972		0:29:15	0:29:26
131.	(219)	7. W50	KLINGE, Tatjana	1971		0:29:16	0:29:26
132.	(200)	6. W35	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:29:16	0:29:27



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
133.	(890)	2. W55	KRATZK, Susanne	1968	LC Euskirchen	0:29:20	0:29:30
134.	(605)	5. W30	THIELE, Stephanie	1989		0:29:17	0:29:31
135.	(190)	5. WJ U14	HÜFFELMANN, Linda	2010		0:29:27	0:29:37
136.	(210)	2. M70	KERSTING, Friedel	1950		0:29:39	0:29:45
137.	(909)	10. W40	SALAS, Isabel	1983		0:29:31	0:29:45
138.	(593)	3. M65	SPÖLGEN, Joachim	1954	Erfstadt	0:29:40	0:29:45
139.	(282)	16. M55	MONTWILL, Andree	1965		0:29:40	0:29:54
140.	(85)	5. M50	DELHOFEN, Markus	1972	Running Team Grafenberg	0:29:42	0:29:56
141.	(513)	11. W40	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:29:44	0:30:06
142.	(14)	12. W40	BAIRD, Carolin	1981	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:29:59	0:30:09
143.	(44)	6. WJ U14	BINZ, Lori	2011	ASV Köln	0:30:02	0:30:10
144.	(45)	13. W40	BINZ, Nathalie	1981	ASV Köln	0:30:03	0:30:12
145.	(673)	7. M45	LEFFELSEUDER, Thomas	1977		0:29:53	0:30:13
146.	(10)	3. W60	BAER, Renate	1961	TUS Mondorf	0:30:31	0:30:33
147.	(623)	7. W35	WAITE, Laura	1987		0:30:20	0:30:42
148.	(684)	6. W30	MENNICKEN-COERS, Tina	1989	NW Readytorun	0:30:36	0:30:46
149.	(877)	3. M70	HEIMES, Dirk	1949	SC Fretter	0:30:44	0:30:56
150.	(650)	4. M65	HEßE, Axel	1958		0:30:47	0:31:01
151.	(1428)	8. W35	SCHILLER, Lydia	1988		0:30:55	0:31:14
152.	(1365)	3. W U23	KRONMÜLLER, Marie	2001		0:31:12	0:31:30
153.	(569)	7. WJ U14	SCHUBA, Laura	2011		0:31:46	0:32:00
154.	(570)	9. W35	SCHUBA, Sandra	1984		0:31:48	0:32:03
155.	(148)	17. M55	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	0:32:06	0:32:12
156.	(74)	14. W40	CANDAN, Monika	1981		0:32:01	0:32:13
157.	(5)	1. W65	ANNETTE, Roder	1956	TS Frechen	0:32:01	0:32:13
158.	(503)	1. W70	PALFI, Matilda	1952	MP.Ladies Run	0:32:06	0:32:18
159.	(748)	4. W U23	HIRSCHFELD, Lea Sophie	2002		0:32:25	0:32:29
160.	(1492)	5. W U23	ZEY, Andreina	2001		0:32:32	0:32:51
161.	(112)	6. W	FABER, Rebecca	1995		0:32:59	0:33:06
162.	(151)	8. M45	HARITZ, Holger	1975	Feuerwehr Langenfeld	0:32:57	0:33:19
163.	(118)	8. W50	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Cologne Allblacks	0:33:15	0:33:22
164.	(1421)	8. WJ U14	SALOMON, Sara Kumari	2010	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:33:33	0:33:36
165.	(1448)	7. W30	SCHNEPPENDAHL, Jennifer	1992		0:33:38	0:34:02
166.	(1478)	6. W U23	VON ONDARZA, Leonie	2002		0:34:09	0:34:26
167.	(665)	5. M65	BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:34:22	0:34:31
168.	(3)	2. W65	ALFLEN, Monika	1958		0:34:22	0:34:35
169.	(265)	8. W30	MATTHES, Pia	1991		0:34:55	0:35:02
170.	(1477)	10. W45	VOM BERG, Jennyfer	1976		0:34:42	0:35:03
171.	(602)	1. W75	SÜß-DAHMEN, Renate	1944		0:34:58	0:35:10
172.	(903)	9. W50	SÜß, Nicole	1970	Lufthansa Pinguine	0:34:59	0:35:10
173.	(8)	3. W65	AYCHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	0:35:11	0:35:22
174.	(1323)	7. W U23	HECKER, Leonie	2001		0:35:17	0:35:27
175.	(285)	4. M70	MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:35:21	0:35:38
176.	(1339)	11. W45	JOANA, Funke	1975		0:35:22	0:35:42



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · OVERALL-RANKING

RG	NR	RG AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	NETTO	ZEIT
177.	(1130)	10. W35	EVA, Schrödter	1985		0:35:25	0:35:45
178.	(995)	7. W	BRINK, Lea	2000		0:35:43	0:36:00
179.	(743)	11. W35	FROITZHEIM, Aurelia	1984	MACH3 Köln e.V.	0:36:02	0:36:02
180.	(742)	12. W35	JUNG, Isabella Rosa	1984		0:36:03	0:36:03
181.	(862)	9. M45	KÖNIGS, Thomas	1975		0:36:31	0:36:34
182.	(1381)	10. W50	LUDWIG, Marion	1970		0:36:36	0:36:49
183.	(861)	10. M35	HEERSTRAB, Oliver	1984	ASG Elsdorf	0:36:53	0:37:09
184.	(238)	5. M60	LEEFERS, Helge	1963		0:37:35	0:37:57
185.	(1467)	8. W U23	TIETLER, Fenja	2001		0:37:56	0:38:13
186.	(745)	9. W30	SIEGEL, Sandra	1989		0:38:33	0:38:33
187.	(638)	5. M70	WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:38:31	0:38:42
188.	(12)	4. W60	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:38:21	0:38:42
189.	(511)	15. W40	PFROMM, Sarah	1979	Pfrotzel	0:38:44	0:38:59
190.	(920)	4. W65	ARNDT, Bärbel	1956		0:38:50	0:39:07
191.	(921)	6. M65	ARNDT, Hartmut	1957	ASV Köln	0:38:51	0:39:07
192.	(209)	6. M60	KERKOW, Detlev	1963	LTMONHEIMRUNWALK	0:39:14	0:39:26
193.	(128)	3. WJ U20	GERHARDT, Enya	2004	Hamich Runners e.V.	0:39:35	0:39:51
194.	(744)	11. M35	SIEGEL, Christopher	1986		0:40:56	0:40:56
195.	(212)	3. W55	KEßLER, Doris	1967		0:41:07	0:41:20
196.	(84)	11. W50	DASSLER, Tanja	1969		0:41:07	0:41:20
197.	(648)	7. M65	ZITZEN, Bernd	1955		0:44:07	0:44:28
198.	(1030)	8. W	CIOBAN, Sofia	2000		0:44:38	0:44:56
199.	(1484)	9. W	WEIß, Antonia	1998		0:44:38	0:44:56
200.	(1318)	12. W50	HARNAU, Verena	1973	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:48:07	0:48:16
DNF	(253)	W U23	LOZADA, Katy	2002	Die Jachs		



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH							
1.	(1192)	1.	M30	GOL, Leonard	1991		0:17:15
2.	(885)	1.	M55	RITTER, Johannes	1965	TV Refrath	0:17:31
3.	(1425)	1.	M	SCHÄFER, Luca	1995	DLC Aachen	0:17:35
4.	(908)	1.	M40	WIESEN, Christoph	1983	SSF Bonn	0:17:57
5.	(6)	2.	M30	AST, Dominik	1993	Fort Runners Köln	0:18:10
6.	(1445)	2.	M55	SCHNEIDER, Norbert	1968	Milers colonia 2020	0:18:11
7.	(637)	3.	M30	WIONZECK, Lukas	1990		0:18:12
8.	(1327)	1.	MJ U20	HESEMANN, Jano	2005	Troisdorfer LG	0:18:18
9.	(993)	1.	M35	BREMM, Martin	1988	DLC Aachen	0:18:22
10.	(873)	2.	M35	MÜLLER, Sebastian	1986	LC Euskirchen	0:18:39
11.	(607)	1.	M U23	TÖPFEL, Ole	2002	FSV Westerstede	0:18:51
12.	(869)	2.	M U23	ALBRECHT, Oliver	2003	Laufschule Erftstadt	0:18:51
13.	(899)	2.	M40	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:53
14.	(1475)	1.	MJ U16	VERNIKOV, Jan	2008	LAZ Rhein-Sieg	0:18:56
15.	(986)	1.	M45	BÖTTCHER, Zaido	1976	LAZ Puma Rhein Sieg	0:19:13
16.	(1355)	3.	M35	KÖHLER, Jonas	1988		0:19:32
17.	(868)	1.	M50	KLUG, Oliver	1971	Laufschule Erftstadt	0:19:38
18.	(887)	3.	M40	HARTMANN, Michael	1979	RTC dasimmerdabei 04	0:19:58
19.	(881)	3.	M55	GRUNEWALD, Ralf	1965	TV Rodenkirchen	0:20:11
20.	(893)	4.	M30	SCHUBERT, Richard	1990	SSF Bonn Triathlon	0:20:22
21.	(1499)	4.	M35	ZUVELA, Matt	1984	Triathlon Werkstatt	0:20:33
22.	(204)	1.	MJ U14	JUNKERMANN, Tobias	2010	GSV Porz	0:20:36
23.	(247)	4.	M55	LIETH, Klaus	1968	TV Refrath	0:20:37
24.	(579)	2.	M45	SERHANE, Anouar	1977		0:21:01
25.	(896)	2.	MJ U16	KOLLER, Daniel	2008	SSG Königswinter	0:21:08
26.	(1474)	1.	MJ U18	VERNIKOV, Bogdan	2007	LAZ Rhein-Sieg	0:21:15
27.	(680)	5.	M30	FRENSER, Frank	1989	Feuerwehr Eil	0:21:19
28.	(864)	5.	M55	VOß, Steffen	1968	LG Gummersbach	0:21:22
29.	(249)	2.	MJ U14	LÖBACH, Justus Timo	2011	Troisdorfer LG	0:21:26
30.	(1383)	3.	M U23	MACH, Niclas	2001		0:21:27
31.	(592)	2.	M	SPETH, Mirko	1995	SSF Bonn Triathlon	0:21:41
32.	(891)	6.	M55	MOECKEL, Jürgen	1968	LC Euskirchen	0:22:07
33.	(867)	4.	M U23	VERNIKOV, Wiktor	2002	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:22:23
34.	(897)	7.	M55	KOLLER, Horst	1968	ASV St. Augustin	0:22:27
35.	(694)	5.	M35	FRENSER, Thorsten	1987	Stadt Porz am Rhein	0:22:46
36.	(1152)	6.	M30	GAUß, Simon	1992		0:22:52
37.	(1426)	6.	M35	SCHATTEL, Dario	1987		0:23:37
38.	(1370)	5.	M U23	LAUX, Joshua	2001		0:23:40
39.	(489)	3.	MJ U16	ISTAS, Janis	2008	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:23:48
40.	(1316)	2.	MJ U20	HARNAU, Jonas	2004	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:23:51
41.	(1149)	1.	M60	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:24:05
42.	(661)	8.	M55	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:18



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH							
43.	(677)	3.	M45	RIZMANOSKI, Oliver	1978		0:24:22
44.	(518)	9.	M55	POSCHMANN, Mike	1967	TSV Dieringhausen	0:24:26
45.	(1352)	10.	M55	KLINKERT, Roman	1965	SSF Bonn	0:24:35
46.	(599)	2.	M50	STROMPEN, Oliver	1970	ohne	0:24:38
47.	(912)	7.	M35	BACKER, Thomas	1988	SV Bergwacht Rohren	0:24:47
48.	(52)	4.	M45	BONCZEK, Gabriel	1978		0:24:48
49.	(880)	5.	M45	WENZEL, Stefan	1978	TLG	0:24:59
50.	(252)	6.	M45	LOTZ, Dirk-Henning	1974	TV Refrath	0:25:02
51.	(1407)	8.	M35	POHL, Daniel	1987		0:25:04
52.	(855)	4.	M40	DÜRRENBURG, Thomas	1981	09 Bergisch Gladbach	0:25:22
53.	(559)	9.	M35	SCHOCH, Sebastian	1988		0:25:28
54.	(183)	3.	M50	HOLZ, Gerd	1971	We Run This Cologne	0:25:28
55.	(528)	2.	M60	REMER, Ralf	1962	Triathlonteam Deesem	0:25:31
56.	(872)	1.	M65	KOHLKE, Wolfgang	1957	Knickföös Köln	0:26:09
57.	(874)	5.	M40	BAUMEISTER, Sebastian	1982		0:26:23
58.	(670)	3.	M60	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:26:25
59.	(1161)	4.	M50	GIRBIG, Holger	1973		0:26:29
60.	(177)	6.	M40	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:26:31
61.	(1336)	1.	M70	JANKE, Dietmar	1951	LC Rehlingen	0:26:46
62.	(217)	11.	M55	KLEIN, Wolfgang	1965		0:26:48
63.	(922)	7.	M30	??, Eduardo	1989		0:26:57
64.	(291)	8.	M30	NACHTSHEIM, Christoph	1993	Tri Team Sinzig	0:27:10
65.	(129)	12.	M55	GERHARDT, Uwe	1965	Hamich Runners e.V.	0:27:37
66.	(97)	13.	M55	DREBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:27:46
67.	(894)	7.	M40	NOGALSKI-ROSENBACH, Thora	1981	#lamsport	0:27:48
68.	(66)	2.	M65	BRIEGER, Thomas	1956	1. FC Spich	0:27:51
69.	(1416)	3.	MJ U14	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:28:00
70.	(63)	9.	M30	BREUER, Laurie	1993	Fort Runners Köln	0:28:07
71.	(611)	4.	M60	VAN DER VEN, Christian	1963		0:28:08
72.	(502)	14.	M55	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:28:16
73.	(512)	8.	M40	PFROMM, Sebastian	1981	Pfrotzel	0:28:27
74.	(234)	15.	M55	KÜHNE, Kai	1966		0:28:57
75.	(1362)	3.	M	KRAUSE, Jan	1999		0:29:15
76.	(210)	2.	M70	KERSTING, Friedel	1950		0:29:45
77.	(593)	3.	M65	SPÖLGEN, Joachim	1954	Erfstadt	0:29:45
78.	(282)	16.	M55	MONTWILL, Andree	1965		0:29:54
79.	(85)	5.	M50	DELHOFEN, Markus	1972	Running Team Grafenberg	0:29:56
80.	(673)	7.	M45	LEFFELSEUDER, Thomas	1977		0:30:13
81.	(877)	3.	M70	HEIMES, Dirk	1949	SC Fretter	0:30:56
82.	(650)	4.	M65	HEßE, Axel	1958		0:31:01
83.	(148)	17.	M55	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	0:32:12
84.	(151)	8.	M45	HARITZ, Holger	1975	Feuerwehr Langenfeld	0:33:19



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNLICH							
85.	(665)	5.	M65	BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:34:31
86.	(285)	4.	M70	MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:35:38
87.	(862)	9.	M45	KÖNIGS, Thomas	1975		0:36:34
88.	(861)	10.	M35	HEERSTRAB, Oliver	1984	ASG Elsdorf	0:37:09
89.	(238)	5.	M60	LEEFERS, Helge	1963		0:37:57
90.	(638)	5.	M70	WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:38:42
91.	(921)	6.	M65	ARNDT, Hartmut	1957	ASV Köln	0:39:07
92.	(209)	6.	M60	KERKOW, Detlev	1963	LTMONHEIMRUNWALK	0:39:26
93.	(744)	11.	M35	SIEGEL, Christopher	1986		0:40:56
94.	(648)	7.	M65	ZITZEN, Bernd	1955		0:44:28



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH							
1.	(866)	1.	W U23	VERNIKOV, Sonja	2001	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:17:34
2.	(888)	1.	WJ U20	SCHNEIDER, Celine	2004	LAZ Rhein-Sieg	0:19:01
3.	(1446)	1.	W45	SCHNEIDER, Silke	1976	TV Refrath	0:19:01
4.	(884)	1.	W	RIETHAUSEN, Carola	1998	TV Refrath	0:19:46
5.	(669)	1.	W50	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:20:59
6.	(612)	1.	WJ U18	VAN DER VEN, Lisa	2007	KTT01	0:21:00
7.	(1358)	2.	W45	KONTIO, Anja	1977	SSF Bonn Triathlon	0:21:21
8.	(1479)	2.	W	VOß, Victoria	1999	DLC Aachen	0:21:22
9.	(13)	3.	W	BAIKOWSKI, Laura	1999	SG Zons	0:21:52
10.	(904)	1.	W35	RIETZSCHEL, Tina	1985	SSF Bonn Triathlon	0:21:57
11.	(91)	1.	W30	DEUTZMANN, Katharina	1989		0:22:59
12.	(882)	3.	W45	MARCHET, Monica	1977	TV Hoffnungsthal	0:23:13
13.	(1348)	4.	W45	KLEIN, Alexandra	1974	TPSK 1925 e.V	0:23:18
14.	(153)	2.	W30	HASBERG, Ascelina	1989		0:23:27
15.	(878)	1.	W40	SCHILLINGS, Stefanie	1981	TRC Essen 84	0:23:30
16.	(987)	2.	W40	BRANDT, Doreen	1982	CBIV	0:23:50
17.	(666)	3.	W40	SOEST, Christine	1980	TSV Dieringhausen	0:23:57
18.	(484)	1.	W60	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:24:37
19.	(494)	1.	WJ U16	STERNBERG, Emma Magdalena	2009	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:24:39
20.	(582)	5.	W45	SEWERYNIK, Paulina	1974	SSF Bonn Triathlon	0:25:04
21.	(1476)	6.	W45	VIZZARI, Susanne	1977	TuS Köln rrh.	0:25:19
22.	(514)	2.	W35	PITHAN, Isabella	1985	TV Refrath	0:25:21
23.	(475)	4.	W	DIAWUOH, Barbara	1994	VfL Engelskirchen	0:25:31
24.	(103)	5.	W	EBERHARD, Kim	1999	Tus Köln rrh	0:25:35
25.	(856)	4.	W40	FRANZKY, Diane	1983	ASV Köln	0:25:41
26.	(143)	1.	W55	FISCHER, Ilonka	1966	Pulheimer SC	0:25:57
27.	(108)	3.	W35	EKBERG, Denise	1986		0:25:58
28.	(1420)	2.	W50	SABATSCHUS, Gabriela	1971	Triathlon Werkstatt	0:26:14
29.	(495)	2.	WJ U18	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:26:19
30.	(287)	3.	WJ U18	MÜLLER, Carlotta	2007		0:26:21
31.	(553)	4.	WJ U18	SCHNEIDER, Julia	2007		0:26:24
32.	(136)	1.	WJ U14	GREGUS, Maybrit	2011	ASV	0:26:31
33.	(683)	5.	W40	FUCHSHUBER, Kinga	1979	TV Refrath	0:26:45
34.	(1326)	3.	W50	HERTLING, Kerstin	1971	nein	0:26:51
35.	(284)	2.	W60	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:56
36.	(886)	7.	W45	BROCK, Susanne	1974	Troisdorfer Turnverein	0:27:06
37.	(895)	4.	W50	HOEVER, Jutta	1970	SSF Bonn Triathlon	0:27:10
38.	(48)	8.	W45	BLARR, Maike	1974		0:27:20
39.	(251)	4.	W35	LOTHMANN, Jasmin	1986		0:27:24
40.	(1060)	6.	W40	DICK, Britta	1979	Hamich Runners	0:27:32
41.	(906)	9.	W45	ROTHE, Ina	1978	TPSK 1925 Köln e. V.	0:27:37
42.	(485)	2.	WJ U14	NOGALSKI, Laryssa	2011	VfL Engelskirchen	0:27:40



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH							
43.	(90)	3.	W30	DEUTSCH, Nadine	1989		0:27:42
44.	(1452)	5.	W50	SECK, Manuela	1970	TriCologne e.V.	0:27:51
45.	(1115)	2.	WJ U20	KURLAND, Gabriella	2004		0:28:10
46.	(186)	2.	W U23	HONNEF-RINKER, Cora	2003	RFV Clenze	0:28:19
47.	(972)	7.	W40	BARBARA, Romano	1979		0:28:29
48.	(491)	8.	W40	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:28:50
49.	(201)	5.	WJ U18	JOVANOVSKI, Lea	2007		0:28:51
50.	(43)	3.	WJ U14	BINZ, Kira	2011	ASV Köln	0:28:59
51.	(747)	4.	WJ U14	KÜHNE, Marie	2010	ASV Köln	0:28:59
52.	(580)	9.	W40	SERHANE, Nadine	1981		0:29:02
53.	(1424)	4.	W30	ESSER, Saskia	1989		0:29:18
54.	(105)	5.	W35	EICHSTÄDT, Inga	1986		0:29:20
55.	(571)	6.	W50	SCHUHMACHER, Michaela	1972		0:29:26
56.	(219)	7.	W50	KLINGE, Tatjana	1971		0:29:26
57.	(200)	6.	W35	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:29:27
58.	(890)	2.	W55	KRATZK, Susanne	1968	LC Euskirchen	0:29:30
59.	(605)	5.	W30	THIELE, Stephanie	1989		0:29:31
60.	(190)	5.	WJ U14	HÜFFELMANN, Linda	2010		0:29:37
61.	(909)	10.	W40	SALAS, Isabel	1983		0:29:45
62.	(513)	11.	W40	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:30:06
63.	(14)	12.	W40	BAIRD, Carolin	1981	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:30:09
64.	(44)	6.	WJ U14	BINZ, Lori	2011	ASV Köln	0:30:10
65.	(45)	13.	W40	BINZ, Nathalie	1981	ASV Köln	0:30:12
66.	(10)	3.	W60	BAER, Renate	1961	TUS Mondorf	0:30:33
67.	(623)	7.	W35	WAITE, Laura	1987		0:30:42
68.	(684)	6.	W30	MENNICKEN-COERS, Tina	1989	NW Readytorun	0:30:46
69.	(1428)	8.	W35	SCHILLER, Lydia	1988		0:31:14
70.	(1365)	3.	W U23	KRONMÜLLER, Marie	2001		0:31:30
71.	(569)	7.	WJ U14	SCHUBA, Laura	2011		0:32:00
72.	(570)	9.	W35	SCHUBA, Sandra	1984		0:32:03
73.	(74)	14.	W40	CANDAN, Monika	1981		0:32:13
74.	(5)	1.	W65	ANNETTE, Roder	1956	TS Frechen	0:32:13
75.	(503)	1.	W70	PALFI, Matilda	1952	MP.Ladies Run	0:32:18
76.	(748)	4.	W U23	HIRSCHFELD, Lea Sophie	2002		0:32:29
77.	(1492)	5.	W U23	ZEY, Andreina	2001		0:32:51
78.	(112)	6.	W	FABER, Rebecca	1995		0:33:06
79.	(118)	8.	W50	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Cologne Allblacks	0:33:22
80.	(1421)	8.	WJ U14	SALOMON, Sara Kumari	2010	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:33:36
81.	(1448)	7.	W30	SCHNEPPENDAHL, Jennifer	1992		0:34:02
82.	(1478)	6.	W U23	VON ONDARZA, Leonie	2002		0:34:26
83.	(3)	2.	W65	ALFLEN, Monika	1958		0:34:35
84.	(265)	8.	W30	MATTHES, Pia	1991		0:35:02



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH GESCHLECHT

RG	NR	RG	AK	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
WEIBLICH							
85.	(1477)	10.	W45	VOM BERG, Jennyfer	1976		0:35:03
86.	(602)	1.	W75	SÜß-DAHMEN, Renate	1944		0:35:10
87.	(903)	9.	W50	SÜß, Nicole	1970	Lufthansa Pinguine	0:35:10
88.	(8)	3.	W65	AYCHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	0:35:22
89.	(1323)	7.	W U23	HECKER, Leonie	2001		0:35:27
90.	(1339)	11.	W45	JOANA, Funke	1975		0:35:42
91.	(1130)	10.	W35	EVA, Schrödter	1985		0:35:45
92.	(995)	7.	W	BRINK, Lea	2000		0:36:00
93.	(743)	11.	W35	FROITZHEIM, Aurelia	1984	MACH3 Köln e.V.	0:36:02
94.	(742)	12.	W35	JUNG, Isabella Rosa	1984		0:36:03
95.	(1381)	10.	W50	LUDWIG, Marion	1970		0:36:49
96.	(1467)	8.	W U23	TIETLER, Fenja	2001		0:38:13
97.	(745)	9.	W30	SIEGEL, Sandra	1989		0:38:33
98.	(12)	4.	W60	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:38:42
99.	(511)	15.	W40	PFROMM, Sarah	1979	Pfrotzel	0:38:59
100.	(920)	4.	W65	ARNDT, Bärbel	1956		0:39:07
101.	(128)	3.	WJ U20	GERHARDT, Enya	2004	Hamich Runners e.V.	0:39:51
102.	(212)	3.	W55	KEßLER, Doris	1967		0:41:20
103.	(84)	11.	W50	DASSLER, Tanja	1969		0:41:20
104.	(1030)	8.	W	CIOBAN, Sofia	2000		0:44:56
105.	(1484)	9.	W	WEIß, Antonia	1998		0:44:56
106.	(1318)	12.	W50	HARNAU, Verena	1973	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:48:16
DNF	(253)		W U23	LOZADA, Katy	2002	Die Jachs	

Anzahl Teilnehmer: 201



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNER							
1.	(1425)	3.	M	SCHÄFER, Luca	1995	DLC Aachen	0:17:35
2.	(592)	31.	M	SPETH, Mirko	1995	SSF Bonn Triathlon	0:21:41
3.	(1362)	75.	M	KRAUSE, Jan	1999		0:29:15
JUNIOREN U23							
1.	(607)	11.	M	TÖPFEL, Ole	2002	FSV Westerstede	0:18:51
2.	(869)	12.	M	ALBRECHT, Oliver	2003	Laufschule Ertstadt	0:18:51
3.	(1383)	30.	M	MACH, Niclas	2001		0:21:27
4.	(867)	33.	M	VERNIKOV, Wiktor	2002	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:22:23
5.	(1370)	38.	M	LAUX, Joshua	2001		0:23:40
SENIOREN M30							
1.	(1192)	1.	M	GOL, Leonard	1991		0:17:15
2.	(6)	5.	M	AST, Dominik	1993	Fort Runners Köln	0:18:10
3.	(637)	7.	M	WIONZECK, Lukas	1990		0:18:12
4.	(893)	20.	M	SCHUBERT, Richard	1990	SSF Bonn Triathlon	0:20:22
5.	(680)	27.	M	FRENSER, Frank	1989	Feuerwehr Eil	0:21:19
6.	(1152)	36.	M	GAUß, Simon	1992		0:22:52
7.	(922)	63.	M	??, Eduardo	1989		0:26:57
8.	(291)	64.	M	NACHTSHEIM, Christoph	1993	Tri Team Sinzig	0:27:10
9.	(63)	70.	M	BREUER, Laurie	1993	Fort Runners Köln	0:28:07
SENIOREN M35							
1.	(993)	9.	M	BREMM, Martin	1988	DLC Aachen	0:18:22
2.	(873)	10.	M	MÜLLER, Sebastian	1986	LC Euskirchen	0:18:39
3.	(1355)	16.	M	KÖHLER, Jonas	1988		0:19:32
4.	(1499)	21.	M	ZUVELA, Matt	1984	Triathlon Werkstatt	0:20:33
5.	(694)	35.	M	FRENSER, Thorsten	1987	Stadt Porz am Rhein	0:22:46
6.	(1426)	37.	M	SCHATTEL, Dario	1987		0:23:37
7.	(912)	47.	M	BACKER, Thomas	1988	SV Bergwacht Rohren	0:24:47
8.	(1407)	51.	M	POHL, Daniel	1987		0:25:04
9.	(559)	53.	M	SCHOCH, Sebastian	1988		0:25:28
10.	(861)	88.	M	HEERSTRAB, Oliver	1984	ASG Elsdorf	0:37:09
11.	(744)	93.	M	SIEGEL, Christopher	1986		0:40:56



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M40							
1.	(908)	4.	M	WIESEN, Christoph	1983	SSF Bonn	0:17:57
2.	(899)	13.	M	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:53
3.	(887)	18.	M	HARTMANN, Michael	1979	RTC dasimmerdabei 04	0:19:58
4.	(855)	52.	M	DÜRRENBURG, Thomas	1981	09 Bergisch Gladbach	0:25:22
5.	(874)	57.	M	BAUMEISTER, Sebastian	1982		0:26:23
6.	(177)	60.	M	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:26:31
7.	(894)	67.	M	NOGALSKI-ROSENBACH, Thora	1981	#lamsport	0:27:48
8.	(512)	73.	M	PFROMM, Sebastian	1981	Pfrotzel	0:28:27
SENIOREN M45							
1.	(986)	15.	M	BÖTTCHER, Zaido	1976	LAZ Puma Rhein Sieg	0:19:13
2.	(579)	24.	M	SERHANE, Anouar	1977		0:21:01
3.	(677)	43.	M	RIZMANOSKI, Oliver	1978		0:24:22
4.	(52)	48.	M	BONCZEK, Gabriel	1978		0:24:48
5.	(880)	49.	M	WENZEL, Stefan	1978	TLG	0:24:59
6.	(252)	50.	M	LOTZ, Dirk-Henning	1974	TV Refrath	0:25:02
7.	(673)	80.	M	LEFFELSEUDER, Thomas	1977		0:30:13
8.	(151)	84.	M	HARITZ, Holger	1975	Feuerwehr Langenfeld	0:33:19
9.	(862)	87.	M	KÖNIGS, Thomas	1975		0:36:34
SENIOREN M50							
1.	(868)	17.	M	KLUG, Oliver	1971	Laufschule Erftstadt	0:19:38
2.	(599)	46.	M	STROMPEN, Oliver	1970	ohne	0:24:38
3.	(183)	54.	M	HOLZ, Gerd	1971	We Run This Cologne	0:25:28
4.	(1161)	59.	M	GIRBIG, Holger	1973		0:26:29
5.	(85)	79.	M	DELHOFEN, Markus	1972	Running Team Grafenberg	0:29:56



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIOREN M55							
1.	(885)	2.	M	RITTER, Johannes	1965	TV Refrath	0:17:31
2.	(1445)	6.	M	SCHNEIDER, Norbert	1968	Milers colonia 2020	0:18:11
3.	(881)	19.	M	GRUNEWALD, Ralf	1965	TV Rodenkirchen	0:20:11
4.	(247)	23.	M	LIETH, Klaus	1968	TV Refrath	0:20:37
5.	(864)	28.	M	VOß, Steffen	1968	LG Gummersbach	0:21:22
6.	(891)	32.	M	MOECKEL, Jürgen	1968	LC Euskirchen	0:22:07
7.	(897)	34.	M	KOLLER, Horst	1968	ASV St.Augustin	0:22:27
8.	(661)	42.	M	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:18
9.	(518)	44.	M	POSCHMANN, Mike	1967	TSV Dieringhausen	0:24:26
10.	(1352)	45.	M	KLINKERT, Roman	1965	SSF Bonn	0:24:35
11.	(217)	62.	M	KLEIN, Wolfgang	1965		0:26:48
12.	(129)	65.	M	GERHARDT, Uwe	1965	Hamich Runners e.V.	0:27:37
13.	(97)	66.	M	DRESBACH, Frank	1967	Cologne Allblacks	0:27:46
14.	(502)	72.	M	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:28:16
15.	(234)	74.	M	KÜHNE, Kai	1966		0:28:57
16.	(282)	78.	M	MONTWILL, Andree	1965		0:29:54
17.	(148)	83.	M	HANSEN, Christoph	1965	Cologne Allblacks	0:32:12
SENIOREN M60							
1.	(1149)	41.	M	FUCK, Jürgen	1960	Bornheim	0:24:05
2.	(528)	55.	M	REMERS, Ralf	1962	Triathlonteam Deesem	0:25:31
3.	(670)	58.	M	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:26:25
4.	(611)	71.	M	VAN DER VEN, Christian	1963		0:28:08
5.	(238)	89.	M	LEEFERS, Helge	1963		0:37:57
6.	(209)	92.	M	KERKOW, Detlev	1963	LTMONHEIMRUNWALK	0:39:26
SENIOREN M65							
1.	(872)	56.	M	KOHLKE, Wolfgang	1957	Knickföös Köln	0:26:09
2.	(66)	68.	M	BRIEGER, Thomas	1956	1. FC Spich	0:27:51
3.	(593)	77.	M	SPÖLGEN, Joachim	1954	Erfstadt	0:29:45
4.	(650)	82.	M	HEßE, Axel	1958		0:31:01
5.	(665)	85.	M	BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:34:31
6.	(921)	91.	M	ARNDT, Hartmut	1957	ASV Köln	0:39:07
7.	(648)	94.	M	ZITZEN, Bernd	1955		0:44:28
SENIOREN M70							
1.	(1336)	61.	M	JANKE, Dietmar	1951	LC Rehlingen	0:26:46
2.	(210)	76.	M	KERSTING, Friedel	1950		0:29:45
3.	(877)	81.	M	HEIMES, Dirk	1949	SC Fretter	0:30:56
4.	(285)	86.	M	MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:35:38
5.	(638)	90.	M	WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:38:42



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
MÄNNL. JUGEND U14							
1.	(204)	22.	M	JUNKERMANN, Tobias	2010	GSV Porz	0:20:36
2.	(249)	29.	M	LÖBACH, Justus Timo	2011	Troisdorfer LG	0:21:26
3.	(1416)	69.	M	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:28:00
MÄNNL. JUGEND U16							
1.	(1475)	14.	M	VERNIKOV, Jan	2008	LAZ Rhein-Sieg	0:18:56
2.	(896)	25.	M	KOLLER, Daniel	2008	SSG Königswinter	0:21:08
3.	(489)	39.	M	ISTAS, Janis	2008	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:23:48
MÄNNL. JUGEND U18							
1.	(1474)	26.	M	VERNIKOV, Bogdan	2007	LAZ Rhein-Sieg	0:21:15
MÄNNL. JUGEND U20							
1.	(1327)	8.	M	HESEMANN, Jano	2005	Troisdorfer LG	0:18:18
2.	(1316)	40.	M	HARNAU, Jonas	2004	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:23:51
FRAUEN							
1.	(884)	4.	W	RIETHAUSEN, Carola	1998	TV Refrath	0:19:46
2.	(1479)	8.	W	VOß, Victoria	1999	DLC Aachen	0:21:22
3.	(13)	9.	W	BAIKOWSKI, Laura	1999	SG Zons	0:21:52
4.	(475)	23.	W	DIAWUOH, Barbara	1994	VfL Engelskirchen	0:25:31
5.	(103)	24.	W	EBERHARD, Kim	1999	Tus Köln rrh	0:25:35
6.	(112)	78.	W	FABER, Rebecca	1995		0:33:06
7.	(995)	92.	W	BRINK, Lea	2000		0:36:00
8.	(1030)	104.	W	CIOBAN, Sofia	2000		0:44:56
9.	(1484)	105.	W	WEIß, Antonia	1998		0:44:56
JUNIORINNEN U23							
1.	(866)	1.	W	VERNIKOV, Sonja	2001	Ski-Keller Kaulard & Schroiff	0:17:34
2.	(186)	46.	W	HONNEF-RINKER, Cora	2003	RFV Clenze	0:28:19
3.	(1365)	70.	W	KRONMÜLLER, Marie	2001		0:31:30
4.	(748)	76.	W	HIRSCHFELD, Lea Sophie	2002		0:32:29
5.	(1492)	77.	W	ZEY, Andreina	2001		0:32:51
6.	(1478)	82.	W	VON ONDARZA, Leonie	2002		0:34:26
7.	(1323)	89.	W	HECKER, Leonie	2001		0:35:27
8.	(1467)	96.	W	TIETLER, Fenja	2001		0:38:13
DNF	(253)		W	LOZADA, Katy	2002	Die Jachs	



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W30							
1.	(91)	11.	W	DEUTZMANN, Katharina	1989		0:22:59
2.	(153)	14.	W	HASBERG, Ascelina	1989		0:23:27
3.	(90)	43.	W	DEUTSCH, Nadine	1989		0:27:42
4.	(1424)	53.	W	ESSER, Saskia	1989		0:29:18
5.	(605)	59.	W	THIELE, Stephanie	1989		0:29:31
6.	(684)	68.	W	MENNICKEN-COERS, Tina	1989	NW Readytorun	0:30:46
7.	(1448)	81.	W	SCHNEPPENDAHL, Jennifer	1992		0:34:02
8.	(265)	84.	W	MATTHES, Pia	1991		0:35:02
9.	(745)	97.	W	SIEGEL, Sandra	1989		0:38:33
SENIORINNEN W35							
1.	(904)	10.	W	RIETZSCHEL, Tina	1985	SSF Bonn Triathlon	0:21:57
2.	(514)	22.	W	PITHAN, Isabella	1985	TV Refrath	0:25:21
3.	(108)	27.	W	EKBERG, Denise	1986		0:25:58
4.	(251)	39.	W	LOTHMANN, Jasmin	1986		0:27:24
5.	(105)	54.	W	EICHSTÄDT, Inga	1986		0:29:20
6.	(200)	57.	W	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:29:27
7.	(623)	67.	W	WAITE, Laura	1987		0:30:42
8.	(1428)	69.	W	SCHILLER, Lydia	1988		0:31:14
9.	(570)	72.	W	SCHUBA, Sandra	1984		0:32:03
10.	(1130)	91.	W	EVA, Schrödter	1985		0:35:45
11.	(743)	93.	W	FROITZHEIM, Aurelia	1984	MACH3 Köln e.V.	0:36:02
12.	(742)	94.	W	JUNG, Isabella Rosa	1984		0:36:03
SENIORINNEN W40							
1.	(878)	15.	W	SCHILLINGS, Stefanie	1981	TRC Essen 84	0:23:30
2.	(987)	16.	W	BRANDT, Doreen	1982	CBIV	0:23:50
3.	(666)	17.	W	SOEST, Christine	1980	TSV Dieringhausen	0:23:57
4.	(856)	25.	W	FRANZKY, Diane	1983	ASV Köln	0:25:41
5.	(683)	33.	W	FUCHSHUBER, Kinga	1979	TV Refrath	0:26:45
6.	(1060)	40.	W	DICK, Britta	1979	Hamich Runners	0:27:32
7.	(972)	47.	W	BARBARA, Romano	1979		0:28:29
8.	(491)	48.	W	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:28:50
9.	(580)	52.	W	SERHANE, Nadine	1981		0:29:02
10.	(909)	61.	W	SALAS, Isabel	1983		0:29:45
11.	(513)	62.	W	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:30:06
12.	(14)	63.	W	BAIRD, Carolin	1981	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:30:09
13.	(45)	65.	W	BINZ, Nathalie	1981	ASV Köln	0:30:12
14.	(74)	73.	W	CANDAN, Monika	1981		0:32:13
15.	(511)	99.	W	PFROMM, Sarah	1979	Pfrotzel	0:38:59



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W45							
1.	(1446)	3.	W	SCHNEIDER, Silke	1976	TV Refrath	0:19:01
2.	(1358)	7.	W	KONTIO, Anja	1977	SSF Bonn Triathlon	0:21:21
3.	(882)	12.	W	MARCHET, Monica	1977	TV Hoffnungsthal	0:23:13
4.	(1348)	13.	W	KLEIN, Alexandra	1974	TPSK 1925 e.V	0:23:18
5.	(582)	20.	W	SEWERYNIK, Paulina	1974	SSF Bonn Triathlon	0:25:04
6.	(1476)	21.	W	VIZZARI, Susanne	1977	TuS Köln rrh.	0:25:19
7.	(886)	36.	W	BROCK, Susanne	1974	Troisdorfer Turnverein	0:27:06
8.	(48)	38.	W	BLARR, Maike	1974		0:27:20
9.	(906)	41.	W	ROTHE, Ina	1978	TPSK 1925 Köln e. V.	0:27:37
10.	(1477)	85.	W	VOM BERG, Jennyfer	1976		0:35:03
11.	(1339)	90.	W	JOANA, Funke	1975		0:35:42

SENIORINNEN W50							
1.	(669)	5.	W	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:20:59
2.	(1420)	28.	W	SABATSCHUS, Gabriela	1971	Triathlon Werkstatt	0:26:14
3.	(1326)	34.	W	HERTLING, Kerstin	1971	nein	0:26:51
4.	(895)	37.	W	HOEVER, Jutta	1970	SSF Bonn Triathlon	0:27:10
5.	(1452)	44.	W	SECK, Manuela	1970	TriCologne e.V.	0:27:51
6.	(571)	55.	W	SCHUHMACHER, Michaela	1972		0:29:26
7.	(219)	56.	W	KLINGE, Tatjana	1971		0:29:26
8.	(118)	79.	W	FIGUEROA CARRASCO, Lidia	1973	Cologne Allblacks	0:33:22
9.	(903)	87.	W	SÜß, Nicole	1970	Lufthansa Pinguine	0:35:10
10.	(1381)	95.	W	LUDWIG, Marion	1970		0:36:49
11.	(84)	103.	W	DASSLER, Tanja	1969		0:41:20
12.	(1318)	106.	W	HARNAU, Verena	1973	Nifty Wolves OCR Cologne e.V.	0:48:16

SENIORINNEN W55							
1.	(143)	26.	W	FISCHER, Ilonka	1966	Pulheimer SC	0:25:57
2.	(890)	58.	W	KRATZK, Susanne	1968	LC Euskirchen	0:29:30
3.	(212)	102.	W	KEßLER, Doris	1967		0:41:20

SENIORINNEN W60							
1.	(484)	18.	W	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:24:37
2.	(284)	35.	W	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:56
3.	(10)	66.	W	BAER, Renate	1961	TUS Mondorf	0:30:33
4.	(12)	98.	W	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:38:42



2. Lauf zur 38. Winterserie des LSV Porz

LAUF (5 KM) · WERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG	NR	RG	MW	NAME, VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
SENIORINNEN W65							
1.	(5)	74.	W	ANNETTE, Roder	1956	TS Frechen	0:32:13
2.	(3)	83.	W	ALFLEN, Monika	1958		0:34:35
3.	(8)	88.	W	AYCHE, Karin	1954	Laufmariechen Köln	0:35:22
4.	(920)	100.	W	ARNDT, Bärbel	1956		0:39:07
SENIORINNEN W70							
1.	(503)	75.	W	PALFI, Matilda	1952	MP.Ladies Run	0:32:18
SENIORINNEN W75							
1.	(602)	86.	W	SÜß-DAHMEN, Renate	1944		0:35:10
WEIBL. JUGEND U14							
1.	(136)	32.	W	GREGUS, Maybrit	2011	ASV	0:26:31
2.	(485)	42.	W	NOGALSKI, Laryssa	2011	VfL Engelskirchen	0:27:40
3.	(43)	50.	W	BINZ, Kira	2011	ASV Köln	0:28:59
4.	(747)	51.	W	KÜHNE, Marie	2010	ASV Köln	0:28:59
5.	(190)	60.	W	HÜFFELMANN, Linda	2010		0:29:37
6.	(44)	64.	W	BINZ, Lori	2011	ASV Köln	0:30:10
7.	(569)	71.	W	SCHUBA, Laura	2011		0:32:00
8.	(1421)	80.	W	SALOMON, Sara Kumari	2010	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:33:36
WEIBL. JUGEND U16							
1.	(494)	19.	W	STERNBERG, Emma Magdalena	2009	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:24:39
WEIBL. JUGEND U18							
1.	(612)	6.	W	VAN DER VEN, Lisa	2007	KTT01	0:21:00
2.	(495)	29.	W	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg Lülsdorf-Ranzel	0:26:19
3.	(287)	30.	W	MÜLLER, Carlotta	2007		0:26:21
4.	(553)	31.	W	SCHNEIDER, Julia	2007		0:26:24
5.	(201)	49.	W	JOVANOVSKI, Lea	2007		0:28:51
WEIBL. JUGEND U20							
1.	(888)	2.	W	SCHNEIDER, Celine	2004	LAZ Rhein-Sieg	0:19:01
2.	(1115)	45.	W	KURLAND, Gabriella	2004		0:28:10
3.	(128)	101.	W	GERHARDT, Enya	2004	Hamich Runners e.V.	0:39:51

Anzahl Teilnehmer: 201