



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG OVERALL**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
1 (558)	DAHL, Simon	1987	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:16:21	0:16:18	0:16:17	<b>00:48:56</b>
2 (1258)	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:18	0:18:22	0:18:13	<b>00:54:53</b>
3 (1232)	GRASS, René	1967	TV Refrath	0:18:23	0:18:40	0:18:12	<b>00:55:15</b>
4 (1157)	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:19:02	0:19:03	0:19:07	<b>00:57:12</b>
5 (585)	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:20:16	0:19:13	0:19:28	<b>00:58:57</b>
6 (1054)	JASCHKE, Lisa	1990	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:19:40	0:19:25	0:19:58	<b>00:59:03</b>
7 (1440)	BONG, Jonas	2003	Domestigue of Cologne	0:19:32	0:19:51	0:19:42	<b>00:59:05</b>
8 (1306)	LOVRENCIC, Sascha	1977	Saltigo-Express	0:19:50	0:20:09	0:20:22	<b>01:00:21</b>
9 (1039)	HAASER, Matthias	1966	TV Witzhelden	0:20:31	0:20:16	0:19:46	<b>01:00:33</b>
10 (195)	SOHNI, Thorsten	1969	LLG St. Augustin	0:20:27	0:20:17	0:20:18	<b>01:01:02</b>
11 (1277)	KEUSER, Thorsten	1982	S.O.A Runner Cologne	0:20:40	0:20:06	0:20:39	<b>01:01:25</b>
12 (674)	KOLLER, Daniel	2008	ASV Sankt Augustin	0:20:11	0:21:04	0:20:29	<b>01:01:44</b>
13 (1272)	JUNKERMANN, Tobias	2010		0:20:50	0:20:43	0:20:27	<b>01:02:00</b>
14 (1346)	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:21:11	0:20:53	0:21:10	<b>01:03:14</b>
15 (1159)	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:21:39	0:21:13	0:20:52	<b>01:03:44</b>
16 (1040)	HARTMANN, Frederik	1968		0:20:47	0:21:34	0:21:35	<b>01:03:56</b>
17 (1412)	ZUR NIEDEN, Clara	2008	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:21:09	0:21:41	0:21:08	<b>01:03:58</b>
18 (1243)	HAKE, Thomas	1969		0:21:12	0:21:38	0:21:27	<b>01:04:17</b>
19 (1854)	KRÄGENBRING, Katja	1990	SSF Bonn Triathlon	0:21:42	0:21:36	0:21:32	<b>01:04:50</b>
20 (1256)	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:21:31	0:21:54	0:21:45	<b>01:05:10</b>
21 (1284)	KLYUEV, Timofey	2009	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:22:18	0:21:48	0:21:14	<b>01:05:20</b>
22 (1200)	DEUTZMANN, Katharina	1989	Southern Oregon Runners	0:21:45	0:21:58	0:21:56	<b>01:05:39</b>
23 (1428)	JANASIK, Tadeusz	1961	Lohmann Witten	0:22:11	0:22:00	0:22:11	<b>01:06:22</b>
24 (1053)	JANZ, Karin	1966	TV Refrath	0:22:16	0:22:08	0:22:13	<b>01:06:37</b>
25 (1144)	WIETSCHER, Antje	1956	TV Refrath	0:22:10	0:22:22	0:22:27	<b>01:06:59</b>
26 (1425)	FUCHSHUBER, Achim	1969	TV Refrath	0:22:40	0:23:27	0:22:37	<b>01:08:44</b>
27 (1111)	SANDAU, Andreas	1966	TSV Bayer 04 Leverkusen Tri	0:22:54	0:22:57	0:23:16	<b>01:09:07</b>
28 (1230)	GÖRLICH, Elena	1996	TV Refrath	0:23:31	0:23:05	0:22:39	<b>01:09:15</b>
29 (1921)	RINGSHAUSER, Daniela	1985	SSF Bonn Triathlon	0:23:18	0:23:17	0:23:33	<b>01:10:08</b>
30 (1262)	ISTAS, Claus	1974	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:55	0:23:54	0:22:59	<b>01:10:48</b>
31 (1068)	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:23:42	0:23:44	0:23:39	<b>01:11:05</b>
32 (1316)	MICHEL, Anne	1985	TSV Bayer Leverkusen	0:23:27	0:23:43	0:23:57	<b>01:11:07</b>
33 (1263)	ISTAS, Janis	2008	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:48	0:23:52	0:23:38	<b>01:11:18</b>
34 (1483)	DUNGS, André	1964		0:23:34	0:23:56	0:23:50	<b>01:11:20</b>
35 (1377)	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:57	0:23:58	0:23:33	<b>01:11:28</b>
36 (1401)	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:24:31	0:22:49	0:24:11	<b>01:11:31</b>
37 (1439)	WEBER, Eberhard	1954	Tri Force Vital	0:23:52	0:24:29	0:24:10	<b>01:12:31</b>
38 (1178)	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:20	0:24:16	0:24:15	<b>01:12:51</b>
39 (1257)	HÖLTERS, Oliver	1974		0:24:23	0:24:21	0:24:13	<b>01:12:57</b>
40 (1446)	ORTH, Hermann Josef	1950	TV Hoffnungsthal	0:24:12	0:24:11	0:24:37	<b>01:13:00</b>
41 (1274)	KERKHOFF, Luís	2008	Southside Cologne	0:24:55	0:24:18	0:24:22	<b>01:13:35</b>
42 (1034)	GÖBEL, Harald	1954	SSF Bonn	0:24:50	0:25:56	0:24:24	<b>01:15:10</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG OVERALL**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
43 (1081)	LEIDAG, Mirjam	1983	VfL Engelskirchen	0:25:26	0:25:18	0:24:49	<b>01:15:33</b>
44 (1423)	HINZE, Yvonne	1981	power & pace	0:25:23	0:25:34	0:25:06	<b>01:16:03</b>
45 (1298)	KÜRPIG, Jürgen	1964		0:26:35	0:25:07	0:25:13	<b>01:16:55</b>
46 (1378)	STINN, Frank	1970	VfL Engelskirchen	0:25:14	0:27:31	0:24:33	<b>01:17:18</b>
47 (1344)	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:25:46	0:26:20	0:26:23	<b>01:18:29</b>
48 (1318)	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:19	0:26:09	0:26:08	<b>01:18:36</b>
49 (518)	ALBERTS, Franziska	1986	VfL Engelskirchen	0:27:42	0:26:14	0:25:08	<b>01:19:04</b>
50 (1430)	BLARR, Maike	1974		0:26:25	0:26:20	0:26:48	<b>01:19:33</b>
51 (1169)	BECKER, Cornell	1979		0:26:50	0:26:36	0:26:21	<b>01:19:47</b>
52 (1242)	HAKE, Gisela	1969		0:27:17	0:27:12	0:26:47	<b>01:21:16</b>
53 (511)	CAMIDGE, Karen	1973	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:18	0:25:58	0:26:45	<b>01:22:01</b>
54 (1280)	KLEIN, Wolfgang	1965		0:27:29	0:27:03	0:27:51	<b>01:22:23</b>
55 (1307)	LOVRENCIC, Vlado	1957	Saltigo-Express	0:26:40	0:28:23	0:27:35	<b>01:22:38</b>
56 (1253)	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:27:22	0:28:18	0:27:06	<b>01:22:46</b>
57 (1102)	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:27:39	0:27:44	0:28:03	<b>01:23:26</b>
58 (1061)	KERSTING, Friedel	1950		0:28:18	0:28:19	0:28:20	<b>01:24:57</b>
59 (1305)	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:28:44	0:29:16	0:27:51	<b>01:25:51</b>
60 (1383)	THIELE, Stephanie	1989		0:29:07	0:28:24	0:28:33	<b>01:26:04</b>
61 (1269)	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:28:20	0:27:01	0:31:32	<b>01:26:53</b>
62 (1366)	SCHULZE, Jutta-Verena	1990	ETG Recklinghausen 12/32	0:28:20	0:29:14	0:29:20	<b>01:26:54</b>
63 (1202)	DÖMMECKE, Andreas	1963		0:29:02	0:29:00	0:28:58	<b>01:27:00</b>
64 (1049)	HOLZ, Gerhard	1971	Altra Team RED	0:29:16	0:26:02	0:32:04	<b>01:27:22</b>
65 (1901)	PEPPEL, Marco	1976	Dellbronxer	0:29:16	0:26:19	0:31:57	<b>01:27:32</b>
66 (1161)	BAIRD, Carolin	1981	Spielvereinigung Lülsdorf-Ra	0:29:42	0:29:15	0:29:05	<b>01:28:02</b>
67 (1317)	MONTWILL, Andree	1965		0:30:03	0:29:39	0:29:05	<b>01:28:47</b>
68 (512)	MISHRA, Chhaya	1976	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:42	0:30:39	0:29:11	<b>01:29:32</b>
69 (1335)	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:30:45	0:30:36	0:29:39	<b>01:31:00</b>
70 (1330)	PALFI, Matilda	1952	M. LadiesRun	0:30:44	0:31:04	0:31:09	<b>01:32:57</b>
71 (1066)	KLAUSMEIER, Ingo	1977		0:31:06	0:31:10	0:30:53	<b>01:33:09</b>
72 (1064)	KIPPER, Nina	1983		0:31:06	0:31:12	0:30:53	<b>01:33:11</b>
73 (1408)	ZEMMIN, Nicole	1977	Nifty Wolves OCR Cologne	0:31:30	0:32:05	0:30:54	<b>01:34:29</b>
74 (1167)	BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:32:01	0:29:45	0:32:53	<b>01:34:39</b>
75 (1077)	KRÜGER, Martina	1984	Roads & Aces	0:32:14	0:31:09	0:31:24	<b>01:34:47</b>
76 (1323)	NOWACK, Nadine	1986		0:31:58	0:31:46	0:31:21	<b>01:35:05</b>
77 (1149)	ZIEMER, Frank	1959		0:32:56	0:32:33	0:32:10	<b>01:37:39</b>
78 (1091)	MAZSITS, Stefan	1965		0:35:12	0:32:15	0:31:35	<b>01:39:02</b>
79 (1166)	BARTMANN, Bernd	1956		0:33:28	0:34:22	0:33:29	<b>01:41:19</b>
80 (1435)	BARTH, Anke	1980		0:34:16	0:36:04	0:31:38	<b>01:41:58</b>
81 (1296)	KURBEL, Mia	2010	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:35:23	0:35:25	0:31:49	<b>01:42:37</b>
82 (1297)	KURBEL, Stefanie	1975	Polizei Bonn	0:35:28	0:35:31	0:31:50	<b>01:42:49</b>
83 (1246)	HAUBOLD, Marcel	1990	Die Haus	0:35:26	0:34:21	0:33:44	<b>01:43:31</b>
84 (1181)	BOLTE, Michael	1980	Absolute Run - Laufladen Bo	0:36:57	0:32:05	0:34:32	<b>01:43:34</b>



### 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

#### MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG OVERALL

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
85 (1381)	SÜß-DAHMEN, Renate	1944	LT Saaler Mühle	0:34:41	0:35:01	0:34:04	<b>01:43:46</b>
86 (1021)	DÖMMECKE, Monika	1963		0:33:38	0:35:57	0:34:12	<b>01:43:47</b>
87 (1207)	DÜRBAUM, Natascha	1976		0:35:09	0:34:21	0:34:34	<b>01:44:04</b>
88 (1171)	BERK, Sarah	1986		0:35:10	0:34:23	0:34:35	<b>01:44:08</b>
89 (1228)	GLEICHMANN, Sabrina	1980		0:35:49	0:34:27	0:33:59	<b>01:44:15</b>
90 (1154)	ALFLEN, Monika	1958		0:33:40	0:35:28	0:36:02	<b>01:45:10</b>
91 (1319)	MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:34:52	0:35:10	0:35:10	<b>01:45:12</b>
92 (1160)	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:34:58	0:35:10	0:35:09	<b>01:45:17</b>
93 (1071)	KÖPPE, Christa	1960		0:35:32	0:36:23	0:34:54	<b>01:46:49</b>
94 (1447)	HURRER, Mario	1960	BSG Evonik Wesseling	0:37:38	0:36:24	0:35:30	<b>01:49:32</b>
95 (1406)	WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:37:36	0:37:43	0:37:19	<b>01:52:38</b>
96 (1902)	PEPPEL, Nico	2008	Dellbronxxer	0:27:37	1:01:29	0:32:04	<b>02:01:10</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG NACH GESCHLECHT**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>							
1 (585)	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:20:16	0:19:13	0:19:28	<b>00:58:57</b>
2 (1054)	JASCHKE, Lisa	1990	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:19:40	0:19:25	0:19:58	<b>00:59:03</b>
3 (1346)	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:21:11	0:20:53	0:21:10	<b>01:03:14</b>
4 (1412)	ZUR NIEDEN, Clara	2008	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:21:09	0:21:41	0:21:08	<b>01:03:58</b>
5 (1854)	KRÄGENBRING, Katja	1990	SSF Bonn Triathlon	0:21:42	0:21:36	0:21:32	<b>01:04:50</b>
6 (1256)	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:21:31	0:21:54	0:21:45	<b>01:05:10</b>
7 (1200)	DEUTZMANN, Katharina	1989	Southern Oregon Runners	0:21:45	0:21:58	0:21:56	<b>01:05:39</b>
8 (1053)	JANZ, Karin	1966	TV Refrath	0:22:16	0:22:08	0:22:13	<b>01:06:37</b>
9 (1144)	WIETSCHER, Antje	1956	TV Refrath	0:22:10	0:22:22	0:22:27	<b>01:06:59</b>
10 (1230)	GÖRLICH, Elena	1996	TV Refrath	0:23:31	0:23:05	0:22:39	<b>01:09:15</b>
11 (1921)	RINGSHAUSER, Daniela	1985	SSF Bonn Triathlon	0:23:18	0:23:17	0:23:33	<b>01:10:08</b>
12 (1068)	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:23:42	0:23:44	0:23:39	<b>01:11:05</b>
13 (1316)	MICHEL, Anne	1985	TSV Bayer Leverkusen	0:23:27	0:23:43	0:23:57	<b>01:11:07</b>
14 (1377)	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg. Lülisdorf-Ranzel	0:23:57	0:23:58	0:23:33	<b>01:11:28</b>
15 (1081)	LEIDAG, Mirjam	1983	VfL Engelskirchen	0:25:26	0:25:18	0:24:49	<b>01:15:33</b>
16 (1423)	HINZE, Yvonne	1981	power & pace	0:25:23	0:25:34	0:25:06	<b>01:16:03</b>
17 (1318)	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:19	0:26:09	0:26:08	<b>01:18:36</b>
18 (518)	ALBERTS, Franziska	1986	VfL Engelskirchen	0:27:42	0:26:14	0:25:08	<b>01:19:04</b>
19 (1430)	BLARR, Maike	1974		0:26:25	0:26:20	0:26:48	<b>01:19:33</b>
20 (1169)	BECKER, Cornell	1979		0:26:50	0:26:36	0:26:21	<b>01:19:47</b>
21 (1242)	HAKE, Gisela	1969		0:27:17	0:27:12	0:26:47	<b>01:21:16</b>
22 (511)	CAMIDGE, Karen	1973	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:18	0:25:58	0:26:45	<b>01:22:01</b>
23 (1305)	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg. Lülisdorf-Ranzel	0:28:44	0:29:16	0:27:51	<b>01:25:51</b>
24 (1383)	THIELE, Stephanie	1989		0:29:07	0:28:24	0:28:33	<b>01:26:04</b>
25 (1269)	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:28:20	0:27:01	0:31:32	<b>01:26:53</b>
26 (1366)	SCHULZE, Jutta-Verena	1990	ETG Recklinghausen 12/32	0:28:20	0:29:14	0:29:20	<b>01:26:54</b>
27 (1161)	BAIRD, Carolin	1981	Spielvereinigung Lülisdorf-Ra	0:29:42	0:29:15	0:29:05	<b>01:28:02</b>
28 (512)	MISHRA, Chhaya	1976	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:42	0:30:39	0:29:11	<b>01:29:32</b>
29 (1335)	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:30:45	0:30:36	0:29:39	<b>01:31:00</b>
30 (1330)	PALFI, Matilda	1952	M. LadiesRun	0:30:44	0:31:04	0:31:09	<b>01:32:57</b>
31 (1064)	KIPPER, Nina	1983		0:31:06	0:31:12	0:30:53	<b>01:33:11</b>
32 (1408)	ZEMMIN, Nicole	1977	Nifty Wolves OCR Cologne	0:31:30	0:32:05	0:30:54	<b>01:34:29</b>
33 (1077)	KRÜGER, Martina	1984	Roads & Aces	0:32:14	0:31:09	0:31:24	<b>01:34:47</b>
34 (1323)	NOWACK, Nadine	1986		0:31:58	0:31:46	0:31:21	<b>01:35:05</b>
35 (1435)	BARTH, Anke	1980		0:34:16	0:36:04	0:31:38	<b>01:41:58</b>
36 (1296)	KURBEL, Mia	2010	SpVgg. Lülisdorf-Ranzel	0:35:23	0:35:25	0:31:49	<b>01:42:37</b>
37 (1297)	KURBEL, Stefanie	1975	Polizei Bonn	0:35:28	0:35:31	0:31:50	<b>01:42:49</b>
38 (1381)	SÜß-DAHMEN, Renate	1944	LT Saaler Mühle	0:34:41	0:35:01	0:34:04	<b>01:43:46</b>
39 (1021)	DÖMMECKE, Monika	1963		0:33:38	0:35:57	0:34:12	<b>01:43:47</b>
40 (1207)	DÜRBAUM, Natascha	1976		0:35:09	0:34:21	0:34:34	<b>01:44:04</b>
41 (1171)	BERK, Sarah	1986		0:35:10	0:34:23	0:34:35	<b>01:44:08</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM)** GESAMTWERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>WEIBLICH</b>							
<b>42</b> (1228)	GLEICHMANN, Sabrina	1980		0:35:49	0:34:27	0:33:59	<b>01:44:15</b>
<b>43</b> (1154)	ALFLEN, Monika	1958		0:33:40	0:35:28	0:36:02	<b>01:45:10</b>
<b>44</b> (1160)	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:34:58	0:35:10	0:35:09	<b>01:45:17</b>
<b>45</b> (1071)	KÖPPE, Christa	1960		0:35:32	0:36:23	0:34:54	<b>01:46:49</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG NACH GESCHLECHT**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>							
1 (558)	DAHL, Simon	1987	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:16:21	0:16:18	0:16:17	<b>00:48:56</b>
2 (1258)	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:18	0:18:22	0:18:13	<b>00:54:53</b>
3 (1232)	GRASS, René	1967	TV Refrath	0:18:23	0:18:40	0:18:12	<b>00:55:15</b>
4 (1157)	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:19:02	0:19:03	0:19:07	<b>00:57:12</b>
5 (1440)	BONG, Jonas	2003	Domestigue of Cologne	0:19:32	0:19:51	0:19:42	<b>00:59:05</b>
6 (1306)	LOVRENCIC, Sascha	1977	Saltigo-Express	0:19:50	0:20:09	0:20:22	<b>01:00:21</b>
7 (1039)	HAASER, Matthias	1966	TV Witzhelden	0:20:31	0:20:16	0:19:46	<b>01:00:33</b>
8 (195)	SOHNI, Thorsten	1969	LLG St. Augustin	0:20:27	0:20:17	0:20:18	<b>01:01:02</b>
9 (1277)	KEUSER, Thorsten	1982	S.O.A Runner Cologne	0:20:40	0:20:06	0:20:39	<b>01:01:25</b>
10 (674)	KOLLER, Daniel	2008	ASV Sankt Augustin	0:20:11	0:21:04	0:20:29	<b>01:01:44</b>
11 (1272)	JUNKERMANN, Tobias	2010		0:20:50	0:20:43	0:20:27	<b>01:02:00</b>
12 (1159)	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:21:39	0:21:13	0:20:52	<b>01:03:44</b>
13 (1040)	HARTMANN, Frederik	1968		0:20:47	0:21:34	0:21:35	<b>01:03:56</b>
14 (1243)	HAKE, Thomas	1969		0:21:12	0:21:38	0:21:27	<b>01:04:17</b>
15 (1284)	KLYUEV, Timofey	2009	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:22:18	0:21:48	0:21:14	<b>01:05:20</b>
16 (1428)	JANASIK, Tadeusz	1961	Lohmann Witten	0:22:11	0:22:00	0:22:11	<b>01:06:22</b>
17 (1425)	FUCHSHUBER, Achim	1969	TV Refrath	0:22:40	0:23:27	0:22:37	<b>01:08:44</b>
18 (1111)	SANDAU, Andreas	1966	TSV Bayer 04 Leverkusen Tri	0:22:54	0:22:57	0:23:16	<b>01:09:07</b>
19 (1262)	ISTAS, Claus	1974	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:55	0:23:54	0:22:59	<b>01:10:48</b>
20 (1263)	ISTAS, Janis	2008	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:48	0:23:52	0:23:38	<b>01:11:18</b>
21 (1483)	DUNGS, André	1964		0:23:34	0:23:56	0:23:50	<b>01:11:20</b>
22 (1401)	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:24:31	0:22:49	0:24:11	<b>01:11:31</b>
23 (1439)	WEBER, Eberhard	1954	Tri Force Vital	0:23:52	0:24:29	0:24:10	<b>01:12:31</b>
24 (1178)	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:20	0:24:16	0:24:15	<b>01:12:51</b>
25 (1257)	HÖLTERS, Oliver	1974		0:24:23	0:24:21	0:24:13	<b>01:12:57</b>
26 (1446)	ORTH, Hermann Josef	1950	TV Hoffnungsthal	0:24:12	0:24:11	0:24:37	<b>01:13:00</b>
27 (1274)	KERKHOFF, Luís	2008	Southside Cologne	0:24:55	0:24:18	0:24:22	<b>01:13:35</b>
28 (1034)	GÖBEL, Harald	1954	SSF Bonn	0:24:50	0:25:56	0:24:24	<b>01:15:10</b>
29 (1298)	KÜRPIG, Jürgen	1964		0:26:35	0:25:07	0:25:13	<b>01:16:55</b>
30 (1378)	STINN, Frank	1970	VfL Engelskirchen	0:25:14	0:27:31	0:24:33	<b>01:17:18</b>
31 (1344)	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:25:46	0:26:20	0:26:23	<b>01:18:29</b>
32 (1280)	KLEIN, Wolfgang	1965		0:27:29	0:27:03	0:27:51	<b>01:22:23</b>
33 (1307)	LOVRENCIC, Vlado	1957	Saltigo-Express	0:26:40	0:28:23	0:27:35	<b>01:22:38</b>
34 (1253)	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:27:22	0:28:18	0:27:06	<b>01:22:46</b>
35 (1102)	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:27:39	0:27:44	0:28:03	<b>01:23:26</b>
36 (1061)	KERSTING, Friedel	1950		0:28:18	0:28:19	0:28:20	<b>01:24:57</b>
37 (1202)	DÖMMECKE, Andreas	1963		0:29:02	0:29:00	0:28:58	<b>01:27:00</b>
38 (1049)	HOLZ, Gerhard	1971	Altra Team RED	0:29:16	0:26:02	0:32:04	<b>01:27:22</b>
39 (1901)	PEPPEL, Marco	1976	Dellbronxxer	0:29:16	0:26:19	0:31:57	<b>01:27:32</b>
40 (1317)	MONTWILL, Andree	1965		0:30:03	0:29:39	0:29:05	<b>01:28:47</b>
41 (1066)	KLAUSMEIER, Ingo	1977		0:31:06	0:31:10	0:30:53	<b>01:33:09</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM)** GESAMTWERTUNG NACH GESCHLECHT

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>MÄNNLICH</b>							
<b>42</b>	(1167) BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:32:01	0:29:45	0:32:53	<b>01:34:39</b>
<b>43</b>	(1149) ZIEMER, Frank	1959		0:32:56	0:32:33	0:32:10	<b>01:37:39</b>
<b>44</b>	(1091) MAZSITS, Stefan	1965		0:35:12	0:32:15	0:31:35	<b>01:39:02</b>
<b>45</b>	(1166) BARTMANN, Bernd	1956		0:33:28	0:34:22	0:33:29	<b>01:41:19</b>
<b>46</b>	(1246) HAUBOLD, Marcel	1990	Die Haus	0:35:26	0:34:21	0:33:44	<b>01:43:31</b>
<b>47</b>	(1181) BOLTE, Michael	1980	Absolute Run - Laufladen Bo	0:36:57	0:32:05	0:34:32	<b>01:43:34</b>
<b>48</b>	(1319) MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:34:52	0:35:10	0:35:10	<b>01:45:12</b>
<b>49</b>	(1447) HURRER, Mario	1960	BSG Evonik Wesseling	0:37:38	0:36:24	0:35:30	<b>01:49:32</b>
<b>50</b>	(1406) WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:37:36	0:37:43	0:37:19	<b>01:52:38</b>
<b>51</b>	(1902) PEPPEL, Nico	2008	Dellbronxxer	0:27:37	1:01:29	0:32:04	<b>02:01:10</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG NACH ALTERSKLASSEN**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>MÄNNER</b>							
1 (1157)	AST, Dominik	1993	FortRunners Köln	0:19:02	0:19:03	0:19:07	<b>00:57:12</b>
<b>SENIOREN M30</b>							
1 (1246)	HAUBOLD, Marcel	1990	Die Haus	0:35:26	0:34:21	0:33:44	<b>01:43:31</b>
<b>SENIOREN M35</b>							
1 (558)	DAHL, Simon	1987	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:16:21	0:16:18	0:16:17	<b>00:48:56</b>
<b>SENIOREN M40</b>							
1 (1258)	HORSTMANN, Christian	1982	TV Refrath	0:18:18	0:18:22	0:18:13	<b>00:54:53</b>
2 (1277)	KEUSER, Thorsten	1982	S.O.A Runner Cologne	0:20:40	0:20:06	0:20:39	<b>01:01:25</b>
3 (1253)	HIRSCHFELD, Sascha	1980		0:27:22	0:28:18	0:27:06	<b>01:22:46</b>
4 (1181)	BOLTE, Michael	1980	Absolute Run - Laufladen Bo	0:36:57	0:32:05	0:34:32	<b>01:43:34</b>
<b>SENIOREN M45</b>							
1 (1306)	LOVRENCIC, Sascha	1977	Saltigo-Express	0:19:50	0:20:09	0:20:22	<b>01:00:21</b>
2 (1262)	ISTAS, Claus	1974	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:55	0:23:54	0:22:59	<b>01:10:48</b>
3 (1257)	HÖLTERS, Oliver	1974		0:24:23	0:24:21	0:24:13	<b>01:12:57</b>
4 (1901)	PEPPEL, Marco	1976	Dellbronxxer	0:29:16	0:26:19	0:31:57	<b>01:27:32</b>
5 (1066)	KLAUSMEIER, Ingo	1977		0:31:06	0:31:10	0:30:53	<b>01:33:09</b>
<b>SENIOREN M50</b>							
1 (195)	SOHNI, Thorsten	1969	LLG St. Augustin	0:20:27	0:20:17	0:20:18	<b>01:01:02</b>
2 (1159)	BACHER, Joachim	1971	LT DSHS Köln	0:21:39	0:21:13	0:20:52	<b>01:03:44</b>
3 (1040)	HARTMANN, Frederik	1968		0:20:47	0:21:34	0:21:35	<b>01:03:56</b>
4 (1243)	HAKE, Thomas	1969		0:21:12	0:21:38	0:21:27	<b>01:04:17</b>
5 (1425)	FUCHSHUBER, Achim	1969	TV Refrath	0:22:40	0:23:27	0:22:37	<b>01:08:44</b>
6 (1378)	STINN, Frank	1970	VfL Engelskirchen	0:25:14	0:27:31	0:24:33	<b>01:17:18</b>
7 (1049)	HOLZ, Gerhard	1971	Altra Team RED	0:29:16	0:26:02	0:32:04	<b>01:27:22</b>
<b>SENIOREN M55</b>							
1 (1232)	GRASS, René	1967	TV Refrath	0:18:23	0:18:40	0:18:12	<b>00:55:15</b>
2 (1039)	HAASER, Matthias	1966	TV Witzhelden	0:20:31	0:20:16	0:19:46	<b>01:00:33</b>
3 (1111)	SANDAU, Andreas	1966	TSV Bayer 04 Leverkusen Tri	0:22:54	0:22:57	0:23:16	<b>01:09:07</b>
4 (1483)	DUNGS, André	1964		0:23:34	0:23:56	0:23:50	<b>01:11:20</b>
5 (1178)	BLOY, Jörg	1967	DZSH	0:24:20	0:24:16	0:24:15	<b>01:12:51</b>
6 (1298)	KÜRPIG, Jürgen	1964		0:26:35	0:25:07	0:25:13	<b>01:16:55</b>
7 (1280)	KLEIN, Wolfgang	1965		0:27:29	0:27:03	0:27:51	<b>01:22:23</b>
8 (1102)	PAGERS, Sven	1966	ESV Gremberghoven	0:27:39	0:27:44	0:28:03	<b>01:23:26</b>
9 (1202)	DÖMMECKE, Andreas	1963		0:29:02	0:29:00	0:28:58	<b>01:27:00</b>
10 (1317)	MONTWILL, Andree	1965		0:30:03	0:29:39	0:29:05	<b>01:28:47</b>
11 (1091)	MAZSITS, Stefan	1965		0:35:12	0:32:15	0:31:35	<b>01:39:02</b>





## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM) GESAMTWERTUNG NACH ALTERSKLASSEN**

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>SENIOREN M60</b>							
1 (1428)	JANASIK, Tadeusz	1961	Lohmann Witten	0:22:11	0:22:00	0:22:11	<b>01:06:22</b>
2 (1401)	WILLEMS, Hansjörg	1962	SSK Kerpen Triathlon	0:24:31	0:22:49	0:24:11	<b>01:11:31</b>
3 (1149)	ZIEMER, Frank	1959		0:32:56	0:32:33	0:32:10	<b>01:37:39</b>
4 (1447)	HURRER, Mario	1960	BSG Evonik Wesseling	0:37:38	0:36:24	0:35:30	<b>01:49:32</b>
<b>SENIOREN M65</b>							
1 (1439)	WEBER, Eberhard	1954	Tri Force Vital	0:23:52	0:24:29	0:24:10	<b>01:12:31</b>
2 (1034)	GÖBEL, Harald	1954	SSF Bonn	0:24:50	0:25:56	0:24:24	<b>01:15:10</b>
3 (1307)	LOVRENCIC, Vlado	1957	Saltigo-Express	0:26:40	0:28:23	0:27:35	<b>01:22:38</b>
4 (1167)	BAUS, Reiner	1954	Cologne Running Crew	0:32:01	0:29:45	0:32:53	<b>01:34:39</b>
5 (1166)	BARTMANN, Bernd	1956		0:33:28	0:34:22	0:33:29	<b>01:41:19</b>
6 (1319)	MOTTER, Willi	1953	LG Stolberg	0:34:52	0:35:10	0:35:10	<b>01:45:12</b>
7 (1406)	WISCHNEWSKI, Jürgen	1953	Baumberger TSC	0:37:36	0:37:43	0:37:19	<b>01:52:38</b>
<b>SENIOREN M70</b>							
1 (1446)	ORTH, Hermann Josef	1950	TV Hoffnungsthal	0:24:12	0:24:11	0:24:37	<b>01:13:00</b>
2 (1061)	KERSTING, Friedel	1950		0:28:18	0:28:19	0:28:20	<b>01:24:57</b>
<b>MÄNNL. JUGEND U14</b>							
1 (1272)	JUNKERMANN, Tobias	2010		0:20:50	0:20:43	0:20:27	<b>01:02:00</b>
2 (1284)	KLYUEV, Timofey	2009	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:22:18	0:21:48	0:21:14	<b>01:05:20</b>
3 (1344)	RITTER, Jonas	2010	VfL Engelskirchen	0:25:46	0:26:20	0:26:23	<b>01:18:29</b>
<b>MÄNNL. JUGEND U16</b>							
1 (674)	KOLLER, Daniel	2008	ASV Sankt Augustin	0:20:11	0:21:04	0:20:29	<b>01:01:44</b>
2 (1263)	ISTAS, Janis	2008	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:48	0:23:52	0:23:38	<b>01:11:18</b>
3 (1274)	KERKHOFF, Luís	2008	Southside Cologne	0:24:55	0:24:18	0:24:22	<b>01:13:35</b>
4 (1902)	PEPPEL, Nico	2008	Dellbronxxer	0:27:37	1:01:29	0:32:04	<b>02:01:10</b>
<b>MÄNNL. JUGEND U20</b>							
1 (1440)	BONG, Jonas	2003	Domestigue of Cologne	0:19:32	0:19:51	0:19:42	<b>00:59:05</b>
<b>FRAUEN</b>							
1 (1230)	GÖRLICH, Elena	1996	TV Refrath	0:23:31	0:23:05	0:22:39	<b>01:09:15</b>
<b>SENIORINNEN W30</b>							
1 (1054)	JASCHKE, Lisa	1990	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:19:40	0:19:25	0:19:58	<b>00:59:03</b>
2 (1854)	KRÄGENBRING, Katja	1990	SSF Bonn Triathlon	0:21:42	0:21:36	0:21:32	<b>01:04:50</b>
3 (1200)	DEUTZMANN, Katharina	1989	Southern Oregon Runners	0:21:45	0:21:58	0:21:56	<b>01:05:39</b>
4 (1383)	THIELE, Stephanie	1989		0:29:07	0:28:24	0:28:33	<b>01:26:04</b>
5 (1366)	SCHULZE, Jutta-Verena	1990	ETG Recklinghausen 12/32	0:28:20	0:29:14	0:29:20	<b>01:26:54</b>
<b>SENIORINNEN W35</b>							



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM)** GESAMTWERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>SENIORINNEN W35</b>							
1 (585)	GAUS, Nadja	1983	Bunert - Der Kölner Lauflade	0:20:16	0:19:13	0:19:28	<b>00:58:57</b>
2 (1921)	RINGSHAUSER, Daniela	1985	SSF Bonn Triathlon	0:23:18	0:23:17	0:23:33	<b>01:10:08</b>
3 (1316)	MICHEL, Anne	1985	TSV Bayer Leverkusen	0:23:27	0:23:43	0:23:57	<b>01:11:07</b>
4 (1081)	LEIDAG, Mirjam	1983	VfL Engelskirchen	0:25:26	0:25:18	0:24:49	<b>01:15:33</b>
5 (518)	ALBERTS, Franziska	1986	VfL Engelskirchen	0:27:42	0:26:14	0:25:08	<b>01:19:04</b>
6 (1269)	JOOS, Liane	1984	LSV Porz / Köln	0:28:20	0:27:01	0:31:32	<b>01:26:53</b>
7 (1064)	KIPPER, Nina	1983		0:31:06	0:31:12	0:30:53	<b>01:33:11</b>
8 (1077)	KRÜGER, Martina	1984	Roads & Aces	0:32:14	0:31:09	0:31:24	<b>01:34:47</b>
9 (1323)	NOWACK, Nadine	1986		0:31:58	0:31:46	0:31:21	<b>01:35:05</b>
10 (1171)	BERK, Sarah	1986		0:35:10	0:34:23	0:34:35	<b>01:44:08</b>
<b>SENIORINNEN W40</b>							
1 (1423)	HINZE, Yvonne	1981	power & pace	0:25:23	0:25:34	0:25:06	<b>01:16:03</b>
2 (1169)	BECKER, Cornell	1979		0:26:50	0:26:36	0:26:21	<b>01:19:47</b>
3 (1305)	LORENTZ, Susanne	1981	SpVgg. Lülisdorf-Ranzel	0:28:44	0:29:16	0:27:51	<b>01:25:51</b>
4 (1161)	BAIRD, Carolin	1981	Spielvereinigung Lülisdorf-Ra	0:29:42	0:29:15	0:29:05	<b>01:28:02</b>
5 (1335)	PIECZYKOLAN, Aleks	1980		0:30:45	0:30:36	0:29:39	<b>01:31:00</b>
6 (1435)	BARTH, Anke	1980		0:34:16	0:36:04	0:31:38	<b>01:41:58</b>
7 (1228)	GLEICHMANN, Sabrina	1980		0:35:49	0:34:27	0:33:59	<b>01:44:15</b>
<b>SENIORINNEN W45</b>							
1 (1346)	ROCHE, Liz	1973	TV Refrath	0:21:11	0:20:53	0:21:10	<b>01:03:14</b>
2 (1430)	BLARR, Maike	1974		0:26:25	0:26:20	0:26:48	<b>01:19:33</b>
3 (511)	CAMIDGE, Karen	1973	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:18	0:25:58	0:26:45	<b>01:22:01</b>
4 (512)	MISHRA, Chhaya	1976	BISSV (Bonn Int. School Spor	0:29:42	0:30:39	0:29:11	<b>01:29:32</b>
5 (1408)	ZEMMIN, Nicole	1977	Nifty Wolves OCR Cologne	0:31:30	0:32:05	0:30:54	<b>01:34:29</b>
6 (1297)	KURBEL, Stefanie	1975	Polizei Bonn	0:35:28	0:35:31	0:31:50	<b>01:42:49</b>
7 (1207)	DÜRBAUM, Natascha	1976		0:35:09	0:34:21	0:34:34	<b>01:44:04</b>
<b>SENIORINNEN W50</b>							
1 (1242)	HAKE, Gisela	1969		0:27:17	0:27:12	0:26:47	<b>01:21:16</b>
<b>SENIORINNEN W55</b>							
1 (1256)	HÖLLER, Andrea	1967	TSV Bayer 04 Leverkusen	0:21:31	0:21:54	0:21:45	<b>01:05:10</b>
2 (1053)	JANZ, Karin	1966	TV Refrath	0:22:16	0:22:08	0:22:13	<b>01:06:37</b>
3 (1021)	DÖMMECKE, Monika	1963		0:33:38	0:35:57	0:34:12	<b>01:43:47</b>
<b>SENIORINNEN W60</b>							
1 (1068)	KNIPP-DIAWUOH, Helga	1961	VfL Engelskirchen	0:23:42	0:23:44	0:23:39	<b>01:11:05</b>
2 (1318)	MOTTER, Heidi	1961	LG Stolberg	0:26:19	0:26:09	0:26:08	<b>01:18:36</b>
3 (1154)	ALFLEN, Monika	1958		0:33:40	0:35:28	0:36:02	<b>01:45:10</b>
4 (1160)	BAHLS, Roswitha	1961	LSV Porz / Köln	0:34:58	0:35:10	0:35:09	<b>01:45:17</b>



## 3. Lauf zur 37. Winterserie des LSV Porz

**MINI-SERIE (3X 5KM)** GESAMTWERTUNG NACH ALTERSKLASSEN

RG (STNR)	NAME, VORNAME	JG	VEREIN / (WOHNORT)	LAUF 1	LAUF 2	LAUF 3	ZEIT
<b>SENIORINNEN W60</b>							
5 (1071)	KÖPPE, Christa	1960		0:35:32	0:36:23	0:34:54	<b>01:46:49</b>
<b>SENIORINNEN W65</b>							
1 (1144)	WIETSCHE, Antje	1956	TV Refrath	0:22:10	0:22:22	0:22:27	<b>01:06:59</b>
<b>SENIORINNEN W70</b>							
1 (1330)	PALFI, Matilda	1952	M. LadiesRun	0:30:44	0:31:04	0:31:09	<b>01:32:57</b>
<b>SENIORINNEN W75</b>							
1 (1381)	SÜß-DAHMEN, Renate	1944	LT Saaler Mühle	0:34:41	0:35:01	0:34:04	<b>01:43:46</b>
<b>WEIBL. JUGEND U14</b>							
1 (1296)	KURBEL, Mia	2010	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:35:23	0:35:25	0:31:49	<b>01:42:37</b>
<b>WEIBL. JUGEND U16</b>							
1 (1412)	ZUR NIEDEN, Clara	2008	LAZ Puma Rhein-Sieg	0:21:09	0:21:41	0:21:08	<b>01:03:58</b>
<b>WEIBL. JUGEND U18</b>							
1 (1377)	STERNBERG, Klara Maria	2006	SpVgg. Lülsdorf-Ranzel	0:23:57	0:23:58	0:23:33	<b>01:11:28</b>