

# 27. Lauf durch den Warmer Löhn am 2. Juli 2010 in Fröndenberg

## Ergebnisliste

---

### Wertungen

5 km Lauf

10 km Lauf

15 km Lauf

5km Walking / Nordic Walking Frauen

5km Walking / Nordic Walking Männer

---

### 5km Lauf: Männer - Schüler M8; Frauen - Schülerinnen W8

1. Dillenhöfer, Fabian	93 TSV Kirchlinde	16:44	1. MJB
2. Voß, Tim	90 TV Unna	17:56	1. M
3. Mahltig, Dirk	70 Rot-Weiß Unna	18:23	1. M40
4. Heck, Torben	89 Marathonclub Menden	18:35	2. M
5. Goecke, Lars	96 TuS Hemmerde	18:40	1. M14
6. Wiese, Reinhold	62 Marathon Soest	19:25	1. M45
7. Eckhoff, Lukas	92 Laufteam Unna	19:53	1. MJA
8. Schneider, Georg	56 Marathonclub Menden	20:54	1. M50
9. Zscheschang, Shari	99 TVE Lünern/Stockum	21:04	1. W11
10. Lazowski, Georg	48 SuS Oberaden	21:10	1. M60
11. Grondke, Rolf	55 Marathonclub Menden	21:22	1. M55
12. Bruchmann, Burkhard	64 TuS Lendringsen	21:24	2. M45
13. Bergmann, Arnulf	63 Laufteam Unna	21:25	3. M45
14. Schulte, Björn	90 Marathonclub Menden	21:28	3. M
15. Geuken, Jörg	67 Marathonclub Menden	21:35	2. M40
16. Krieger, Mike	62 MKE - Dortmund	21:40	4. M45
17. Margraf, Thomas	64 Lauffreunde Bönen	21:46	5. M45
18. Kissing, Joachim	68 Lauffreunde Bönen	21:50	3. M40
19. Vogt, Nicolas	00 TuS Iserlohn	22:11	1. M10
20. Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	22:16	1. M12
21. Neubüser, Dietmar	71 Lauffreunde Hohenheide	22:21	1. M35
22. Heidrich, Peter	51 LG Schwerte	22:35	2. M55
23. Deimann, Jonas	98 SG Holzwickede	22:47	2. M12
24. Dombrowe, Emanuel	67 LSF-Unna-2000	22:51	4. M40
25. Faust, Gero	00 SV Langendreer 04	22:52	2. M10
26. Faust, Jörg	66 SV Langendreer 04	22:52	5. M40
27. Preuß, Pia	94 Marathonclub Menden	22:59	1. WJB
28. Six, Daniel	98 ASV Iserlohn	23:00	3. M12
29. Zelek, Sandy	00 TVE Lünern/Stockum	23:16	1. W10
30. Vogt, Urban	65	23:37	6. M45
31. Hoffmann, Paul	01 VfL Fröndenberg	24:02	1. M9
32. Ritzmann, Senja	01 ASV Iserlohn	24:15	1. W9
33. Hagelschuer, Anka	00 LAC Veltins Hochsauerland	24:28	2. W10
34. Schulte, Martin	66 Lauffreunde Bönen	24:29	6. M40
35. Hafenmayer, Mayte	91 LG Schwerte	24:31	1. WJA
36. Kemper, Erhard	46 Marathonclub Menden	24:41	2. M60
37. Görler, Mattes	97 VfL Fröndenberg	25:07	1. M13
38. Schulte, Ruimund	57 TV Werne 03	25:22	2. M50
39. Bzyl, Erik	01 VfL Fröndenberg	25:26	2. M9
40. Kissing, Anja	70 Lauffreunde Bönen	25:31	1. W40
41. Schmerbeck, Leon	01 ASV Iserlohn	25:32	3. M9
42. Budde, Tobias	01 ASV Iserlohn	25:34	4. M9
43. Goecke, Stefan	64	25:35	7. M45
44. Ringelmann, Torsten	62 EVC Massen	25:40	8. M45
45. Flechsig, Jürgen	55 Lauffreunde Bönen	26:17	3. M55
46. Rabe, Sonja	59 Marathonclub Menden	26:23	1. W50
47. Rösmann, Alex	91 SV Westfalia Rhynern	27:36	2. MJA
48. Margraf, Rita	64 Lauffreunde Bönen	27:39	1. W45

## 27. Lauf durch den Warmer Löhn am 2. Juli 2010 in Fröndenberg

49. Selent, Marc	83	27:44	4. M
50. Schulte, Sabine	68 Lauffreunde Bönen	27:46	2. W40
51. Uelzmann, Bernd	67 Lauffreunde Bönen	28:23	7. M40
52. Steeg, Peter	45 SuS Oberaden	29:07	1. M65
53. Hoffmann, Johanna	99 VfL Fröndenberg	29:17	2. W11
54. Zelek, Stiena	98 TVE Lünern/Stockum	29:27	1. W12
55. Grabietz, Andreas	64 Lauffreunde Bönen	29:58	9. M45
56. Beuning, Jessica	81 SV Westfalia Rhynern	30:00	1. W
57. Loos, Leonie	02 VfL Fröndenberg	30:18	1. W8
58. Weber, Franz-Josef	57 Lauffreunde Ense	30:22	3. M50
59. Flechsig, Philip	90 Lauffreunde Bönen	31:36	5. M
60. Klotmann, Jörg	75 SV Westfalia Rhynern	31:38	2. M35
61. Flechsig, Gaby	56 Lauffreunde Bönen	31:42	2. W50
62. Kiene, Annette	64 SV Westfalia Rhynern	32:16	2. W45
63. Schlummer, Renate	59 SV Westfalia Rhynern	33:47	3. W50
64. Wessmann, Annegret	64 Laufteam Unna	33:58	3. W45
65. Schulz, Petra	64 SV Westfalia Rhynern	34:09	4. W45
66. Eisemann, Helga	53 SV Westfalia Rhynern	34:10	1. W55

### 10km Lauf: Männer - Schüler M10; Frauen - Schülerinnen W10

1. Niemietz, Stefan	82 Marathonclub Menden	37:43	1. M
2. Milch, Martin	75 LC Rapid Dortmund	38:10	1. M35
3. Heck, Torben	89 Marathonclub Menden	38:50	2. M
4. Schönherr-Hölscher, Birgit	68 PV Triathlon Witten	39:29	1. W40
5. Hölscher, Mathias	71 PV Triathlon Witten	39:36	2. M35
6. Prause, Thomas	77 Marathonclub Menden	40:03	1. M30
7. Schönherr, David	89 PV Triathlon Witten	41:02	3. M
8. Just, Michael	70 Marathonclub Menden	41:59	1. M40
9. Schulz, Dennis	92	42:32	1. MJA
10. Theil, Michael	66 LG Deiringsen	42:49	2. M40
11. Schneider, Georg	56 Marathonclub Menden	43:34	1. M50
12. Wopker, Frank	67 Prolytik Sport Team	44:09	3. M40
13. Bergmann, Marit	92 Laufteam Unna	44:13	1. WJA
14. Isenberg, Andreas	67 Marathonclub Menden	44:15	4. M40
15. Schledde, Raimund	49 LT Bittermark	44:34	1. M60
16. Hagelschuer, Robert	67 TuS Echthausen	44:36	5. M40
17. Hilmer, Reinhold	52 TV Boevinghausen	44:58	1. M55
18. Weier, Ralf	63	45:09	1. M45
19. Kaiser, Christof	70 Marathonclub Menden	45:13	6. M40
20. Grondke, Rolf	55 Marathonclub Menden	45:14	2. M55
21. Brack, Heribert	55 LG Olympia Dortmund	46:06	3. M55
22. Uelzmann, Christine	68 Lauffreunde Bönen	46:48	2. W40
23. Kemper, Erhard	46 Marathonclub Menden	46:54	2. M60
24. Klein, Michael	65 Lauffreunde Bönen	47:12	2. M45
25. Wenzel, Peter	70	47:30	7. M40
26. Breer, Daniel	86 SV Menden	48:45	4. M
27. Börsken, Markus	69 Marathonclub Menden	49:47	8. M40
28. Hoff, Klaus	60 Marathonclub Menden	50:12	2. M50
29. Steuber, Olaf	67	50:41	9. M40
30. Schütz, Katrin	90 Marathonclub Menden	50:45	1. W
31. Bencker, Ingrun	92 Marathonclub Menden	50:46	2. WJA
32. Willingmann, Todt G.	65 36- Summer Runner Hamm	51:28	3. M45
33. Boekamp, Bertram	62 LG Opherdicke	51:42	4. M45
34. Deimann, Stefan	69 SG Holzwickede	51:44	10. M40
35. Breer, Jörg	48 SV Menden	51:49	3. M60
36. Schuetz, Michael	60 Marathonclub Menden	51:56	3. M50
37. Lessow, Frank	71	52:28	3. M35
38. Selleny, Dirk	71 LT Bittermark Dortmund	52:35	4. M35
39. Sauer, Bernd	59 Höinger SV	52:49	4. M50
40. Olk, Berthold	66 LT Bittermark	54:04	11. M40
41. Hoffmann, Ingo	68 VfL Fröndenberg	54:25	12. M40

## 27. Lauf durch den Warmer Löhn am 2. Juli 2010 in Fröndenberg

42. Stracke, Volker Michael	62		54:28	5. M45
43. Pollok, Dr. Ernest	42 Marathonclub Menden		54:29	1. M65
44. Maletz, Manuela	64 Lauffreunde Bönen		54:37	1. W45
45. Knoblauch, Reimund	46 VfL Fröndenberg		54:50	4. M60
46. Krause, Silke	64 Reitverein Menden		57:00	2. W45
47. Plaum, Andreas	67 Prolytik Sport Team		58:04	13. M40
48. Sommer, Berthold	65 Lauffreunde Bönen		58:13	6. M45
49. Dahlheimer, Jürgen	48 Düsseldorfer TV		58:35	5. M60
50. Ekermann, Leo	97 LG Oelde / Wadersloh		59:03	1. M13
51. Heimhardt, Ingrid	45 TG Voerde		59:11	1. W65
52. Steigmann, Dirk	58 Walkingclub - Hamm e.V	1:00:38		5. M50
53. Preuß, Christiane	87 VfL Fröndenberg	1:02:00		2. W
54. Jughard, Timo	76	1:06:58		2. M30
55. Schoebe, Gisela	41 Laufteam Unna	1:07:51		2. W65

### 15 km Lauf: Männer - mJgd B; Frauen - wJgd B

1. Puchtinger, Stefan	70 LT Bittermark	57:44	1. M40
2. Achenbach, Nicklars	82 LT Bittermark	1:00:41	1. M
3. Kraus, André	75 LAC Veltins Hochsauerland	1:03:44	1. M35
4. Topf, Andreas	64 DJK Grün-Weiß Werl	1:05:17	1. M45
5. Liesen, Bernhard	57 TV Hasslinghausen	1:08:17	1. M50
6. Mahler, Wolfgang	51 1. Tri-Team-Gütersloh	1:12:46	1. M55
7. Flory, Michael	63 Lauffreunde Bönen	1:13:23	2. M45
8. Tank, Regina	59	1:13:52	1. W50
9. Vulf, Simon	50 Lauffreunde Bönen	1:14:46	1. M60
10. Müller, Jörg	71 LT Wischlingen Dortmund	1:15:00	2. M35
11. Kruse, Hans-Georg	48	1:20:47	2. M60
12. Kusche, Daniel	76	1:21:44	1. M30
13. van den Elzen, Gérard	63	1:33:56	3. M45
Michel, Rainer	60 TV Hasslinghausen	aufg.	M50

### 5km Walking / Nordic Walking Frauen

Duhnke, Vuokko	63 DJK Preußen 1911 Bochum e.V.	44:57
Ekermann, Sabina	96 LG Oelde / Wadersloh	46:10
Geisler, Margarete	41 Marathonclub Menden	45:17
Lanz, Phili	29	45:16
Miebach, Petra	0 VfL Fröndenberg	47:21
Nuß, Elisabeth	47	45:15
Tegen, Andrea	66	47:51
Winning, Martina	59 VfL Fröndenberg	47:20

### 5km Walking / Nordic Walking Männer

Duhnke, Klaus	58 DJK Preußen 1911 Bochum e.V.	44:56
Flaßnöcker, Holger	37 TGH Wetter / Ruhr	34:55
Heinz-Tegen, Manfred	62	44:04
Nuss, Bernd	48 Marathonclub Menden	37:52
Schumacher, Josef	55 Family Walking Team	46:11
von Wedelstaedt, Manfred	40	39:57

Erstellt mit dem Programm CROSSLAUF 2010.0 der Firma Rieping-Software, Hertha-König-Str. 7, 59269 Beckum, <http://www.rieping-software.de>. Lizenziert für VfL Fröndenberg 1953 e.V., Serien-Nr. 1013.

Die Veranstaltung fand unter Verbandsaufsicht und unter regulären Bedingungen statt. Die erzielten Leistungen können für Bestenlisten verwendet werden.

**Für den VfL Fröndenberg**

*Michael Preuß*



**Veranstaltungsleitung**