

Jahresbestenliste 2014

MÄNNER

FRAUEN

		100 m			
Torolv	Prokosch	0:15,98	Marion	Rother	0:20,12
		200 m			
Dr. Arne	Fischer	0:26,16	Marion	Rother	0:42,56
Klaus	Pick	0:27,43			
Dr. Dominik	Schmaltz	0:28,59			
Julio	Lopes Gomes	0:29,70			
Torolv	Prokosch	0:32,60			
		400 m			
Klaus	Pick	1:01,15	Marion	Hillebrand-Raves	1:06,02
Dr. Dominik	Schmaltz	1:05,52	Marion	Rother	1:34,16
Julio	Lopes Gomes	1:05,98			
Torolv	Prokosch	1:18,49			
		600 m			
Julio	Lopes Gomes	1:54,28	Marion	Hillebrand-Raves	1:49,30
		800 m			
Andreas	Kösters	2:10,85	Lisa	Schmiedeshoff	2:28,27
Marcel	Machauer	2:13,59	Marion	Hillebrand-Raves	2:28,88
Joost	Krämer	2:14,92	Carolin	Hauck	2:30,30
Klaus	Pick	2:16,77	Ida	Rose	2:33,13
Dr. Arne	Fischer	2:18,44	Eva	Schönefeld	2:38,97
Michael	Holtkötter	2:30,10	Britta	Brouwer	2:40,00
Simon	Pösentrup	2:30,75	Delia	Krell-Witte	2:55,32
Dr. Karl Heinz	Prieß	2:31,17	Silke	Kienecker	3:19,87
Julio	Lopes Gomes	2:37,83	Marion	Rother	3:22,79
Julian	Fricke	2:41,81			
Jonas	Klein	2:44,96			
Torolv	Prokosch	2:55,93			
Niklas	Spilker	3:10,96			
		1 km			
Benedikt	Fricke	4:16	Frieda	Lammers	6:21
		1500 m			
Andreas	Kösters	4:31,32	Sabine	Knothe	5:02,29
Damian	Kaminski	4:32,07	Carolin	Hauck	5:13,07
Marcel	Machauer	4:33,78	Eva	Schönefeld	5:28,90
Bodo	Kienecker	5:03,14	Barbara	Riesmeier	5:43,20
Klaus	Pick	5:03,53	Delia	Krell-Witte	5:52,67
Antonio	Henrique	5:05,62	Rosa	Gomes	5:59,26
Jonas	Klein	6:17,84	Marion	Rother	6:53,83
		2 km			
Julian	Fricke	7:57	Ida	Rose	7:18,01

3000 m / 3 km					
Philipp	Beckmann	8:57,00	Eva	Schönefeld	11:32,11
David	Schönherr	9:05,63	Barbara	Riesmeier	12:12
John	Kuhlmann	9:10,84	Delia	Krell-Witte	12:17,46
Yannick	Rinne	9:10,86	Rosa	Gomes	13:03,12
Damian	Kaminski	9:32,64	Silke	Kienecker	14:34,40
Michael	Machill	10:29,62	Maria	Hemsing	16:17
Joost	Krämer	10:30,34			
Sebastian	Klein	10:31			
Reinhard	Schmiing	10:43			
Dr. Arne	Fischer	10:44,10			
Simon	Pösentrup	10:49,31			
Antonio	Henrique	10:50,53			
Andre	Poloczek	10:56			
Bodo	Kienecker	10:58,90			
Klaus	Pick	11:05,00			
Stefan	Bales	11:16			
Sebastian	Hoffmann	12:26			
Heinz	Hoveling	13:39			
Hermann	Hemsing	13:50			
Andreas	Baune	14:27			
Torolv	Prokosch	14:27,75			
Michael	Schardt	16:12			
5000 m / 5 km					
Patrick	Dirksmeier	15:43,60	Johanna	Rellensmann	16:51,81
Philipp	Beckmann	15:44,62	Miriam	Schröder	18:30
David	Schönherr	15:52,58	Sabine	Knothe	19:18
Yannick	Rinne	15:58,68	Katharina	Hauertmann	19:25
Luca	Heerdt	16:00	Carolin	Hauck	19:28
John	Kuhlmann	16:06,76	Ida	Rose	19:51
Damian	Kaminski	16:35,24	Eva	Schönefeld	20:02,98
Matthias	Nowack	16:38	Ira	Schwefer	20:03
Daniel	Mehring	16:39	Britta	Brouwer	20:11
Christoph	Wiesen	16:58	Stephanie	Michels	20:15
Marcel	Machauer	16:58	Dr. Sarah	Honemann	20:42
Tim	Fasel	17:17	Julia	Große Leusbrock	20:50
Jurek	Lünenborg	17:20	Barbara	Riesmeier	20:56
Fabian	Altebäumer	17:20	Nadine	Borgmeier	21:00
Christian	Gems	17:22	Delia	Krell-Witte	21:20,58
Holger	Fritze	17:24	Dr. Corinna	Meiser	21:21
Andreas	Kösters	17:30,14	Nicole	Essing	21:22
Klaus	Brinker	17:40	Sophie	Bartsch	21:26
Oliver	Prinz	17:47,65	Juliana	Rotthauwe	21:28
Marc	Ziegler	17:48	Jessica	Driesch	21:32
Michael	Machill	17:54	Maria	Feyerabend	22:04
Thomas	Caruso	18:03	Cèline	Jocksch	22:09
Joost	Krämer	18:08	Sina	Kerkering	22:17
Abdellah	Saadani	18:12	Imke	Leimbach	22:23
Christian	Schröder	18:22	Rosa	Gomes	22:25,46
Sebastian	Klein	18:25	Vanessa	Radusch	22:31

5000 m / 5 km

Ralf	Franke	18:25	Susanne	Koch	22:50
Ludger	Pösentrup	18:28	Bärbel	Ratering-Slüter	23:08
Ruben	Enxing	18:33	Mascha	Veauthier	23:18
Antonio	Henrique	18:35	Beate	Naujeck-Peters	23:28
Bastian	Bathen	18:37	Juliane	Olivier	23:45
Michael	Kasprik	18:37	Magdalena	Cantu	23:56
Jari	Bender	18:43	Britta	Drude	24:21
Bodo	Kienecker	18:43,41	Anke	Hasebrock	24:35
Dr. Dominik	Schmaltz	18:45	Barbara	Heuer	24:42
Daniel	Wälte	18:45	Kerstin	Loeser	25:05
Carsten	Ilgemann	18:49	Marion	Rother	25:17
Reinhard	Schmiing	18:50	Finni	Wachsmann	25:17
David	Heimann	18:53	Silke	Kienecker	25:26
Steffen	Vollbrecht	19:00	Jutta	Homann	25:36
Sirus	Pezeschgi	19:09	Ellen	Fennenkötter	25:56
Klaus	Pick	19:11	Eileen	Braun	25:57
Michael	Holtkötter	19:12	Christine	Herbert	26:07
Philip	Slüter	19:14	Heidi	Dittrich	26:20
Reinhard	Schröder	19:26	Annette	Schwarzkopf	26:29
Christopher	Dicks	19:27	Antje Katrin	Pöcheim	26:31
Thomas	Fricke	19:31	Miriam	Kolar	26:31
Dr. Arne	Fischer	19:32	Petra	Mulder-Seiger	26:35
Mathias	Koch	19:32	Marika	Meyer zu Brickwedc	26:40
Andre	Riesmeier	19:37	Maria	Hemsing	26:41
Bastian	Peters	19:40	Karin	Grawe	26:51
Dr. Karl Heinz	Prieß	19:42	Birgit	Weber	26:52
Michael	Scheel	19:51	Dr. Diana	Schilling	26:56
Simon	Pösentrup	19:54	Martina	Cwojdzinski	27:09
Norbert	Fasel	20:05	Mechthild	Lange	27:15
Andre	Poloczek	20:32	Hiltrud	Mertens	27:19
Karsten	Kordes	20:33	Petra	Frisse	27:19
Julian	Fricke	20:36	Yvonne	Bender	27:31
Bernd	Huesker	20:37	Marion	Urmelt	27:32
Clemens	Wolking	20:39	Yvonne	Körner	27:38
Klaus	Bühn	20:46	Nadine	Effner	27:40
Marc	Bußmann	20:46	Anke	Riepe	27:43
Klaus	Buchterkirche	21:02	Annegret	Hageneier	28:27
Stephan	Burt	21:04	Martina	Pösentrup	28:29
Sebastian	Hoffmann	21:08	Christa	Papenkort	28:39
Torsten	Honemann	21:24	Hildegard	Kerkhoff	28:42
Rainer	Wachsmann	21:26	Sandra	Sendker	28:56
Mirko	Kandora	21:30	Uschi	Sypiena	29:24
Stanislav	Bartusiak	21:34	Sabine	Goschke	29:30
Frank	Krämer	21:38	Vera	Raidt	29:54
Ulrich	Kaiser	21:52	Ulrike	Wegener	29:54
Thorsten	Schulze	21:55	Elfi	Lorbach	30:00
Ralf	Skubschewski	21:55	Nadja	Fhema	30:01
Henning	Lange	21:56	Christel	Schewe	30:01
Julio	Lopes Gomes	22:01	Carmen	Gottlob	30:13

5000 m / 5 km

Fulvio	Quattrocchi	22:05	Brigitte	Averdiek	30:37
Kai-Simon	Havers	22:13	Angelika	Syska	30:40
Heinz	Hoveling	22:16	Sandra	Harder	30:41
Eric	Menke	22:18	Paula	Krapp	31:09
Stephan	Huesmann	22:27	Yvonne	Wöhrmann	31:14
Siegfried	Milden	22:28	Brigitte	Klys-Reimann	31:14
Hermann	Hemsing	22:40	Anke	Beilharz-Wüster	31:43
Benedikt	Fricke	22:51	Gaby	Spatz	31:50
Artur	Meinzer	22:53	Jutta	Tüllmann	34:41
Stephan	Kerkering	22:53	Elke	Lammers	36:29
Dirk	Keggenhoff	22:56	Nicole	Bäcker-Kintrup	45:22
Stefan	Chrzanowski	23:01	Ursula	Scheltrup	45:58
Martin	Pöttker	23:24			
Sebastian	Piegza	23:35			
Michael	Schardt	23:48			
Ewald	Fikus	23:57			
Helmut	Neuhaus	24:10			
Jaques	Weber	24:10			
Guido	Wecker	24:18			
Jonas	Klein	24:24			
Michael	Kösters	24:29			
Udo	Goldberg	24:36			
Peter	Dittrich	25:05			
Andreas	Baune	25:16			
Manuel	Scamandro	25:21			
Ulrich	Radusch	25:29			
Thomas	Bergmann	25:29			
Gottfried	Schäfers	25:32			
Stephan	Wegener	25:35			
Heinz	Merse	25:38			
Niklas	Spilker	26:26			
Georg	Ludewig	26:32			
Mario	Proske	27:11			
Bernhard	Kreienbaum	27:13			
Werner	Driese	27:25			
Heinz	Bücker	27:35			
Wolfgang Konrac	Jonas	28:03			
Thomas	Benighaus	28:19			
Joachim	Reimann	28:28			
Jobst-Jürgen	Fricke	29:30			
Manfred	Hoermann	30:24			
Pantaleone	Squillace	31:05			
Klaus	Wiemann	31:38			
Ulrich	Müntten	31:45			
Paul	Boß	31:45			
Jan	Asshauer	31:57			
Klaus	Lietzow	32:27			
Matthias	Neufeld-Nollmann	32:32			
Michael	Brüggershemke	33:00			

10 km

Patrick	Dirksmeier	31:59	Johanna	Rellensmann	36:48
Fritz	Koch	32:16	Miriam	Schröder	37:40
Philipp	Beckmann	32:23	Maren	Urner	38:11
David	Schönherr	32:33	Jana	Kappenberg	38:49
Yannick	Rinne	32:47	Katharina	Hauertmann	39:55
Daniel	Mehring	32:54	Ira	Schwefer	40:03
John	Kuhlmann	33:22	Sabine	Fischer	40:35
Holger	Fritze	34:14	Carolin	Hauck	40:35
Damian	Kaminski	34:18	Sue	Rossano Rivero	40:35
Sascha	Schücker	34:38	Sabine	Knothe	40:58
Marcel	Machauer	34:52	Julia	Große Leusbrock	41:03
Dr. Timo	Mersmann	34:53	Britta	Brouwer	41:27
Matthias	Nowack	35:07	Eva	Schönefeld	41:37
Fabian	Altebäumer	35:18	Stephanie	Michels	41:45
Markus	Kreickmann	35:45	Ida	Rose	42:45
Hendrik	Auf'mKolk	35:50	Dr. Corinna	Meiser	43:26
Markus van der	Velde	35:55	Nadine	Borgmeier	43:33
Luca	Heerdt	36:01	Barbara	Riesmeier	43:52
Christoph	Wiesen	36:11	Delia	Krell-Witte	44:01
Dr. Björn	Reiß	36:29	Nicole	Essing	44:15
Marc	Ziegler	36:41	Sybille	Stein	44:35
Andreas	Kösters	36:42	Maria	Feyerabend	44:45
Oliver	Prinz	36:45	Sina	Kerkering	45:21
Thomas	Caruso	36:52	Susanne	Rellensmann	45:35
Manuel	Kriegs	36:57	Susanne	Koch	46:07
Florian	Braun	37:16	Marion	Baumeister	46:49
Moritz	Schlenkhoff	37:27	Céline	Jocksch	47:12
Christian	Schröder	37:37	Vanessa	Radusch	47:38
Ralf	Franke	37:42	Anne	Holtkötter	47:40
Klaus	Brinker	37:55	Rosa	Gomes	48:02
Ruben	Enxing	38:20	Juliana	Rotthauwe	48:25
Daniel	Wälte	38:24	Jessica	Driesch	48:34
Antonio	Henrique	38:27	Helga	Hillen	49:12
Michael	Machill	38:28	Bärbel	Ratering-Slüter	49:15
Martin	Kanne	38:46	Katrin	Wilkes	49:26
Ralf	Schulze	38:53	Imke	Leimbach	49:35
Holger	Stadthaus	39:04	Britta	Drude	49:47
Reinhard	Schmiing	39:07	Anke	Hasebrock	49:48
Bodo	Kienecker	39:09	Dr. Katharina	Knop	50:27
Dr. Arne	Fischer	39:10	Mascha	Veauthier	50:33
Michael	Kasprik	39:11	Birgit	Nathaus	50:46
Dr. Dominik	Schmaltz	39:13	Marianne	Voetz	50:49
Stephan	Kerkering	39:29	Barbara	Heuer	50:53
Reinhard	Schröder	39:36	Kerstin	Loeser	51:06
Stephan	Meyer	39:40	Magdalena	Cantu	51:14
Marco	Schräer	39:40	Maren	Poppenborg	51:26
Carsten	Ilgemann	39:51	Silke	Kienecker	52:08
Christopher	Dicks	39:52	Marion	Rother	52:19
Sirus	Pezeschgi	39:58	Antje Katrin	Pöcheim	52:35

10 km

Philip	Slüter	39:58	Eileen	Braun	53:25
Michael	Holtkötter	40:06	Jutta	Homann	54:07
Dr. Karl Heinz	Prieß	40:08	Ilona	Bredebusch	54:15
Andreas	Sontopski	40:29	Heidi	Dittrich	54:23
Jurek	Lünenborg	40:33	Jenny	Engler	54:29
Stefan	Bales	40:38	Petra	Frisse	54:47
Andre	Riesmeier	41:07	Lucia	Dießel	54:50
Roland	Mai	41:08	Hiltrud	Mertens	55:23
Norbert	Fasel	41:11	Petra	Mulder-Seiger	55:43
Karsten	Kordes	41:13	Maria	Lohscheller	55:44
Mathias	Koch	42:00	Brigitte	Heckmann	56:04
Simon	Pösentrup	42:01	Martina	Cwojdzinski	56:05
Clemens	Wolking	42:12	Miriam	Kolar	56:07
Bernd	Huesker	42:18	Ruth	Lutz	56:14
Andreas	Clausing	42:34	Dr. Diana	Schilling	56:48
Klaus	Pick	42:50	Martina	Pösentrup	56:49
Klaus	Buchterkirche	42:56	Mechthild	Schubert	56:57
Robert	Lenger	43:40	Marion	Urmelt	57:16
Michael	Geske	43:45	Ellen	Fennenkötter	57:19
Michael	Albers	43:46	Hella von	Lützau	57:26
Marc	Bußmann	43:52	Annette	Seitter	57:29
Gerhard	Menke	43:53	Jutta	Zimmer	57:49
Kai	Stoffels	43:58	Annette	Schwarzkopf	58:22
Klaus	Bühn	44:09	Marika	Meyer zu Brickwedc	58:39
Hermann	Fliß	44:12	Yvonne	Körner	58:50
Andreas	Löcken	44:15	Mechthild	Lange	58:55
Jörg	Keeren	44:29	Anna	Ringbeck	59:17
Ulrich	Kaiser	44:32	Annegret	Hageneier	59:29
Michael	Krapp	44:35	Sandra	Harder	59:36
Stanislav	Bartusiak	44:40	Sabine	Goschke	1:00:06
Martin	Pöttker	44:41	Ulrike	Wegener	1:00:11
Mario	Proske	44:42	Kathrin	Lütkenhaus	1:00:17
Stefan	Lammers	44:47	Nadine	Effner	1:00:47
Siegfried	Milden	44:49	Carmen	Gottlob	1:00:48
Theo	Lange	44:50	Eva-Maria	Jacobs	1:01:10
Mirko	Kandora	44:54	Uschi	Sypiana	1:01:41
Thorsten	Schulze	44:58	Elfi	Lorbach	1:01:51
Henning	Lange	45:08	Angelika	Syska	1:02:55
Sebastian	Hoffmann	45:11	Nicole	Höltermann	1:03:27
Stephan	Burt	45:16	Gaby	Spatz	1:04:34
Dieter	Sternberg	45:17	Christa	Ruten	1:10:36
Fulvio	Quattrocchi	45:18	Anna-Katharina	Meilwes	1:11:10
Ralf	Skubschewski	45:32			
Take	Ringena	45:49			
Kai-Simon	Havers	46:10			
Rainer	Wachsmann	46:17			
Klaus	Ehling	46:23			
Magnus	Grüger	46:40			
Heinz	Hoveling	47:07			

10 km

Thorsten	Ullrich	47:09
Dirk	Keggenhoff	47:13
Ralf	Lohscheller	47:20
Moritz Jan	Schütze	47:24
Peter	Art	47:28
Stefan	Chrzanowski	47:32
Stefan	Hahn	48:08
Peter	Strelow	48:17
Hermann	Löchte	48:19
Michael	Schardt	48:31
Martin	Dahlmann	48:48
Sebastian	Piegza	48:48
Heiko	Möcklinghoff	49:01
Jürgen	Schmitz	49:18
Stefan	Ranneberg	49:18
Peter	Horstmann	49:35
Ludger	Bannierink	49:48
Lino	Witte	49:53
Martin	Tanz	50:08
Peter	Dittrich	50:20
Ludger	Fliß	50:24
Torolv	Prokosch	50:33
Helmut	Neuhaus	50:55
Guido	Wecker	51:07
Artur	Meinzer	51:10
Gottfried	Schäfers	51:20
Heinz	Merse	51:23
Andreas	Krämer	51:35
Joachim	Reimann	51:37
Dieter	Rohloff	51:45
Günter	Hahn	51:49
Udo	Gehring	52:03
Wolfram	Dettki	52:07
Josch	Behrens	52:25
Andreas	Baune	52:37
Paul	Boß	52:53
Stephan	Wegener	53:24
Thomas	Bergmann	53:44
Michael	Goschke	54:05
Peter	Kanter	54:06
Udo	Goldberg	54:15
Roger	Cramer	54:37
Niklas	Spilker	54:42
Thomas	May	54:43
Stefan	Gottschall	54:56
Heinz	Bücker	54:58
Georg	Ludewig	55:19
Werner	Driese	55:31
Heinz	Woltering	56:14

10 km

Axel	Wiedenhues	56:25
Bernhard	Kreienbaum	57:01
Dr. Guntram	Ochs	57:09
Ingo	Ulbrich	57:32
Dirk	Czarnetzki	57:41
Martin	Graap	57:55
Manuel	Scamandro	58:30
Stephan	Huesmann	59:41
Georg	Wennekers	1:01:46
Thomas	Benighaus	1:01:46
Wolfgang Konrac Jonas		1:03:12
Manfred	Hoermann	1:04:42
Kornelius	Westerholt	1:20:05

15 km

Philipp	Beckmann	51:07	Maren	Urner	58:59
Yannick	Rinne	51:42	Ira	Schwefer	1:02:40
Matthias	Nowack	53:44	Sue	Rossano Rivero	1:03:00
Dr. Björn	Reiß	54:46	Dr. Corinna	Meiser	1:05:18
Markus van der	Velde	55:55	Britta	Brouwer	1:05:20
Oliver	Prinz	55:55	Eva	Schönefeld	1:05:43
Markus	Kreickmann	55:55	Stephanie	Michels	1:06:04
Marcel	Machauer	56:18	Carolin	Hauck	1:06:04
Andreas	Kösters	57:17	Maria	Feyerabend	1:07:47
André	Karneth	57:18	Sybillie	Stein	1:09:17
Marc	Ziegler	58:18	Delia	Krell-Witte	1:10:00
Klaus	Brinker	58:56	Nicole	Essing	1:11:28
Ralf	Franke	59:35	Sina	Kerkering	1:12:53
Carsten	Ilgemann	59:48	Helga	Hillen	1:15:59
Reinhard	Schmiing	59:48	Barbara	Heuer	1:17:49
Ruben	Enxing	59:57	Magdalena	Cantu	1:18:14
Christopher	Dicks	1:01:19	Antje Katrin	Pöcheim	1:20:20
Stephan	Kerkering	1:01:45	Jenny	Engler	1:24:37
Ralf	Schulze	1:01:50	Petra	Frisse	1:25:33
Thomas	Fricke	1:01:55	Dr. Diana	Schilling	1:27:25
Andreas	Sontopski	1:02:09	Annette	Schwarz Copp	1:31:11
Sirus	Pezeschgi	1:02:21	Maria	Hemsing	1:31:21
Michael	Machill	1:02:46	Martina	Cwojdzinski	1:33:20
Norbert	Fasel	1:02:48	Yvonne	Körner	1:34:56
Michael	Holtkötter	1:02:53	Ulrike	Wegener	1:36:15
Andre	Riesmeier	1:02:54	Mechthild	Lange	1:38:56
Reinhard	Schröder	1:02:57	Angelika	Syska	1:41:30
Dr. Arne	Fischer	1:03:55	Gaby	Spatz	1:46:21
Mathias	Koch	1:05:07			
Clemens	Wolking	1:05:42			
Bernd	Huesker	1:05:51			
Stephan	Meyer	1:06:33			
Gregor	Veauthier	1:07:07			
Michael	Albers	1:07:35			
Stephan	Huesmann	1:07:35			

15 km

Klaus	Bühn	1:08:07
Stanislav	Bartusiak	1:08:26
Klaus	Pick	1:08:37
Gerhard	Menke	1:09:10
Jörg	Keeren	1:09:50
Fulvio	Quattrocchi	1:10:12
Michael	Geske	1:10:46
Mario	Proske	1:10:46
Werner	Hölscher	1:11:17
Rainer	Wachsmann	1:11:51
Kai-Simon	Havers	1:12:06
Stefan	Lammers	1:12:53
Heinz	Hoveling	1:13:38
Ulrich	Schimanski	1:13:46
Magnus	Grüger	1:14:09
Stefan	Hahn	1:14:50
Hermann	Hemsing	1:14:54
Martin	Luig	1:15:01
Sebastian	Hoffmann	1:15:44
Peter	Art	1:15:57
Ulrich	Kaiser	1:16:11
Michael	Schardt	1:18:12
Guido	Wecker	1:19:27
Ludger	Fliß	1:20:56
Jürgen	Seidel	1:21:28
Gottfried	Schäfers	1:21:40
Andreas	Baune	1:24:00
Udo	Gehring	1:25:30
Thomas	Bergmann	1:25:31
Stephan	Wegener	1:26:44
Heinz	Merse	1:31:21
Wolfgang Konrac Jonas		1:40:42

Halbmarathon

David	Schönherr	1:10:56	Maren	Urner	1:24:58
John	Kuhlmann	1:12:18	Sabine	Knothe	1:28:21
Philipp	Beckmann	1:12:43	Katharina	Hauertmann	1:28:27
Yannick	Rinne	1:14:28	Britta	Brouwer	1:28:50
Dr. Timo	Mersmann	1:17:35	Ira	Schwefer	1:29:22
Marcel	Machauer	1:17:52	Carolin	Hauck	1:30:27
Matthias	Nowack	1:18:12	Sabine	Fischer	1:31:48
Dr. Björn	Reiß	1:18:38	Julia	Große Leusbrock	1:32:05
Holger	Fritze	1:19:08	Sue	Rossano Rivero	1:33:25
Hendrik	Auf'mKolk	1:19:19	Dr. Corinna	Meiser	1:34:49
Christian	Gems	1:19:34	Lisa	Schmiedeshoff	1:35:28
Oliver	Prinz	1:19:39	Eva	Schönefeld	1:35:32
Markus van der	Velde	1:19:43	Stephanie	Michels	1:35:40
Abdellah	Saadani	1:20:37	Sybille	Stein	1:37:53
Andreas	Kösters	1:22:01	Nicole	Essing	1:39:20
Marc	Ziegler	1:22:23	Sina	Kerkering	1:40:33

Halbmarathon

Michael	Kasprik	1:22:47	Maria	Feyerabend	1:40:59
Ruben	Enxing	1:24:08	Delia	Krell-Witte	1:42:01
Carsten	Ilgemann	1:25:11	Susanne	Rellensmann	1:44:19
Christopher	Dicks	1:26:27	Juliana	Rotthauwe	1:45:09
Andreas	Reckmann	1:26:49	Vanessa	Radusch	1:45:32
Reinhard	Schröder	1:26:56	Rosa	Gomes	1:48:15
Sirus	Pezeschgi	1:26:57	Stephanie	Hoppe	1:48:20
Ralf	Franke	1:27:35	Susanne	Koch	1:49:17
Ralf	Schulze	1:27:46	Magdalena	Cantu	1:51:58
Bodo	Kienecker	1:27:58	Jessica	Driesch	1:52:21
Dr. Arne	Fischer	1:28:28	Barbara	Heuer	1:52:56
Stephan	Kerkering	1:28:33	Helga	Hillen	1:55:37
Michael	Machill	1:28:41	Juliane	Olivier	1:56:37
Daniel	Wälte	1:28:52	Antje Katrin	Pöcheim	1:57:13
Christian	Vogel	1:29:09	Marion	Rother	1:59:21
Reinhard	Schmiing	1:29:27	Petra	Frisse	2:02:05
Dr. Hans	Schnabel	1:29:30	Parvin	Kamp	2:02:23
Norbert	Fasel	1:29:41	Eileen	Braun	2:03:45
Marco	Schräer	1:30:36	Christel	Löchte	2:05:06
Stefan	Bales	1:30:44	Marion	Urmelt	2:05:40
Jens	Riggers	1:31:03	Jenny	Engler	2:08:53
Michael	Holtkötter	1:31:21	Martina	Cwojdzinski	2:09:41
Andre	Riesmeier	1:31:46	Annette	Seitter	2:13:04
Andreas	Clausing	1:31:52	Dr. Diana	Schilling	2:13:18
Antonio	Henrique	1:32:33	Lucia	Röttger	2:15:25
Martin	Kanne	1:32:58	Annette	Schwarzkopf	2:15:45
Gregor	Veauthier	1:32:59	Mechthild	Schubert	2:16:20
Klaus	Bühn	1:33:21	Dagmar	Großmann	2:21:02
Thomas	Fricke	1:33:24	Ulrike	Wegener	2:22:40
Bernd	Huesker	1:33:40	Elisabeth	Revering	2:22:54
Clemens	Wolking	1:34:08	Angelika	Syska	2:27:33
Mathias	Koch	1:34:22	Mechthild	Lange	2:28:09
Andreas	Sontopski	1:34:47	Elfi	Lorbach	2:30:07
Mario	Proske	1:34:53	Gaby	Spatz	2:36:38
Michael	Geske	1:35:58	Monika	Dropmann	2:48:13
Klaus	Buchterkirche	1:35:58			
Michael	Albers	1:36:32			
Roland	Mai	1:37:01			
Gerhard	Menke	1:37:39			
Rainer	Wachsmann	1:38:20			
Florian	Braun	1:38:33			
Jörg	Keeren	1:38:44			
Henning	Lange	1:38:49			
Fulvio	Quattrocchi	1:38:58			
Dieter	Sternberg	1:39:11			
Dirk	Schwieenheer	1:42:15			
Hermann	Fliß	1:42:18			
Take	Ringena	1:42:56			
Marc	Bußmann	1:43:10			

Halbmarathon

Stanislav	Bartusiak	1:44:08
Stefan	Chrzanowski	1:45:05
Stefan	Lammers	1:45:37
Ulrich	Kaiser	1:46:01
Michael	Krapp	1:46:06
Mirko	Kandora	1:46:19
Michael	Schardt	1:46:21
Magnus	Grüger	1:47:01
Stefan	Hahn	1:47:07
Heinz	Hoveling	1:47:17
Gregor	Hensen	1:48:06
Stephan	Huesmann	1:48:06
Peter	Art	1:48:11
Ludger	Fliß	1:48:12
Peter	Kaiser	1:48:41
Michael	Kösters	1:48:44
Kai-Simon	Havers	1:49:23
Ewald	Fikus	1:50:10
Marco	Hampel	1:50:21
Heiko	Möcklinghoff	1:50:45
Peter	StreLOW	1:51:26
Martin	Pöttker	1:51:54
Sebastian	Hoffmann	1:51:58
Klaus	Ehling	1:52:02
Klaus	Neufend	1:52:04
Stefan	Ranneberg	1:52:07
Dr. Guntram	Ochs	1:52:47
Gottfried	Schäfers	1:53:02
Guido	Wecker	1:53:24
Torolv	Prokosch	1:54:12
Ludger	Bannierink	1:54:25
Sebastian	Piegza	1:55:07
Dieter	Rohloff	1:56:22
Rolf	Kückelmann	1:57:24
Joachim	Reimann	1:57:29
Manuel	Scamandro	1:57:46
Udo	Goldberg	1:57:58
Heiner	Röttger	1:58:05
Andreas	Baune	1:59:33
Udo	Gehring	2:00:32
Heinz	Merse	2:02:14
Peter	Kanter	2:04:04
Wolfram	Dettki	2:08:43
Thomas	Bergmann	2:09:29
Achim	Hauertmann	2:11:43
Ingo	Ulbrich	2:12:14
Heinz	Bücker	2:12:29
Dirk	Keggenhoff	2:13:09
Thomas	May	2:13:41

Halbmarathon					
Bernhard	Kreienbaum	2:13:57			
Stephan	Wegener	2:15:45			
Günter	Hahn	2:15:57			
Paul	Boß	2:18:49			
Sven	Maas	2:20:04			
Roger	Cramer	2:20:18			
Heinz	Woltering	2:21:27			
Heinz-Jürgen	Revering	2:22:54			
Wolfgang Konrac	Jonas	2:28:10			
Markus	Dropmann	2:46:38			
25 km					
Reinhard	Schmiing	1:44:36	Maria	Feyerabend	2:09:40
Sirus	Pezeschgi	1:45:28	Barbara	Heuer	2:20:54
Klaus	Bühn	1:50:07	Antje Katrin	Pöcheim	2:29:35
Dr. Arne	Fischer	1:51:13	Uschi	Sypiena	2:35:50
Bernd	Huesker	1:51:30	Mechthild	Lange	2:50:12
Clemens	Wolking	1:54:27	Annette	Schwarzkopf	2:54:06
Stanislav	Bartusiak	1:58:38	Yvonne	Körner	2:55:46
Henning	Lange	1:58:55	Marie-Anne	Thyron	3:00:39
Stefan	Chrzanowski	2:05:50	Ilse	Grühsinger	3:00:39
Mirko	Kandora	2:10:09			
Michael	Kösters	2:10:52			
Michael	Schardt	2:17:11			
Ulrich	Kaiser	2:20:21			
Stefan	Hahn	2:23:02			
Sebastian	Piegza	2:24:41			
Udo	Goldberg	2:25:40			
Peter	Kanter	2:26:53			
Dirk	Keggenhoff	2:29:27			
Heinz	Merse	2:31:34			
Andreas	Baune	2:31:34			
Roger	Cramer	2:39:53			
Wolfgang Konrac	Jonas	2:50:12			
30 km					
			Annette	Schwarzkopf	3:34:37
Marathon					
David	Schönherr	2:30:00	Katharina	Hauertmann	3:07:48
John	Kuhlmann	2:33:42	Britta	Brouwer	3:10:20
Markus	Kreickmann	2:43:59	Ira	Schwefer	3:11:46
Matthias	Nowack	2:45:01	Nicole	Essing	3:24:20
Marcel	Machauer	2:47:30	Delia	Krell-Witte	3:35:00
Fabian	Altebäumer	2:48:15	Juliana	Rotthauwe	3:35:55
Dr. Björn	Reiß	2:48:24	Stephanie	Hoppe	3:36:29
Abdellah	Saadani	2:48:32	Maria	Feyerabend	3:37:50
Markus van der	Velde	2:50:09	Sue	Rossano Rivero	3:44:40
Andreas	Kösters	2:52:43	Nadine	Borgmeier	3:49:32
Manuel	Kriegs	2:54:48	Sina	Kerkering	3:53:34
Reinhard	Schröder	2:58:21	Rosa	Gomes	3:54:42
Carsten	Ilgemann	2:58:49	Heike	Koch	3:56:09
Ruben	Enxing	3:01:35	Jessica	Driesch	3:57:52

Marathon

Michael	Kasprik	3:02:44	Barbara	Heuer	3:57:53
Ludger	Pösentrup	3:03:06	Birgit	Nathaus	3:58:33
Rajmund	Rode	3:05:24	Bärbel	Ratering-Slüter	4:03:19
Andreas	Reckmann	3:07:50	Dr. Katharina	Knop	4:09:41
Sirus	Pezeschgi	3:10:08	Helga	Hillen	4:15:13
Bodo	Kienecker	3:10:37	Jutta	Homann	4:15:47
Reinhard	Zumdick	3:11:30	Ilona	Bredebusch	4:18:10
Stefan	Bales	3:14:05	Julia	Suwelack	4:20:10
Dr. Peter	Leonard	3:14:21	Elisabeth	Joris	4:20:32
Marc	Ziegler	3:14:23	Kerstin	Loeser	4:22:19
Christopher	Dicks	3:15:33	Lucia	Dießel	4:26:05
Norbert	Fasel	3:18:17	Carola	Kuhlmann	4:27:27
Dr. Hans	Schnabel	3:18:42	Petra	Frisse	4:33:49
Roland	Mai	3:19:21	Anna	Ringbeck	4:34:37
Marco	Schräer	3:19:47	Marion	Rother	4:35:15
Bernd	Huesker	3:21:52	Marion	Urmelt	4:37:32
Andreas	Sontopski	3:21:58	Vera	Raidt	4:44:34
Reinhard	Schmiing	3:22:21	Miriam	Kolar	4:46:06
Klaus	Bühn	3:23:12	Antje Katrin	Pöcheim	4:47:29
Stephan	Kerkering	3:23:16	Hella von	Lützau	4:58:36
Klaus	Buchterkirche	3:25:25	Jenny	Engler	4:58:55
Dr. Toni	Gillessen	3:25:48	Martina	Cwojdzinski	4:59:21
Michael	Geske	3:26:18	Annette	Schwarz Copp	4:59:38
Kolja	Wilting	3:26:31	Yvonne	Körner	5:02:05
Ralf	Skubschewski	3:26:40	Annette	Seitter	5:09:59
Andreas	Leißing	3:26:53	Eva-Maria	Jacobs	5:10:14
Theo	Lange	3:27:17	Elfi	Lorbach	5:23:53
Martin	Kanne	3:27:47	Ulrike	Wegener	5:24:01
Henning	Lange	3:28:17	Gaby	Spatz	5:45:50
Clemens	Wolking	3:29:27			
Hermann	Fliß	3:29:50			
Gerhard	Menke	3:37:27			
Dieter	Sternberg	3:37:33			
Martin	Pöttker	3:38:41			
Robert	Lenger	3:40:13			
Fulvio	Quattrocchi	3:41:46			
Dr. Johannes	Bertling	3:44:12			
Werner	Peters	3:45:00			
Stefan	Lammers	3:47:15			
Guisepppe	Mariani	3:47:28			
Take	Ringena	3:49:14			
Thorsten	Ullrich	3:50:18			
Peter	Knein	3:52:16			
Stanislav	Bartusiak	3:53:25			
Rainer	Wachsmann	3:53:41			
Peter	Art	3:54:24			
Stefan	Hahn	3:55:09			
Martin	Luig	3:55:45			
Stefan	Chrzanowski	3:56:21			

Marathon					
Jürgen	Schmitz	3:56:43			
Artur	Meinzer	3:57:44			
Marc	Bußmann	3:57:51			
Mirko	Kandora	3:58:08			
Heiko	Möcklinghoff	3:58:35			
Gregor	Hensen	3:58:49			
Klaus	Ehling	3:59:08			
Ralf	Schmeing	4:00:36			
Ludger	Bannierink	4:01:38			
Michael	Schardt	4:02:21			
Magnus	Grüger	4:05:49			
Peter	Strelow	4:07:19			
Sebastian	Hoffmann	4:08:42			
Udo	Goldberg	4:18:10			
Gregor	Veauthier	4:20:31			
Ludger	Fliß	4:20:41			
Stefan	Petermann	4:21:01			
Rolf	Kückelmann	4:21:54			
Werner	Hölscher	4:22:11			
Dirk	Keggenhoff	4:23:16			
Peter	Kaiser	4:23:58			
Marco	Hampel	4:25:04			
Michael	Gesthuisen	4:25:36			
Frank	Burghoff	4:26:11			
Thomas	Bergmann	4:26:46			
Heinz	Merse	4:28:18			
Guido	Wecker	4:29:30			
Werner	Fritsche	4:32:14			
Heiner	Cloppenburg	4:32:48			
Martin	Graap	4:49:58			
Andreas	Baune	4:52:02			
Paul	Boß	4:55:18			
Heinz	Bücker	4:59:24			
Stephan	Wegener	5:04:53			
Roger	Cramer	5:08:05			
Heinz	Woltering	5:10:09			
Hendrik	Auf'mKolk	5:16:29			
Sven	Maas	5:22:30			
Martin	Dahlmann	5:41:29			
50 km					
Norbert	Fasel	4:08:05			
Frank	Burghoff	5:57:11			
100 km					
Markus van der	Velde	8:16:05	Jutta	Homann	14:20:12
Michael	Geske	11:05:18	Julia	Suwelack	14:21:31
Stefan	Petermann	11:58:51			
Rainer	Wachsmann	12:55:10			
Norbert	Fasel	16:27:10			
Klaus	Neufend	24:55:15			