

Spiridonwertung 2004

Rang	Punkte	AKP	Name	Vorname	Jahrgang	Anzahl
1	2960	3676	Lanwer	Rita	1956	5
2	2307	3277	Huesker	Bernd	1949	6
3	1748	3146	Schäfers	Gottfried	1938	5
4	2266	3092	Bartusiak	Stanislav	1951	6
5	2558	3071	Holtkötter	Anne	1958	7
6	2377	2952	Holtkötter	Michael	1956	6
7	2027	2822	Ziegler	Brigitte	1950	4
8	2516	2799	Fikus	Ewald	1963	5
9	1662	2739	Kreienbaum	Bernhard	1942	5
10	2366	2632	Veauthier	Gregor	1963	5
11	1819	2584	Horst	Hannelore	1949	4
12	1953	2515	Feyerabend	Maria	1954	5
13	2030	2359	Clausing	Andreas	1960	4
14	1850	2185	Geske	Michael	1959	4
15	1953	2094	Kanne	Martin	1966	4
16	1923	2001	Lammers	Stefan	1969	6
17	1901	1962	Varlet	Benoit	1970	3
18	1760	1958	Zumdick	Reinhard	1963	4
19	1428	1911	Nutsch	Eberhard	1952	4
20	1452	1905	Lutz	Ruth	1953	4
21	1117	1801	Müller	Wolfgang	1943	6
22	1685	1754	Lammers	Dieter	1969	6
23	1423	1708	Roth	Egon	1958	3
24	1284	1685	Tillmann	Winfried	1953	4
25	1201	1638	Dittrich	Heidi	1951	4
26	1188	1589	Schröder	Reinhard	1952	3
27	1404	1585	Hemsing	Maria	1962	5
28	1362	1558	Grüger	Magnus	1961	5
29	1133	1546	Nergenu	Andreas	1951	3
30	1413	1515	Eckenbach	Ute	1966	3
31	1249	1499	Sprenger	Marlies	1958	4
32	1389	1489	Penaat	Sven	1966	3
33	992	1468	Suwelack	Julia	1947	3
34	1305	1399	Chrzanowski	Stefan	1966	4
35	1042	1367	Krämer	Andreas	1953	2
36	937	1359	Daldrop	Hans	1948	3
37	999	1311	Budde	Ulrich	1953	4
38	934	1301	Bungeroth	Jörg	1950	3
39	864	1280	Hoveling	Heinz	1947	5
40	904	1187	Reimann	Hans	1953	2
41	969	1183	Rosenbaum	Dieter	1957	3
42	1162	1172	Ischner	Markus	1974	2
43	784	1160	Horst	Johannes	1947	4
44	1097	1142	Stahlberg	Martin	1969	4
45	575	1131	Hengefeld	Heinz	1934	4
46	837	1099	Kerkhoff	Hildegard	1953	3
47	775	1079	Rohloff	Dieter	1950	4
48	572	1077	Dörries	Heinrich	1936	3
49	813	1047	Thonemann	Wilhelm	1954	4
50	750	1024	Lauhoff	Theo	1951	5

Spiridonwertung 2004

Rang	Punkte	AKP	Name	Vorname	Jahrgang	Anzahl
51	854	1009	Twelkemeier	Udo	1959	2
52	914	991	König	Ute	1965	4
53	652	985	Kerkhoff	Hartwig	1946	3
54	760	979	Sieme	Jürgen	1954	4
55	919	965	Düking	Jürgen	1968	2
56	518	932	Samulski	Peter	1938	2
57	825	931	Mühlenkord	Norbert	1962	2
58	905	922	Jabs	Christian	1972	4
59	689	904	Driese	Werner	1953	3
60	713	886	Uetz	Rainer	1956	2
61	621	881	Volkmer	Peter	1949	4
62	711	826	Schmeing	Ralf	1960	4
63	737	819	Kökelsum	Berthold	1963	2
64	633	816	Otto	Manfred	1954	2
65	605	810	Werning	Manfred	1952	3
66	693	793	Kock	Kai-Uwe	1961	4
67	663	783	Fritsche	Werner	1959	2
68	727	780	Niehoff	Josef	1966	3
69	643	771	Schwarzkopf	Annette	1958	3
70	554	727	Buth	Elke	1953	2
71	633	725	Neufend	Klaus	1961	2
72	542	698	Ludwig	Frank	1954	4
73	626	657	Schulte	Klaus	1968	1
74	630	656	Klaiber	Wolfgang	1969	2
75	535	642	Schleicher	Frank	1958	2
76	581	630	Bruns	Detlev	1965	1
77	528	614	Kammer	Eva	1960	1
78	554	601	Hagemann	Beate	1965	3
79	517	601	Haecker	Christoph	1960	2
80	471	595	Löchte	Christel	1955	2
81	503	585	Farke	Ruth	1960	3
82	487	575	Wolbeck	Uwe	1959	1
83	572	572	Lange	Gunnar	1979	1
84	437	562	Radusch	Ulrich	1954	3
85	525	525	Vogel	Christian	1981	1
86	505	505	Droste zu Vischering	Rafael	1980	1
87	479	479	Lembeck	Daniela	1979	1
88	451	470	Ranneberg	Stefan	1969	3
89	385	454	Loeser	Kerstin	1959	2
90	312	453	Völkert	Hinz	1948	2
91	311	451	Becker	Klaus	1948	2
92	447	447	Lenger	Robert	1984	3
93	268	432	Landfried-Teodoruk	Helga	1943	2
94	363	422	Braun	Thomas	1960	1
95	416	416	Badde	Ulrich	1978	2
96	400	416	Paßlick	Bernhard	1969	1
97	380	408	Bäumker	Gaby	1966	2
98	311	408	Dohmann	Angelika	1953	1
99	368	394	Beßeling	Andreas	1966	1
100	303	390	Kranenburg	Alida	1954	1

Spiridonwertung 2004

Rang	Punkte	AKP	Name	Vorname	Jahrgang	Anzahl
101	370	389	Gehring	Udo	1968	2
102	369	387	Nienhaus	Christiane	1968	1
103	337	386	Drewes-Kuhlmann	Michael	1961	1
104	319	383	Scheipers	Agnes	1958	4
105	334	382	Ehling	Klaus	1961	1
106	336	379	Priess	Stefan	1962	1
107	350	376	Löchte	Simone	1966	2
108	199	375	Durynek	Hildegard	1936	1
109	264	367	Kamp	Parvin	1950	1
110	327	359	Sternberg	Dieter	1964	1
111	192	354	Hoermann	Manfred	1937	2
112	291	344	Bodenberger	Horst	1959	1
113	284	335	Schonebeck	Barbara	1959	1
114	279	335	Leinz	Michael	1958	2
115	295	333	Roleff-Schweers	Bruno	1962	2
116	254	322	Mecking	Almut	1955	2
117	318	318	Korber	Tobias	1981	1
118	299	314	Lammerding	Matthias	1968	1
119	282	314	Großmann	Dagmar	1963	1
120	282	310	Hemsing	Hermann	1964	3
121	251	306	Uerdingen	Fred	1957	2
122	285	297	Hasenkamp	Oliver	1969	3
123	200	296	Tewes	Rolf	1947	2
124	235	287	Wetterau	Georg	1957	3
125	224	278	Thonemann	Anne	1956	2
126	207	277	Everke-Mecheln	Magdalene	1952	1
127	261	274	Blumberger	Burkhard	1968	1
128	260	260	Koch	Fritz	1991	2
129	167	253	Kampelmann	Klaus	1946	1
130	210	252	Cloppenburg	Heiner	1958	1
131	167	242	Koch	Ludger	1948	1
132	176	231	Onasch	Jürgen	1953	1
133	196	228	Polhuis	Bernd	1960	1
134	160	218	Karst	Birgit	1951	1
135	171	216	Herbert	Christine	1955	1
136	212	212	Obst	Martin	1979	1
137	199	211	Jaensch	Markus	1967	1
138	116	209	Bruder	Bodo	1938	2
139	172	206	Ruland	Rita	1958	1
140	181	205	Stötzel	Ralf	1962	2
141	193	203	Venjakob	Holger	1968	2
142	159	201	Wahle	Achim	1955	2
143	196	200	Hensen	Gregor	1972	1
144	144	196	Hübner	Wolfgang	1951	1
145	185	186	Stöber	Thomas	1975	2
146	156	184	Papenkort	Christa	1959	1
147	119	173	Lepkowski	Renate	1948	2
148	152	171	Reckers	Jörg	1962	1
149	170	170	Schulze Schwienhorst	Hans	1990	1
150	152	165	Fahrenhorst	Dirk	1965	1

Spiridonwertung 2004

Rang	Punkte	AKP	Name	Vorname	Jahrgang	Anzahl
151	137	162	Ortlepp	Helmut	1959	3
152	108	157	Kanter	Peter	1948	2
153	132	156	Bühn	Klaus	1959	2
154	155	155	Ortlepp	Thorsten	1988	1
155	124	154	Pöpke	Cecilia	1956	1
156	109	143	Strauß	Thomas	1953	1
157	121	140	Caspari	Petra	1960	3
158	116	133	Lüders	Maria-Theresia	1961	1
159	126	126	Müller	Andrea	1988	1
160	96	126	Wennekers	Georg	1953	2
161	115	120	Grawe	Karin	1969	1
162	97	116	Eiken	Helmuth	1958	1
163	82	116	Huesker	Hildegard	1949	3
164	83	109	Blotenberg	Horst	1953	1
165	62	106	Völlering	Rudi	1940	3
166	74	105	Schulz	Sunniva	1949	3
167	76	102	Vogt	Thomas	1952	2
168	79	96	Revering	Elisabeth	1957	1
169	82	95	Schmitz	Jürgen	1960	1
170	75	90	Heckmann	Brigitte	1958	1
171	67	90	Wolfgramm	Hans-Jürgen	1952	1
172	66	85	Wigger	Barbara	1954	2
173	79	82	Melkonyan	Anusch	1970	1
174	77	77	Teodoruk	Inke	1976	1
175	54	76	Leifeld	Maria	1950	3
176	68	72	Eickhoff	Heike	1967	1
177	62	72	Veen/ter	Uwe	1960	2
178	57	72	Lorbach	Elfi	1955	1
179	59	66	Ringas	Gabi	1963	1
180	43	63	Bücker	Heinz	1947	4
181	43	61	Sypiana	Uschi	1949	2
182	46	60	Traud	Annette	1953	1
183	55	58	Brecklinghaus	Detlev	1967	2
184	47	57	Karst	Hans Hermann	1957	1
185	48	55	Beigel	Andrea	1961	1
186	34	49	Schulz	Horst	1948	4
187	29	48	Raestrup	Dieter	1942	2
188	44	45	Fromme	Thorben	1973	1
189	32	43	Tüllmann	Jutta	1952	2
190	32	36	Brauck/vom	Markus	1962	1
191	32	32	Eickhoff	Leonhard	1997	1
192	17	30	Neuhaus	Friedhelm	1939	2
193	20	29	Tewes	Dorothea	1948	3
194	23	28	Breforth	Jürgen	1958	1
195	8	11	Wolgast-Azouz	Christa	1949	2
196	9	10	Benz	Petra	1965	2
197	2	2	Revering	Heinz-Jürgen	1956	1
198	0	0	Unländer	Gertrud	1951	1
199	0	0	Brinck	Gaby	1955	1
200	0	0	Herding	Monika	1957	1

Spiridonwertung 2004

Rang	Punkte	AKP	Name	Vorname	Jahrgang	Anzahl
201	0	0	Lietzow	Klaus	1937	1
202	0	0	Wolfgramm	Mechthild	1953	1
203	0	0	Claus	Ursula	1949	1
204	0	0	Koßmeier	Jürgen	1951	2
205	0	0	Maurer	Ulrich	1957	2
206	0	0	Kristowiak	Monika	1943	1
207	0	0	Plassmann	Florenz	1936	1
208	0	0	Kristowiak	Udo	1943	1
209	0	0	Brummel	Hildegard	1955	1
210	0	0	Sommerfeld-Poell	Kornelia	1955	1
211	0	0	Bodenberger	Christiane	1958	1
212	0	0	Hoischen	Gisela	1947	2
213	0	0	Reimann	Marita	1957	1
214	0	0	Rüpp	Irmgard	1950	1
215	0	0	Sinke	Bärbel	1956	2
216	0	0	Mühlenkord	Claudia	1967	1
217	0	0	Wolfgramm	Volker	1967	2
218	0	0	Wiemann	Klaus	1955	1
219	0	0	Dargel	Brunhilde	1955	2
220	0	0	Hasebrock	Andreas	1966	1
221	0	0	Deppe	Ulrike	1953	1
222	0	0	Greger	Udo	1958	1
223	0	0	Marseille	Simone	1974	1
224	0	0	Fischer	Arne	1968	1
225	0	0	Nathaus	Birgit	1963	1
226	0	0	Hanke	Monika	1961	1
227	0	0	Rosengarten	Ludger	1955	1
228	0	0	Leßmann	Anke	1959	2
229	0	0	Thier	Michaela	1960	1
230	0	0	Pinz	Hallvard	1974	1
231	0	0	Rapp	Horst	1966	1
232	0	0	Wiedemann	Wilfried Dr.	1954	2
233	0	0	Wiedemann	Anne	1955	2

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Ulrich Badde	Marathon	3:57:45,00	3:57:45,00	184	184
Ulrich Badde	Halb-Mara	1:42:56,00	1:42:56,00	232	232
Stanislav Bartusiak	15,0 km	1:02:26,00	1:02:26,00	415	566
Stanislav Bartusiak	5,0 km	18:58,00	18:58,00	425	580
Stanislav Bartusiak	10,0 km	39:50,00	39:50,00	442	603
Stanislav Bartusiak	25,0 km	1:46:22,00	1:46:22,00	452	617
Stanislav Bartusiak	Marathon	3:08:41,00	3:08:41,00	470	641
Stanislav Bartusiak	Halb-Mara	1:26:51,00	1:26:51,00	477	651
Gaby Bäumker	Marathon	4:29:45,00	4:05:13,64	150	161
Gaby Bäumker	10,0 km	50:52,00	46:14,55	230	247
Klaus Becker	10,0 km	49:21,00	49:21,00	147	213
Klaus Becker	Halb-Mara	1:48:32,00	1:48:32,00	164	238
Andrea Beigel	Marathon	5:02:24,00	4:34:54,55	48	55
Petra Benz	Marathon	5:17:34,00	4:48:41,82	9	10
Petra Benz	Halb-Mara	2:18:37,00	2:06:00,91		0
Andreas Beßeling	Marathon	3:23:27,00	3:23:27,00	368	394
Horst Blotenberg	Halb-Mara	1:56:01,00	1:56:01,00	83	109
Burkhard Blumberger	Halb-Mara	1:40:45,00	1:40:45,00	261	274
Christiane Bodenberger	Halb-Mara	2:28:39,00	2:15:08,18		0
Horst Bodenberger	Marathon	3:36:59,00	3:36:59,00	291	344
Markus Brauck/vom	Halb-Mara	2:01:17,00	2:01:17,00	32	36
Thomas Braun	Marathon	3:24:15,00	3:24:15,00	363	422
Detlev Brecklinghaus	Halb-Mara	1:58:55,00	1:58:55,00	55	58
Detlev Brecklinghaus	Marathon	4:59:07,00	4:59:07,00		0
Jürgen Breforth	Marathon	4:43:33,00	4:43:33,00	23	28
Gaby Brinck	Halb-Mara	2:24:17,00	2:11:10,00		0
Bodo Bruder	Halb-Mara	2:01:37,00	2:01:37,00	29	52
Bodo Bruder	Marathon	4:22:16,00	4:22:16,00	87	157
Hildegard Brummel	Marathon	5:22:38,00	4:53:18,18		0
Detlev Bruns	Marathon	2:55:20,00	2:55:20,00	581	630
Heinz Bücken	Halb-Mara	2:04:32,00	2:04:32,00	3	4
Heinz Bücken	25,0 km	2:31:14,00	2:31:14,00	4	6
Heinz Bücken	15,0 km	1:25:27,00	1:25:27,00	10	15
Heinz Bücken	5,0 km	25:26,00	25:26,00	26	38
Ulrich Budde	15,0 km	1:12:59,00	1:12:59,00	198	260
Ulrich Budde	Marathon	3:47:22,00	3:47:22,00	236	310
Ulrich Budde	10,0 km	45:06,00	45:06,00	263	345
Ulrich Budde	Halb-Mara	1:37:46,00	1:37:46,00	302	396
Klaus Bühn	Halb-Mara	1:58:10,00	1:58:10,00	62	73
Klaus Bühn	Marathon	4:27:38,00	4:27:38,00	70	83
Jörg Bungeroth	Halb-Mara	1:37:44,00	1:37:44,00	303	422
Jörg Bungeroth	10,0 km	43:45,00	43:45,00	305	425
Jörg Bungeroth	Marathon	3:30:32,00	3:30:32,00	326	454
Elke Buth	Marathon	4:04:05,00	3:41:53,64	264	346
Elke Buth	5,0 km	22:50,00	20:45,45	290	381
Petra Caspari	Halb-Mara	2:13:23,00	2:01:15,45	33	38
Petra Caspari	10,0 km	57:01,00	51:50,00	88	102
Petra Caspari	Marathon	5:22:10,00	4:52:52,73		0
Stefan Chrzanowski	25,0 km	1:58:48,00	1:58:48,00	294	315
Stefan Chrzanowski	10,0 km	43:17,00	43:17,00	320	343
Stefan Chrzanowski	Marathon	3:31:30,00	3:31:30,00	320	343
Stefan Chrzanowski	Halb-Mara	1:33:09,00	1:33:09,00	371	398

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Ursula Claus	Halb-Mara	2:22:02,00	2:09:07,27		0
Andreas Clausing	Marathon	3:11:07,00	3:11:07,00	452	525
Andreas Clausing	10,0 km	38:02,00	38:02,00	515	598
Andreas Clausing	5,0 km	17:56,00	17:56,00	516	600
Andreas Clausing	Halb-Mara	1:23:08,00	1:23:08,00	547	636
Heiner Cloppenburg	Marathon	3:52:31,00	3:52:31,00	210	252
Hans Daldrop	Marathon	3:35:51,00	3:35:51,00	297	431
Hans Daldrop	10,0 km	43:19,00	43:19,00	319	463
Hans Daldrop	Halb-Mara	1:36:28,00	1:36:28,00	321	465
Brunhilde Dargel	Halb-Mara	2:26:05,00	2:12:48,18		0
Brunhilde Dargel	25,0 km	2:51:07,00	2:35:33,64		0
Ulrike Deppe	5,0 km	29:20,00	26:40,00		0
Heidi Dittrich	5,0 km	23:28,00	21:20,00	251	342
Heidi Dittrich	Halb-Mara	1:47:41,00	1:37:53,64	300	409
Heidi Dittrich	10,0 km	47:42,00	43:21,82	317	433
Heidi Dittrich	Marathon	3:50:16,00	3:29:20,00	333	454
Angelika Dohmann	Marathon	3:54:28,00	3:33:09,09	311	408
Heinrich Dörries	15,0 km	1:14:01,00	1:14:01,00	180	339
Heinrich Dörries	Halb-Mara	1:46:20,00	1:46:20,00	190	358
Heinrich Dörries	10,0 km	47:15,00	47:15,00	202	380
Michael Drewes-Kuhlmann	Marathon	3:28:34,00	3:28:34,00	337	386
Werner Driese	Marathon	3:57:46,00	3:57:46,00	184	242
Werner Driese	Halb-Mara	1:42:56,00	1:42:56,00	232	304
Werner Driese	10,0 km	44:47,00	44:47,00	273	358
Rafael Droste zu Vischering	5,0 km	18:03,00	18:03,00	505	505
Jürgen Düking	Marathon	3:15:23,00	3:15:23,00	420	441
Jürgen Düking	10,0 km	38:24,00	38:24,00	499	524
Hildegard Durynek	Marathon	4:18:15,00	3:54:46,36	199	375
Ute Eckenbach	Marathon	3:29:33,00	3:10:30,00	456	489
Ute Eckenbach	10,0 km	43:00,00	39:05,45	471	505
Ute Eckenbach	Halb-Mara	1:34:58,00	1:26:20,00	486	521
Klaus Ehling	Marathon	3:29:08,00	3:29:08,00	334	382
Heike Eickhoff	5,0 km	27:00,00	24:32,73	68	72
Leonhard Eickhoff	5,0 km	25:18,00	25:18,00	32	32
Helmuth Eiken	Halb-Mara	1:54:41,00	1:54:41,00	97	116
Magdalene Everke-Mecheln	Marathon	4:16:35,00	3:53:15,45	207	277
Dirk Fahrenhorst	Halb-Mara	1:49:37,00	1:49:37,00	152	165
Ruth Farke	Marathon	4:54:20,00	4:27:34,55	70	81
Ruth Farke	Halb-Mara	1:55:28,00	1:44:58,18	207	241
Ruth Farke	10,0 km	51:01,00	46:22,73	226	263
Maria Feyerabend	3,0 km	12:51,00	11:40,91	302	389
Maria Feyerabend	5,0 km	21:28,00	19:30,91	381	491
Maria Feyerabend	Halb-Mara	1:40:54,00	1:31:43,64	394	507
Maria Feyerabend	10,0 km	44:28,00	40:25,45	420	541
Maria Feyerabend	Marathon	3:29:33,00	3:10:30,00	456	587
Ewald Fikus	15,0 km	1:00:33,00	1:00:33,00	462	514
Ewald Fikus	Marathon	3:08:22,00	3:08:22,00	472	525
Ewald Fikus	5,0 km	18:20,00	18:20,00	479	533
Ewald Fikus	10,0 km	38:07,00	38:07,00	511	568
Ewald Fikus	Halb-Mara	1:20:55,00	1:20:55,00	592	659
Arne Fischer	Halb-Mara	2:19:48,00	2:19:48,00		0
Werner Fritsche	Marathon	3:40:42,00	3:40:42,00	270	319

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Werner Fritsche	Halb-Mara	1:31:45,00	1:31:45,00	393	464
Thorben Fromme	Halb-Mara	2:00:00,00	2:00:00,00	44	45
Udo Gehring	Marathon	4:09:41,00	4:09:41,00	131	138
Udo Gehring	10,0 km	45:55,00	45:55,00	239	251
Michael Geske	5,0 km	19:15,00	19:15,00	402	475
Michael Geske	10,0 km	39:39,00	39:39,00	449	530
Michael Geske	100,0 km	9:28:19,00	9:28:19,00	486	574
Michael Geske	Marathon	3:03:16,00	3:03:16,00	513	606
Karin Grawe	Marathon	4:39:28,00	4:14:03,64	115	120
Udo Greger	Halb-Mara	2:20:20,00	2:20:20,00		0
Dagmar Großmann	Halb-Mara	1:49:08,00	1:39:12,73	282	314
Magnus Grüger	Marathon	3:55:07,00	3:55:07,00	197	225
Magnus Grüger	15,0 km	1:08:36,00	1:08:36,00	280	320
Magnus Grüger	5,0 km	20:52,00	20:52,00	282	323
Magnus Grüger	Halb-Mara	1:38:03,00	1:38:03,00	298	341
Magnus Grüger	10,0 km	43:45,00	43:45,00	305	349
Christoph Haecker	Marathon	3:49:25,00	3:49:25,00	226	263
Christoph Haecker	5,0 km	20:44,00	20:44,00	291	338
Beate Hagemann	5,0 km	25:10,00	22:52,73	157	170
Beate Hagemann	Marathon	4:24:04,00	4:00:03,64	173	188
Beate Hagemann	10,0 km	51:07,00	46:28,18	224	243
Monika Hanke	25,0 km	2:51:02,00	2:35:29,09		0
Andreas Hasebrock	Marathon	4:57:17,00	4:57:17,00		0
Oliver Hasenkamp	Marathon	4:35:14,00	4:35:14,00	47	49
Oliver Hasenkamp	Halb-Mara	1:57:07,00	1:57:07,00	72	75
Oliver Hasenkamp	10,0 km	48:36,00	48:36,00	166	173
Brigitte Heckmann	Halb-Mara	2:08:33,00	1:56:51,82	75	90
Hermann Hemsing	5,0 km	24:18,00	24:18,00	80	88
Hermann Hemsing	10,0 km	51:14,00	51:14,00	101	111
Hermann Hemsing	Halb-Mara	1:54:19,00	1:54:19,00	101	111
Maria Hemsing	3,0 km	13:23,00	12:10,00	241	272
Maria Hemsing	15,0 km	1:16:56,00	1:09:56,36	254	287
Maria Hemsing	5,0 km	22:57,00	20:51,82	282	318
Maria Hemsing	10,0 km	48:48,00	44:21,82	286	323
Maria Hemsing	Halb-Mara	1:44:37,00	1:35:06,36	341	385
Heinz Hengefeld	5,0 km	24:26,00	24:26,00	74	146
Heinz Hengefeld	Halb-Mara	1:49:43,00	1:49:43,00	151	297
Heinz Hengefeld	Marathon	4:00:05,00	4:00:05,00	173	340
Heinz Hengefeld	10,0 km	48:11,00	48:11,00	177	348
Gregor Hensen	Marathon	3:55:19,00	3:55:19,00	196	200
Christine Herbert	Marathon	4:24:23,00	4:00:20,91	171	216
Monika Herding	25,0 km	2:54:15,00	2:38:24,55		0
Manfred Hoermann	5,0 km	24:07,00	24:07,00	90	166
Manfred Hoermann	Marathon	4:17:43,00	4:17:43,00	102	188
Gisela Hoischen	Halb-Mara	2:45:15,00	2:30:13,64		0
Gisela Hoischen	Marathon	5:34:50,00	5:04:23,64		0
Anne Holtkötter	3,0 km	11:45,28	10:41,16	445	534
Anne Holtkötter	15,0 km	1:06:11,00	1:00:10,00	472	566
Anne Holtkötter	5,0 km	20:10,00	18:20,00	479	575
Anne Holtkötter	1,0 km	3:28,14	3:09,22	488	586
Anne Holtkötter	Halb-Mara	1:33:20,00	1:24:50,91	514	617
Anne Holtkötter	10,0 km	41:44,00	37:56,36	519	623

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Anne Holtkötter	Marathon	3:15:47,00	2:57:59,09	558	670
Michael Holtkötter	5,0 km	18:49,00	18:49,00	438	544
Michael Holtkötter	3,0 km	10:40,58	10:40,58	447	555
Michael Holtkötter	Marathon	3:10:24,00	3:10:24,00	457	568
Michael Holtkötter	15,0 km	59:48,00	59:48,00	482	599
Michael Holtkötter	10,0 km	38:39,00	38:39,00	489	607
Michael Holtkötter	Halb-Mara	1:25:28,00	1:25:28,00	502	623
Hannelore Horst	15,0 km	1:09:36,00	1:03:16,36	396	563
Hannelore Horst	10,0 km	44:48,00	40:43,64	409	581
Hannelore Horst	Halb-Mara	1:36:09,00	1:27:24,55	467	663
Hannelore Horst	Marathon	3:17:09,00	2:59:13,64	547	777
Johannes Horst	Halb-Mara	1:53:08,00	1:53:08,00	113	167
Johannes Horst	15,0 km	1:12:10,00	1:12:10,00	212	314
Johannes Horst	Marathon	3:49:10,00	3:49:10,00	227	336
Johannes Horst	10,0 km	46:11,00	46:11,00	232	343
Heinz Hoveling	Marathon	4:19:58,00	4:19:58,00	95	141
Heinz Hoveling	Halb-Mara	1:49:42,00	1:49:42,00	151	224
Heinz Hoveling	3,0 km	12:42,00	12:42,00	179	265
Heinz Hoveling	5,0 km	21:52,00	21:52,00	217	321
Heinz Hoveling	10,0 km	46:31,00	46:31,00	222	329
Wolfgang Hübner	10,0 km	49:27,00	49:27,00	144	196
Bernd Huesker	5,0 km	19:31,00	19:31,00	381	541
Bernd Huesker	25,0 km	1:47:57,00	1:47:57,00	431	612
Bernd Huesker	15,0 km	1:00:56,00	1:00:56,00	452	642
Bernd Huesker	10,0 km	39:29,00	39:29,00	456	648
Bernd Huesker	Marathon	3:08:24,00	3:08:24,00	472	670
Bernd Huesker	Halb-Mara	1:25:48,00	1:25:48,00	496	705
Hildegard Huesker	10,0 km	1:00:51,00	55:19,09	13	18
Hildegard Huesker	Marathon	4:54:49,00	4:28:00,91	69	98
Hildegard Huesker	5,0 km	30:09,00	27:24,55		0
Markus Ischner	Halb-Mara	1:21:36,00	1:21:36,00	578	583
Markus Ischner	10,0 km	36:28,00	36:28,00	584	589
Christian Jabs	Marathon	4:04:48,00	4:04:48,00	152	155
Christian Jabs	5,0 km	22:25,00	22:25,00	183	186
Christian Jabs	Halb-Mara	1:41:21,00	1:41:21,00	253	258
Christian Jabs	10,0 km	43:22,00	43:22,00	317	323
Markus Jaensch	5,0 km	22:09,00	22:09,00	199	211
Eva Kammer	25,0 km	1:51:17,00	1:41:10,00	528	614
Parvin Kamp	Marathon	4:04:05,00	3:41:53,64	264	367
Klaus Kampelmann	Halb-Mara	1:48:15,00	1:48:15,00	167	253
Martin Kanne	Marathon	3:19:38,00	3:19:38,00	391	419
Martin Kanne	Halb-Mara	1:25:10,00	1:25:10,00	508	545
Martin Kanne	5,0 km	17:58,00	17:58,00	513	550
Martin Kanne	10,0 km	37:25,00	37:25,00	541	580
Peter Kanter	Halb-Mara	2:02:26,00	2:02:26,00	22	32
Peter Kanter	Marathon	4:22:38,00	4:22:38,00	86	125
Birgit Karst	Halb-Mara	1:59:46,00	1:48:52,73	160	218
Hans Hermann Karst	Halb-Mara	1:59:41,00	1:59:41,00	47	57
Hartwig Kerkhoff	Marathon	4:04:38,00	4:04:38,00	153	231
Hartwig Kerkhoff	10,0 km	46:26,00	46:26,00	225	340
Hartwig Kerkhoff	Halb-Mara	1:39:45,00	1:39:45,00	274	414
Hildegard Kerkhoff	10,0 km	49:42,00	45:10,91	261	343

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Hildegard Kerkhoff	Marathon	4:03:05,00	3:40:59,09	269	353
Hildegard Kerkhoff	Halb-Mara	1:47:10,00	1:37:25,45	307	403
Wolfgang Klaiber	10,0 km	44:02,00	44:02,00	296	308
Wolfgang Klaiber	Marathon	3:29:05,00	3:29:05,00	334	348
Fritz Koch	10,0 km	52:30,00	52:30,00	73	73
Fritz Koch	5,0 km	22:21,00	22:21,00	187	187
Ludger Koch	Marathon	4:01:15,00	4:01:15,00	167	242
Kai-Uwe Kock	Halb-Mara	1:56:38,00	1:56:38,00	77	88
Kai-Uwe Kock	Marathon	4:09:28,00	4:09:28,00	132	151
Kai-Uwe Kock	5,0 km	22:09,00	22:09,00	199	228
Kai-Uwe Kock	10,0 km	44:24,00	44:24,00	285	326
Berthold Kökelsum	Halb-Mara	1:36:15,00	1:36:15,00	324	360
Berthold Kökelsum	Marathon	3:16:20,00	3:16:20,00	413	459
Ute König	Halb-Mara	2:05:25,00	1:54:00,91	104	113
Ute König	10,0 km	49:42,00	45:10,91	261	283
Ute König	Marathon	4:02:16,00	3:40:14,55	273	296
Ute König	25,0 km	2:12:32,00	2:00:29,09	276	299
Tobias Korber	Marathon	3:31:58,00	3:31:58,00	318	318
Jürgen Koßmeier	10,0 km	1:03:26,00	1:03:26,00		0
Jürgen Koßmeier	Marathon	5:10:12,00	5:10:12,00		0
Andreas Krämer	Halb-Mara	1:25:44,00	1:25:44,00	497	652
Andreas Krämer	Marathon	2:59:29,00	2:59:29,00	545	715
Alida Kranenburg	Marathon	3:56:04,00	3:34:36,36	303	390
Bernhard Kreienbaum	Marathon	3:40:56,00	3:40:56,00	269	443
Bernhard Kreienbaum	3,0 km	11:56,00	11:56,00	270	445
Bernhard Kreienbaum	5,0 km	20:09,00	20:09,00	333	549
Bernhard Kreienbaum	10,0 km	41:11,00	41:11,00	392	646
Bernhard Kreienbaum	Halb-Mara	1:31:29,00	1:31:29,00	398	656
Monika Kristowiak	Halb-Mara	2:33:34,00	2:19:36,36		0
Udo Kristowiak	Halb-Mara	2:48:14,00	2:48:14,00		0
Matthias Lammerding	Marathon	3:35:28,00	3:35:28,00	299	314
Dieter Lammers	10,0 km	44:07,00	44:07,00	294	306
Dieter Lammers	15,0 km	1:07:17,00	1:07:17,00	307	319
Dieter Lammers	Halb-Mara	1:36:58,00	1:36:58,00	314	327
Dieter Lammers	5,0 km	20:23,00	20:23,00	316	329
Dieter Lammers	Marathon	3:24:53,00	3:24:53,00	359	374
Dieter Lammers	1,0 km	3:21,38	3:21,38	389	405
Stefan Lammers	Marathon	3:27:47,00	3:27:47,00	342	356
Stefan Lammers	15,0 km	1:05:02,00	1:05:02,00	355	369
Stefan Lammers	1,0 km	3:25,08	3:25,08	362	377
Stefan Lammers	Halb-Mara	1:32:05,00	1:32:05,00	388	404
Stefan Lammers	5,0 km	19:13,00	19:13,00	405	421
Stefan Lammers	10,0 km	40:37,00	40:37,00	413	430
Helga Landfried-Teodoruk	Marathon	4:38:30,00	4:13:10,91	118	190
Helga Landfried-Teodoruk	Halb-Mara	2:00:46,00	1:49:47,27	150	242
Gunnar Lange	Marathon	2:56:24,00	2:56:24,00	572	572
Rita Lanwer	3,0 km	11:23,00	10:20,91	500	621
Rita Lanwer	5,0 km	19:03,00	17:19,09	575	714
Rita Lanwer	Marathon	3:12:15,00	2:54:46,36	586	728
Rita Lanwer	Halb-Mara	1:26:27,00	1:18:35,45	642	797
Rita Lanwer	10,0 km	38:26,00	34:56,36	657	816
Theo Lauhoff	Marathon	4:43:20,00	4:43:20,00	24	33

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Theo Lauhoff	5,0 km	23:12,00	23:12,00	139	190
Theo Lauhoff	Halb-Mara	1:46:26,00	1:46:26,00	189	258
Theo Lauhoff	10,0 km	47:36,00	47:36,00	192	262
Theo Lauhoff	15,0 km	1:12:32,00	1:12:32,00	206	281
Maria Leifeld	25,0 km	2:45:37,00	2:30:33,64	9	13
Maria Leifeld	10,0 km	59:08,00	53:45,45	45	63
Maria Leifeld	Halb-Mara	2:21:10,00	2:08:20,00		0
Michael Leinz	Marathon	4:09:57,00	4:09:57,00	130	156
Michael Leinz	Halb-Mara	1:49:51,00	1:49:51,00	149	179
Daniela Lembeck	10,0 km	42:47,00	38:53,64	479	479
Robert Lenger	Marathon	4:26:31,00	4:26:31,00	73	73
Robert Lenger	Halb-Mara	1:50:32,00	1:50:32,00	141	141
Robert Lenger	25,0 km	2:04:29,00	2:04:29,00	233	233
Renate Lepkowski	5,0 km	27:56,00	25:23,64	28	41
Renate Lepkowski	10,0 km	56:52,00	51:41,82	91	132
Anke Leßmann	Halb-Mara	2:26:03,00	2:12:46,36		0
Anke Leßmann	25,0 km	2:51:07,00	2:35:33,64		0
Klaus Lietzow	5,0 km	27:00,00	27:00,00		0
Christel Löchte	Halb-Mara	1:54:55,00	1:44:28,18	213	269
Christel Löchte	Marathon	4:05:14,00	3:42:56,36	258	326
Simone Löchte	25,0 km	2:24:53,00	2:11:42,73	161	173
Simone Löchte	10,0 km	52:29,00	47:42,73	189	203
Kerstin Loeser	Halb-Mara	1:57:01,00	1:46:22,73	189	223
Kerstin Loeser	Marathon	4:19:02,00	3:55:29,09	196	231
Elfi Lorbach	Marathon	4:59:20,00	4:32:07,27	57	72
Maria-Theresia Lüders	Halb-Mara	2:04:10,00	1:52:52,73	116	133
Frank Ludwig	Marathon	4:28:51,00	4:28:51,00	66	85
Frank Ludwig	5,0 km	23:20,00	23:20,00	131	169
Frank Ludwig	Halb-Mara	1:49:54,00	1:49:54,00	149	192
Frank Ludwig	10,0 km	47:28,00	47:28,00	196	252
Ruth Lutz	Halb-Mara	1:44:30,00	1:35:00,00	343	450
Ruth Lutz	Marathon	3:46:25,00	3:25:50,00	354	465
Ruth Lutz	5,0 km	21:46,00	19:47,27	360	472
Ruth Lutz	10,0 km	45:12,00	41:05,45	395	518
Simone Marseille	Halb-Mara	2:25:45,00	2:12:30,00		0
Ulrich Maurer	5,0 km	28:12,00	28:12,00		0
Ulrich Maurer	10,0 km	58:18,00	58:18,00		0
Almut Mecking	Halb-Mara	2:05:27,00	1:54:02,73	104	132
Almut Mecking	Marathon	4:29:49,00	4:05:17,27	150	190
Anusch Melkonyan	Marathon	4:51:12,00	4:24:43,64	79	82
Claudia Mühlenkord	Halb-Mara	2:25:31,00	2:12:17,27		0
Norbert Mühlenkord	5,0 km	19:14,00	19:14,00	403	455
Norbert Mühlenkord	Halb-Mara	1:30:01,00	1:30:01,00	422	476
Andrea Müller	10,0 km	55:13,00	50:11,82	126	126
Wolfgang Müller	15,0 km	1:14:48,00	1:14:48,00	167	269
Wolfgang Müller	5,0 km	22:40,00	22:40,00	169	273
Wolfgang Müller	Halb-Mara	1:44:51,00	1:44:51,00	208	335
Wolfgang Müller	10,0 km	46:25,00	46:25,00	225	363
Wolfgang Müller	25,0 km	2:03:47,00	2:03:47,00	240	387
Wolfgang Müller	Marathon	3:39:55,00	3:39:55,00	275	443
Birgit Nathaus	25,0 km	2:48:25,00	2:33:06,36		0
Andreas Nergenu	Halb-Mara	1:33:35,00	1:33:35,00	364	497

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Andreas Nergenu	10,0 km	41:56,00	41:56,00	366	499
Andreas Nergenu	Marathon	3:17:51,00	3:17:51,00	403	550
Klaus Neufend	Halb-Mara	1:39:06,00	1:39:06,00	283	324
Klaus Neufend	Marathon	3:26:30,00	3:26:30,00	350	401
Friedhelm Neuhaus	Halb-Mara	2:02:55,00	2:02:55,00	17	30
Friedhelm Neuhaus	Marathon	5:15:28,00	5:15:28,00		0
Josef Niehoff	Marathon	3:57:55,00	3:57:55,00	183	196
Josef Niehoff	10,0 km	44:48,00	44:48,00	272	292
Josef Niehoff	Halb-Mara	1:39:56,00	1:39:56,00	272	292
Christiane Nienhaus	Marathon	3:43:39,00	3:23:19,09	369	387
Eberhard Nutsch	15,0 km	1:06:02,00	1:06:02,00	333	446
Eberhard Nutsch	Marathon	3:28:10,00	3:28:10,00	340	455
Eberhard Nutsch	10,0 km	41:51,00	41:51,00	368	492
Eberhard Nutsch	Halb-Mara	1:32:08,00	1:32:08,00	387	518
Martin Obst	Marathon	3:52:12,00	3:52:12,00	212	212
Jürgen Onasch	Marathon	3:59:27,00	3:59:27,00	176	231
Helmut Ortlepp	15,0 km	1:22:15,00	1:22:15,00	53	63
Helmut Ortlepp	10,0 km	52:01,00	52:01,00	84	99
Helmut Ortlepp	Halb-Mara	2:10:28,00	2:10:28,00		0
Thorsten Ortlepp	5,0 km	22:54,00	22:54,00	155	155
Manfred Otto	15,0 km	1:08:47,00	1:08:47,00	277	357
Manfred Otto	Marathon	3:25:31,00	3:25:31,00	356	459
Christa Papenkort	Halb-Mara	2:00:12,00	1:49:16,36	156	184
Bernhard Paßlick	Marathon	3:18:19,00	3:18:19,00	400	416
Sven Penaat	Halb-Mara	1:30:13,00	1:30:13,00	419	449
Sven Penaat	Marathon	3:06:48,00	3:06:48,00	484	519
Sven Penaat	10,0 km	38:44,00	38:44,00	486	521
Hallvard Pinz	25,0 km	3:01:10,00	3:01:10,00		0
Florenz Plassmann	Halb-Mara	2:26:50,00	2:26:50,00		0
Bernd Polhuis	25,0 km	2:08:09,00	2:08:09,00	196	228
Cecilia Pöpke	Marathon	4:36:45,00	4:11:35,45	124	154
Stefan Priess	Marathon	3:28:47,00	3:28:47,00	336	379
Ulrich Radusch	Marathon	4:19:59,00	4:19:59,00	94	121
Ulrich Radusch	5,0 km	22:59,00	22:59,00	151	194
Ulrich Radusch	Halb-Mara	1:46:08,00	1:46:08,00	192	247
Dieter Raestrup	10,0 km	54:32,00	54:32,00	29	48
Dieter Raestrup	Halb-Mara	2:06:22,00	2:06:22,00		0
Stefan Ranneberg	Marathon	4:21:01,00	4:21:01,00	91	95
Stefan Ranneberg	Halb-Mara	1:49:59,00	1:49:59,00	148	154
Stefan Ranneberg	10,0 km	46:53,00	46:53,00	212	221
Horst Rapp	5,0 km	27:10,00	27:10,00		0
Jörg Reckers	10,0 km	49:08,00	49:08,00	152	171
Hans Reimann	Marathon	3:15:08,00	3:15:08,00	421	553
Hans Reimann	Halb-Mara	1:26:32,00	1:26:32,00	483	634
Marita Reimann	Halb-Mara	2:17:50,00	2:05:18,18		0
Elisabeth Revering	Marathon	4:51:19,00	4:24:50,00	79	96
Heinz-Jürgen Revering	Marathon	4:51:19,00	4:51:19,00	2	2
Gabi Ringas	Halb-Mara	2:10:20,00	1:58:29,09	59	66
Dieter Rohloff	Marathon	4:16:15,00	4:16:15,00	107	149
Dieter Rohloff	15,0 km	1:14:51,00	1:14:51,00	166	231
Dieter Rohloff	10,0 km	46:11,00	46:11,00	232	323
Dieter Rohloff	Halb-Mara	1:40:06,00	1:40:06,00	270	376

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Bruno Roleff-Schweers	Marathon	4:15:15,00	4:15:15,00	110	124
Bruno Roleff-Schweers	10,0 km	47:53,00	47:53,00	185	209
Dieter Rosenbaum	Marathon	3:35:46,00	3:35:46,00	297	362
Dieter Rosenbaum	5,0 km	20:12,00	20:12,00	329	402
Dieter Rosenbaum	10,0 km	42:36,00	42:36,00	343	419
Ludger Rosengarten	Halb-Mara	2:09:42,00	2:09:42,00		0
Egon Roth	10,0 km	39:51,00	39:51,00	442	530
Egon Roth	Halb-Mara	1:26:30,00	1:26:30,00	483	580
Egon Roth	Marathon	3:04:58,00	3:04:58,00	498	598
Rita Ruland	Marathon	4:24:08,00	4:00:07,27	172	206
Irmgard Rüpp	Halb-Mara	2:26:05,00	2:12:48,18		0
Peter Samulski	Halb-Mara	1:41:14,00	1:41:14,00	255	459
Peter Samulski	Marathon	3:42:00,00	3:42:00,00	263	473
Gottfried Schäfers	5,0 km	20:59,00	20:59,00	274	493
Gottfried Schäfers	15,0 km	1:07:39,00	1:07:39,00	299	538
Gottfried Schäfers	Halb-Mara	1:33:14,00	1:33:14,00	370	666
Gottfried Schäfers	10,0 km	41:17,00	41:17,00	388	698
Gottfried Schäfers	Marathon	3:15:47,00	3:15:47,00	417	751
Agnes Scheipers	Halb-Mara	2:12:18,00	2:00:16,36	42	50
Agnes Scheipers	15,0 km	1:27:43,00	1:19:44,55	89	107
Agnes Scheipers	25,0 km	2:33:35,00	2:19:37,27	93	112
Agnes Scheipers	5,0 km	26:25,00	24:00,91	95	114
Frank Schleicher	Marathon	3:42:16,00	3:42:16,00	262	314
Frank Schleicher	10,0 km	44:46,00	44:46,00	273	328
Ralf Schmeing	Marathon	4:18:06,00	4:18:06,00	101	117
Ralf Schmeing	15,0 km	1:13:58,00	1:13:58,00	181	210
Ralf Schmeing	Halb-Mara	1:46:49,00	1:46:49,00	184	214
Ralf Schmeing	10,0 km	45:43,00	45:43,00	245	285
Jürgen Schmitz	25,0 km	2:20:55,00	2:20:55,00	82	95
Barbara Schonebeck	Halb-Mara	1:48:57,00	1:39:02,73	284	335
Reinhard Schröder	Marathon	3:22:53,00	3:22:53,00	371	496
Reinhard Schröder	5,0 km	19:30,00	19:30,00	382	511
Reinhard Schröder	10,0 km	40:01,00	40:01,00	435	582
Klaus Schulte	10,0 km	35:34,00	35:34,00	626	657
Horst Schulz	10,0 km	55:45,00	55:45,00	5	7
Horst Schulz	Halb-Mara	2:03:54,00	2:03:54,00	9	13
Horst Schulz	5,0 km	25:33,00	25:33,00	20	29
Horst Schulz	15,0 km	1:27:05,00	1:27:05,00		0
Sunniva Schulz	15,0 km	1:33:44,00	1:25:12,73	13	18
Sunniva Schulz	10,0 km	58:20,00	53:01,82	61	87
Sunniva Schulz	Halb-Mara	2:21:50,00	2:08:56,36		0
Hans Schulze Schwienhorst	5,0 km	22:39,00	22:39,00	170	170
Annette Schwarzkopp	25,0 km	2:24:48,00	2:11:38,18	161	193
Annette Schwarzkopp	Marathon	4:11:12,00	3:48:21,82	231	277
Annette Schwarzkopp	Halb-Mara	1:51:41,00	1:41:31,82	251	301
Jürgen Sieme	5,0 km	23:01,00	23:01,00	149	192
Jürgen Sieme	Marathon	3:56:57,00	3:56:57,00	188	242
Jürgen Sieme	10,0 km	47:23,00	47:23,00	198	255
Jürgen Sieme	Halb-Mara	1:43:32,00	1:43:32,00	225	290
Bärbel Sinke	15,0 km	1:38:48,00	1:29:49,09		0
Bärbel Sinke	Halb-Mara	2:28:39,00	2:15:08,18		0
Kornelia Sommerfeld-Poell	Halb-Mara	2:47:00,00	2:31:49,09		0

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Marlies Sprenger	5,0 km	22:53,00	20:48,18	287	344
Marlies Sprenger	10,0 km	48:11,00	43:48,18	303	364
Marlies Sprenger	Marathon	3:53:41,00	3:32:26,36	315	378
Marlies Sprenger	Halb-Mara	1:44:23,00	1:34:53,64	344	413
Martin Stahlberg	Marathon	3:53:41,00	3:53:41,00	205	213
Martin Stahlberg	Halb-Mara	1:44:23,00	1:44:23,00	214	223
Martin Stahlberg	5,0 km	20:08,00	20:08,00	334	348
Martin Stahlberg	10,0 km	42:34,00	42:34,00	344	358
Dieter Sternberg	Halb-Mara	1:36:03,00	1:36:03,00	327	359
Thomas Stöber	Halb-Mara	1:57:16,00	1:57:16,00	71	71
Thomas Stöber	Marathon	4:14:15,00	4:14:15,00	114	115
Ralf Stötzel	Marathon	4:31:26,00	4:31:26,00	59	67
Ralf Stötzel	Halb-Mara	1:52:19,00	1:52:19,00	122	138
Thomas Strauß	Halb-Mara	1:53:34,00	1:53:34,00	109	143
Julia Suwelack	100,0 km	12:45:23,00	11:35:48,18	231	342
Julia Suwelack	Halb-Mara	1:44:31,00	1:35:00,91	342	506
Julia Suwelack	Marathon	3:34:58,00	3:15:25,45	419	620
Uschi Sypiena	10,0 km	59:17,00	53:53,64	43	61
Uschi Sypiena	Halb-Mara	2:21:10,00	2:08:20,00		0
Inke Teodoruk	Marathon	4:51:47,00	4:25:15,45	77	77
Dorothea Tewes	10,0 km	1:01:14,00	55:40,00	7	10
Dorothea Tewes	15,0 km	1:33:44,00	1:25:12,73	13	19
Dorothea Tewes	Halb-Mara	2:21:50,00	2:08:56,36		0
Rolf Tewes	10,0 km	47:18,00	47:18,00	200	296
Rolf Tewes	Halb-Mara	2:08:18,00	2:08:18,00		0
Michaela Thier	10,0 km	1:03:23,00	57:37,27		0
Anne Thonemann	5,0 km	27:58,00	25:25,45	26	32
Anne Thonemann	Marathon	4:18:29,00	3:54:59,09	198	246
Wilhelm Thonemann	15,0 km	1:15:54,00	1:15:54,00	148	191
Wilhelm Thonemann	5,0 km	22:26,00	22:26,00	182	234
Wilhelm Thonemann	Halb-Mara	1:43:54,00	1:43:54,00	220	283
Wilhelm Thonemann	Marathon	3:41:57,00	3:41:57,00	263	339
Winfried Tillmann	Halb-Mara	1:38:22,00	1:38:22,00	294	386
Winfried Tillmann	Marathon	3:35:44,00	3:35:44,00	297	390
Winfried Tillmann	15,0 km	1:05:51,00	1:05:51,00	337	442
Winfried Tillmann	10,0 km	42:12,00	42:12,00	356	467
Annette Traud	Halb-Mara	2:11:48,00	1:59:49,09	46	60
Jutta Tüllmann	Marathon	5:08:27,00	4:40:24,55	32	43
Jutta Tüllmann	Halb-Mara	2:19:12,00	2:06:32,73		0
Udo Twelkemeier	Halb-Mara	1:29:55,00	1:29:55,00	424	501
Udo Twelkemeier	Marathon	3:14:01,00	3:14:01,00	430	508
Fred Uerdingen	Marathon	4:29:55,00	4:29:55,00	63	77
Fred Uerdingen	Halb-Mara	1:46:30,00	1:46:30,00	188	229
Rainer Uetz	Marathon	3:26:31,00	3:26:31,00	350	435
Rainer Uetz	10,0 km	42:00,00	42:00,00	363	451
Gertrud Unländer	Marathon	5:41:12,00	5:10:10,91		0
Benoit Varlet	Marathon	2:57:46,00	2:57:46,00	560	578
Benoit Varlet	10,0 km	35:14,00	35:14,00	642	663
Benoit Varlet	Halb-Mara	1:16:05,00	1:16:05,00	699	721
Gregor Veauthier	15,0 km	1:02:31,00	1:02:31,00	413	459
Gregor Veauthier	5,0 km	18:58,00	18:58,00	425	473
Gregor Veauthier	10,0 km	39:15,00	39:15,00	465	517

Spiridonauswertung 2004

Name	Strecke	Zeit	WZeit	Punkte	AKP
Gregor Veauthier	Halb-Mara	1:24:49,00	1:24:49,00	515	573
Gregor Veauthier	Marathon	2:59:12,00	2:59:12,00	548	610
Uwe Veen/ter	10,0 km	52:58,00	52:58,00	62	72
Uwe Veen/ter	Halb-Mara	2:09:07,00	2:09:07,00		0
Holger Venjakob	5,0 km	24:16,00	24:16,00	82	86
Holger Venjakob	10,0 km	50:50,00	50:50,00	111	117
Christian Vogel	15,0 km	58:12,00	58:12,00	525	525
Thomas Vogt	Marathon	4:43:33,00	4:43:33,00	23	31
Thomas Vogt	Halb-Mara	1:59:08,00	1:59:08,00	53	71
Hinz Völkert	Marathon	4:09:10,00	4:09:10,00	133	193
Hinz Völkert	10,0 km	48:07,00	48:07,00	179	260
Peter Volkmer	Marathon	4:16:00,00	4:16:00,00	108	153
Peter Volkmer	Halb-Mara	1:52:24,00	1:52:24,00	121	172
Peter Volkmer	5,0 km	22:24,00	22:24,00	184	261
Peter Volkmer	10,0 km	47:01,00	47:01,00	208	295
Rudi Völlering	Halb-Mara	2:02:12,00	2:02:12,00	24	41
Rudi Völlering	10,0 km	54:06,00	54:06,00	38	65
Rudi Völlering	Marathon	5:06:04,00	5:06:04,00		0
Achim Wahle	Marathon	4:25:43,00	4:25:43,00	76	96
Achim Wahle	Halb-Mara	1:56:03,00	1:56:03,00	83	105
Georg Wennekens	Halb-Mara	1:54:49,00	1:54:49,00	96	126
Georg Wennekens	Marathon	4:57:24,00	4:57:24,00		0
Manfred Werning	Marathon	4:02:27,00	4:02:27,00	162	217
Manfred Werning	10,0 km	47:57,00	47:57,00	183	245
Manfred Werning	Halb-Mara	1:40:51,00	1:40:51,00	260	348
Georg Wetterau	Marathon	4:49:02,00	4:49:02,00	8	10
Georg Wetterau	10,0 km	51:41,00	51:41,00	91	111
Georg Wetterau	Halb-Mara	1:51:02,00	1:51:02,00	136	166
Anne Wiedemann	Halb-Mara	2:21:05,00	2:08:15,45		0
Anne Wiedemann	Marathon	5:49:21,00	5:17:35,45		0
Wilfried Dr. Wiedemann	Halb-Mara	2:10:56,00	2:10:56,00		0
Wilfried Dr. Wiedemann	Marathon	5:16:17,00	5:16:17,00		0
Klaus Wiemann	25,0 km	2:45:51,00	2:45:51,00		0
Barbara Wigger	Marathon	4:56:00,00	4:29:05,45	66	85
Barbara Wigger	Halb-Mara	2:19:13,00	2:06:33,64		0
Uwe Wolbeck	5,0 km	18:15,00	18:15,00	487	575
Hans-Jürgen Wolfgramm	Halb-Mara	1:57:36,00	1:57:36,00	67	90
Mechthild Wolfgramm	Halb-Mara	2:21:49,00	2:08:55,45		0
Volker Wolfgramm	Halb-Mara	2:34:12,00	2:34:12,00		0
Volker Wolfgramm	Marathon	5:27:03,00	5:27:03,00		0
Christa Wolgast-Azouz	25,0 km	2:45:45,00	2:30:40,91	8	11
Christa Wolgast-Azouz	Halb-Mara	2:22:49,00	2:09:50,00		0
Brigitte Ziegler	5,0 km	20:18,42	18:27,65	468	651
Brigitte Ziegler	10,0 km	42:38,61	38:46,01	484	674
Brigitte Ziegler	Halb-Mara	1:34:48,00	1:26:10,91	489	681
Brigitte Ziegler	Marathon	3:12:14,00	2:54:45,45	586	816
Reinhard Zumdick	15,0 km	1:02:25,00	1:02:25,00	416	463
Reinhard Zumdick	Marathon	3:13:51,00	3:13:51,00	431	479
Reinhard Zumdick	Halb-Mara	1:28:05,00	1:28:05,00	455	506
Reinhard Zumdick	10,0 km	39:25,00	39:25,00	458	510