

Post-Sport Verein Koblenz
Crosslauf 2010

Ergebnisse

Lauf	1	Minis,			800m
-------------	----------	---------------	--	--	-------------

1.	3	Altmeier	Jonathan	RG Lahnstein	03:33
2.	1	Effert	Lukas	GTRV Neuwied	03:38
3.	2	Walter	Hanna	RG Treis-Karden	03:53
4.	109	Schnurr	Luise	RG Lahnstein	04:05

Lauf	2	Jungen B			2400 m
-------------	----------	-----------------	--	--	---------------

1.	4	Oberweis	Tobias	RG Lahnstein	12:28
2.	7	Gampp	Lukas	GTRV Neuwied	13:03
3.	5	Effert	Jonas	GTRV Neuwied	13:28
4.	8	Savelsberg	Daniel	RG Lahnstein	14:05
5.	6	Zimmermann	Jan	Koblenzer RC Rhenania	14:48

Lauf	3	Mädchen B			2400 m
-------------	----------	------------------	--	--	---------------

1.	9	Grzembke	Leonie	GTRV Neuwied	15:21
----	---	----------	--------	--------------	-------

Ergebnisse

Lauf	4	Jungen A		2400 m	
.	110	Wiesen	Jonas	RG Treis-Karden	
1.	20	Grzembke	Marius	GTRV Neuwied	11:12
2.	28	Gödert	Tim	RG Treis-Karden	11:53
3.	11	Müller	Jonathan	RG Treis-Karden	12:14
4.	21	Junglas	Tristan	RG Treis-Karden	12:15
5.	15	Schnurr	Leo	RG Lahnstein	12:17
6.	23	Altmeier	Havey	RG Lahnstein	12:50
7.	24	Münch	Lucas	RG Lahnstein	12:51
8.	13	Falkenburg	Ruben	GTRV Neuwied	12:54
9.	12	Savelsberg	Tim	RG Lahnstein	13:13
10.	115	Heyde	Maxi	RG Treis-Karden	13:38
11.	19	Gundlach	Robert	GTRV Neuwied	13:51
12.	22	Belda	Jonas	RG Treis-Karden	14:04
13.	14	Ackermann	Gabriel	RG Treis-Karden	14:09
14.	17	von Spee	Max	Koblenzer RC Rhenania	14:32
15.	16	Bierwirth	Max	Koblenzer RC Rhenania	14:46
16.	10	von Spee	Benni	Koblenzer RC Rhenania	15:26

Lauf	5	Mädchen A		2400 m	
.	30	Morbe	Kathrin	RG Trier	
1.	29	Altmeiser	Leah	RG Lahnstein	13:10
2.	25	Thomas	Jana	Koblenzer RC Rhenania	13:52
3.	26	Söldner	Lisa	Koblenzer RC Rhenania	13:54
4.	27	Kattanek	Anja	RG Treis-Karden	15:12

Ergebnisse

Lauf	6	Junioren B	4800 m
-------------	----------	-------------------	---------------

.	51	Witte	Sebastian	Koblenzer RC Rhenania	
.	56	Diedrich	Alexander	RG Treis-Karden	
.	55	Schröder	Niklas	RG Treis-Karden	
1.	33	Gödert	Maik	RG Treis-Karden	20:54
2.	58	Hilgers	Marcel	RG Lahnstein	23:56
3.	50	Hickl	Patrick	RG Lahnstein	24:26
4.	37	Goebel	Jonas	RG Treis-Karden	24:33
5.	54	Prka	Maximilian	GTRV Neuwied	25:49
6.	34	Folchert	Tim	Creuznacher RV	25:50
7.	52	Zenz	Leonard	Koblenzer RC Rhenania	26:55
8.	53	Breitung	Jan	Creuznacher RV	27:46

Lauf	7	Juniorinnen B	4800 m
-------------	----------	----------------------	---------------

1.	39	Mathern	Luisa	Creuznacher RV	28:12
2.	32	Braun	Sarah	Koblenzer RC Rhenania	28:54
3.	38	Steinhoff	Theresa	RG Treis-Karden	31:40
4.	35	Gundlach	Laura	GTRV Neuwied	33:22

Lauf	8c	Frauen, MA 43	4800 m
-------------	-----------	----------------------	---------------

.	45	Klueß	Claudia	RG Treis-Karden	
1.	121	Grzembke	Bettina	GTRV Neuwied	20:37
2.	44	Effert	Bettina	GTRV Neuwied	31:07
3.	128	Gundlach	Sandra	GTRV Neuwied	36:20

Lauf	8d	Frauen, MA 50	4800 m
-------------	-----------	----------------------	---------------

1.	46	Weissenfels	Helene	GTRV Neuwied	30:35
2.	47	Altmeier	Marientraud	RG Lahnstein	33:31

Lauf	9a	Männer, MA 27	4800 m
-------------	-----------	----------------------	---------------

1.	116	Reimann	Jens	Creuznacher RV	23:25
2.	60	Sassin	Patrik	GTRV Neuwied	28:36

Ergebnisse

Lauf	9b	Männer, MA 36		4800 m
-------------	-----------	----------------------	--	---------------

1.	62	Oberweis	Rauner	RG Lahnstein	20:58
2.	61	Münch	Michael	RG Lahnstein	23:29

Lauf	9c	Männer, MA 43		4800 m
-------------	-----------	----------------------	--	---------------

1.	67	Schwan	Hans-Jürgen	Post-SV Koblenz	20:30
2.	64	Grzembke	Martin	GTRV Neuwied	22:46
3.	66	Altmeier	Jürgen	RG Lahnstein	22:53
4.	65	König	Arno	RG Lahnstein	25:45
5.	119	Hirth	Matthias	Koblenzer RC Rhenania	27:00
6.	63	Gundlach	Axel	GTRV Neuwied	29:44

Lauf	9d	Männer, MA 50		4800 m
-------------	-----------	----------------------	--	---------------

1.	69	Bernd	Wolfgang	Post-SV Koblenz	24:29
----	----	-------	----------	-----------------	-------

Lauf	9e	Männer, MA 55		4800 m
-------------	-----------	----------------------	--	---------------

1.	71	Sauerborn	Wolfgang	Post-SV Koblenz	27:01
2.	70	Itschert	Lutz	Koblenzer RC Rhenania	29:14

Lauf	9f	Männer, MA 60		4800 m
-------------	-----------	----------------------	--	---------------

1.	73	Kaltenborn	Alge	GTRV Neuwied	27:24
2.	72	Weidenfeller	Joachim	Koblenzer RC Rhenania	29:14

Ergebnisse

Lauf	10	Junioren A			6000 m
1.	88	Hinterwaller	Matthias	RG Lahnstein	25:20
2.	124	Schlebusch	Moriche	RG Treis-Karden	25:24
3.	89	Sterr	Sebastian	GTRV Neuwied	28:39
4.	49	Hofling	Marc	RG Treis-Karden	29:12
4.	84	Selsam	Alexander	RG Treis-Karden	29:12
4.	85	Klue	Selden	RG Treis-Karden	29:12
4.	91	Junglas	Lennart	RG Treis-Karden	29:12
8.	77	Kling	Fabian	Creuznacher RV	29:15
9.	87	Marx	Michael	RG Lahnstein	29:28
10.	86	Schmengler	Heiko	Koblenzer RC Rhenania	30:59
11.	92	Haupt	Benedikt	Koblenzer RC Rhenania	31:12
12.	81	Noll	Christoph	Koblenzer RC Rhenania	31:12
13.	120	Eslam	Alexander	GTRV Neuwied	31:32
14.	83	Gaida	David	RG Lahnstein	31:52
15.	75	Speckhardt	Nikolaus	RG Lahnstein	32:01
16.	90	Lellmann	Christian	RG Treis-Karden	33:27
17.	76	Pfortner	Tino	Creuznacher RV	33:37
18.	82	Turowski	Jerome	Koblenzer RC Rhenania	34:41

Lauf	11	Juniorinnen A			6000 m
.	117	Preis	Natascha	Creuznacher RV	
1.	93	Graff	Chantal	Creuznacher RV	34:00

Lauf	12	Frauen			6000 m
.	95	Diedrich	Anika	RG Treis-Karden	
1.	41	Zilliken	Judith	RG Treis-Karden	31:41
2.	97	Lotter	Martina	GTRV Neuwied	32:49
3.	96	Gilles	Anna	RG Treis-Karden	40:58

Ergebnisse

Lauf	13	Männer			6000 m
------	----	--------	--	--	--------

1.	99	Schwan	Hans-Jürgen	Post-SV Koblenz	24:58
2.	118	Reimann	Jens	Creuznacher RV	28:42
4.	98	Söldner	Nico	Koblenzer RC Rhenania	30:15
5.	102	Münch	Michael	RG Lahnstein	30:42
6.	101	Berger	Johannes	Creuznacher RV	31:53
7.	100	Weber	Sergej	GTRV Neuwied	35:16

Lauf	14	Vereinsstaffel			800 m
------	----	----------------	--	--	-------

1.	125	Zilliken	Judith	RG Treis-Karden	12:12
1.	127	Kattanek	Anja	RG Treis-Karden	12:12
1.	126	Gödert	Maik	RG Treis-Karden	12:12
1.	80	Schlebusch	Morich	RG Treis-Karden	12:12
2.	122	Lotter	Martina	GTRV Neuwied	12:13
2.	107	Grzembke	Bettina	GTRV Neuwied	12:13
2.	105	Sterr	Sebastian	GTRV Neuwied	12:13
2.	104	Grzembke	Marius	GTRV Neuwied	12:13