

Bestenliste 2010

Frauen 10km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Karen	Mendelin	44:00 min	W40	20.03.2010	Salzkotten
	Gudrun	Wagener	44:57 min	W50	01.05.2010	Kamen
	Heidi	Kina	45:39 min	W50	24.05.2010	Dortmund
	Hildegard	Knoepke	48:22 min	W55	09.10.2010	Coesfeld
	Annika	Fischer	50:36 min	W30	09.10.2010	Witten
	Tina	Murgoth	53:22 min	W30	12.09.2010	Dortmund
	Bianca	Kube-Schraa	54:58 min	W50	12.09.2010	Dortmund
	Gerti	Erdmann	55:02 min	W65	08.05.2010	Berlin
	Bärbel	Menzenbach	55:10 min	W50	24.05.2010	Dortmund
	Elisabeth	Spenner	55:54 min	W50	09.10.2010	Witten

Frauen 15km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Daniela	Hildebrand	1:34:33 Std.	W30	31.12.2009	Werl

Frauen Halbmarathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Gisela	Wencker	1:48:28 Std.	W50	25.04.2010	Leipzig
	Hildegard	Knoepke	1:49:36 Std.	W50	15.11.2009	Verl
	Gabriela	Wilm-Marcinkowski	1:55:29 Std.	W55	25.04.2010	Leipzig
	Martina	Neye-Wolff	2:01:18 Std.	W50	25.04.2010	Leipzig
	Gerti	Erdmann	2:02:33 Std.	W65	24.10.2010	Dresden
	Bärbel	Menzenbach	2:05:30 Std.	W50	31.10.2010	Remscheid
	Doro	Schumacher-Ludwig	2:08:52 Std.	W50	25.04.2010	Leipzig
	Beate	Lepine	2:08:52 Std.	W50	25.04.2010	Leipzig
	Bianca	Kube-Schraa	2:11:29 Std.	W50	31.10.2010	Remscheid
	Silke	Roth	2:11:29 Std.	W30	31.10.2010	Remscheid

Frauen Marathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Gisela	Wencker	3:44:19 Std.	W50	26.09.2010	Berlin
	Marion	Schütte	3:54:01 Std.	W40	12.09.2010	Münster
	Marie-Antoinette	Hirschmann	4:16:50 Std.	W60	11.04.2010	Paris
	Gaby	Wilm-Marcinkowski	4:29:27 Std.	W55	26.09.2010	Berlin
	Andrea	Birkhäuser	4:32:28 Std.	W40	26.09.2010	Berlin
	Martina	Neye-Wolff	4:41:58 Std.	W50	11.04.2010	Paris
	Anke	Gädke	4:54:42 Std.	W45	26.09.2010	Berlin

Männer 10km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Stefan	Lemberg	38:56 min	M40	12.09.2010	Dortmund
	Michael	Rasche	43:48 min	M50	12.09.2010	Dortmund

	Christian	Segga	43:57 min	M35	14.11.2009	Bergkamen
	Michael	Voigtländer	44:04 min	M40	20.03.2010	Dortmund
	Olaf	Weber	47:20 min	M50	12.09.2010	Dortmund
	Jürgen	Wietasch	49:58 min	M60	12.09.2010	Dortmund
	Hans-Gerd	Wichmann	52:16 min	M65	12.09.2010	Dortmund
	Joachim	Gerlach	53:21 min	M55	12.09.2010	Dortmund
	Matthias	Schmidt-Klügmann	56:14 min	M65	12.09.2010	Dortmund
	Dieter	Giller	58:32 min	M55	12.09.2010	Dortmund

Männer 15km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Stefan	Lemberg	1:01:34 Std	M40	07.02.2010	Hamm
	Christian	Segga	1:08:04 Std	M35	31.12.2009	Werl
	Rüdiger	Arnold	1:08:18 Std	M55	29.11.2009	Herten
	Jürgen	Bartel	1:18:10 Std	M50	31.12.2009	Werl

Männer Halbmarathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Stefan	Lemberg	1:27:59 Std	M40	21.02.2010	Hamm
	Dieter	Rensinghoff	1:29:12 Std.	M55	02.06.2010	Bochum
	Christian	Segga	1:30:57 Std	M35	03.10.2010	Nürnberg
	Werner	Koglin	1:36:14 Std.	M60	31.10.2010	Remscheid
	Michael	Voigtländer	1:37:49 Std	M40	28.11.2009	Essen
	Dirk	Görrissen	1:44:08 Std	M45	31.10.2010	Remscheid
	Jürgen	Bartel	1:47:14 Std	M50	03.04.2010	Paderborn
	Christian	Schlierenkämper	1:47:54 Std	M40	31.10.2010	Remscheid
	Joachim	Herbsttritt	1:54:19 Std	M50	31.10.2010	Remscheid
	Bernd	Kaufhold	1:56:36 Std.	M35	07.08.2010	Dortmund

Männer Marathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Stefan	Lemberg	3:10:02 Std.	M40	02.05.2010	Düsseldorf
	Christian	Segga	3:16:20 Std.	M35	26.09.2010	Berlin
	Dieter	Rensinghoff	3:26:01 Std.	M55	02.05.2010	Düsseldorf
	Jörg	Börnsen	3:46:11 Std.	M35	25.04.2010	Hamburg
	Olaf	Weber	3:54:14 Std.	M50	26.09.2010	Berlin
	Hans-Jürgen	Wietasch	4:02:34 Std.	M60	26.09.2010	Berlin
	Walter	von Weber	4:47:41 Std.	M50	10.04.2010	Kyffhäuser
	Jürgen	Bartel	4:52:55 Std.	M55	03.10.2010	Köln
	Manfred	Hittmeyer	4:59:05 Std.	M55	26.09.2010	Berlin
	Matthias	Schmidt-Klügmann	5:26:53 Std.	M65	25.04.2010	Hamburg

Walking 10km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Donald	Sapsford	1:12:38 Std.	M60	24.05.2010	Dortmund

	Horst G.	Bernhard	1:12:59 Std.	M65	07.08.2010	Dortmund
	Karl-Heinz	Flume	1:21:18 Std.	M60	14.11.2009	Bergkamen

Walking 15km	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Donald	Sapsford	1:48:44 Std.	M60	04.07.2010	Unna

Walking Halbmarathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Donald	Sapsford	2:36:18 Std.	M60	11.04.2010	Haltern

Walking Marathon	Vorname	Name	Zeit	AK	Datum	Ort
	Helene	Assmuth-Chilla	5:28:04 Std.	W55	26.09.2010	Berlin
	Donald	Sapsford	5:29:50 Std.	M60	26.09.2010	Berlin
	Sabine	Rosenbaum	5:33:16 Std.	W40	26.09.2010	Berlin