

10km - Gesamtliste

gedruckt 17.12.2007 11:19:53

Männer

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein*Ort	AK	AK-Pl.	Pos	Zielzeit	1.Rd	2.Rd	3.Rd	4.Rd	5.Rd	km/h	M/km
1	1	Ocklenburg, Marc-André	85	Ayyo Team Essen	MHK	1	1	32:09	04:55	06:49	06:49	06:49	06:45	18,7	3:13
2	6	Beulertz, Andreas	86	LG Hamm	MHK	2	3	33:19	05:04	07:02	07:03	07:06	07:03	18,0	3:20
2	5	Elischer, Lennart	89	LG Hamm	MJA	1	2	33:19	05:04	07:02	07:03	07:06	07:01	18,0	3:20
4	4	Fischer, Sebastian	82	ESV Münster	MHK	3	4	33:45	05:12	07:03	07:06	07:11	07:10	17,8	3:23
5	254	Sprave, Wilhelm	87	ESV Münster	MHK	4	5	34:31	05:12	07:07	07:29	07:34	07:07	17,4	3:27
6	222	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	MJA	2	6	34:53	05:09	07:10	07:23	07:37	07:32	17,2	3:29
7	45	Reiß, Björn	76	LSF Münster	M30	1	8	35:58	05:39	07:26	07:38	07:41	07:33	16,7	3:36
8	340	Tüns, Michael	62	LSF Werne	M45	1	9	35:59	05:35	07:27	07:40	07:41	07:34	16,7	3:36
9	297	Raulf, Stefan	73	LV Oelde	M30	2	10	35:59	05:38	07:34	07:37	07:42	07:24	16,7	3:36
10	347	Langenbach, Stefan	72	LG Hamm	M35	1	11	36:04	05:33	07:31	07:39	07:42	07:38	16,6	3:36
11	7	Nakielski, Markus	71	LG Ahlen	M35	2	12	36:19	05:38	07:35	07:42	07:43	07:39	16,5	3:38
12	136	Westphal, Abbi	71	Ayyo Team Essen	M35	3	13	36:24	05:22	07:41	07:42	07:47	07:49	16,5	3:38
13	281	Geidies, Tim	89	LG Hamm	MJA	3	14	36:26	05:43	07:50	07:48	07:39	07:24	16,5	3:39
14	8	Kreutz, Manfred	65	LG Ahlen	M40	1	15	36:29	05:55	07:28	07:40	07:48	07:36	16,4	3:39
15	9	Chrzanowski, Torsten	73	Tri-As Hamm	M30	3	16	36:35	05:32	07:41	07:44	07:53	07:42	16,4	3:40
16	266	Osheku, Moses	63	LG Ahlen	M40	2	17	36:35	05:41	07:37	07:40	07:53	07:42	16,4	3:40
17	221	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	MJB	1	19	36:52	05:16	07:46	07:53	07:57	07:57	16,3	3:41
18	272	Basic, Asmir	71	LC Solbad Ravensberg	M35	4	20	37:04	05:35	07:39	07:52	07:59	07:57	16,2	3:42
19	157	Van Der Velde, Markus	65	LSF Münster	M40	3	21	37:13	05:45	07:46	07:52	07:55	07:53	16,1	3:43
20	17	Herwig, Uwe	67	Team Paulaner Ahlen	M40	4	22	37:20	05:35	07:45	07:51	08:07	08:00	16,1	3:44
21	279	Ediger, Andreas	88	LG Ems Warendorf	MJA	4	23	37:38	05:49	07:52	08:02	08:01	07:53	15,9	3:46
22	402	Stutznäcker, Peter	60	SV Herbern	M45	2	24	37:39	05:50	07:55	07:57	08:00	07:55	15,9	3:46
23	178	Steinchen, Burckhard	80	Tri Finish Münster	MHK	5	25	37:56	05:57	07:50	07:58	08:03	08:06	15,8	3:48
24	215	Luig, Martin	72	LSF Münster	M35	5	26	37:57	05:50	07:54	07:59	08:05	08:06	15,8	3:48
25	403	Flockau, Sascha	79	Tri Finish Münster	MHK	6	27	37:58	05:46	07:55	08:03	08:09	08:03	15,8	3:48
26	229	Schlesiger, Alwin	67	LG Ahlen	M40	5	28	38:01	05:44	07:57	08:04	08:08	08:06	15,8	3:48
27	119	Schmehl, Klaus	63	SV Westfalia Rhynern	M40	6	29	38:07	05:44	07:53	08:05	08:14	08:08	15,7	3:49
28	130	Verhoeven, Jan	81	Hochschulsport Münster	MHK	7	30	38:09	06:05	07:58	07:58	08:02	08:05	15,7	3:49
29	174	Diehl, Christoph	82	Ayyo Team Essen	MHK	8	32	38:13	05:48	07:59	08:10	08:08	08:06	15,7	3:49
30	234	Stutenbäumer, Martin	64	LV Oelde	M40	7	33	38:13	06:04	07:59	08:01	08:03	08:04	15,7	3:49
31	277	John, Philipp	88	LG Ems Warendorf	MJA	5	34	38:18	05:49	07:58	08:09	08:20	08:01	15,7	3:50
32	407	Knaup, Christoph	88	LG Ahlen	MJA	6	35	38:22	06:04	07:54	08:08	08:20	07:55	15,6	3:50
33	299	Häßler, Peter	69	LV Oelde	M35	6	37	38:35	05:57	07:58	08:09	08:11	08:18	15,5	3:52
34	210	Haverkamp, Kai	71	KVS Schwerte	M35	7	38	38:37	06:00	08:00	08:06	08:16	08:14	15,5	3:52
35	15	Frederking, Martin	58	LG Hamm	M45	3	39	38:38	05:56	08:01	08:09	08:15	08:14	15,5	3:52
36	211	Göhner, Christoph	84	TUS Bielefeld	MHK	9	40	38:46	06:00	08:08	08:12	08:16	08:08	15,5	3:53
37	63	Breer, Jakob	66	LG Ahlen	M40	8	41	38:55	05:54	08:04	08:13	08:29	08:14	15,4	3:54
38	375	Plaschke, Gerhard	52	LG Deiringsen	M55	1	42	39:01	06:12	08:12	08:13	08:18	08:05	15,4	3:54
39	393	Pfeffer, Dirk	65	Lauffreunde Bönen	M40	9	44	39:03	06:14	08:20	08:20	08:13	07:54	15,4	3:54
40	243	Holtkötter, Michael	56	LSF Münster	M50	1	45	39:03	06:12	08:12	08:13	08:17	08:07	15,4	3:54
41	164	Hoppe, Bernd	67	LV Oelde	M40	10	46	39:04	06:32	08:28	08:14	07:52	07:56	15,4	3:54
42	385	Wiese, Reinhold	62	Marathon Soest	M45	4	48	39:19	06:31	08:18	08:14	08:05	08:08	15,3	3:56
43	75	Kruse, Dieter	55	LG Hamm	M50	2	49	39:32	05:54	08:11	08:26	08:28	08:31	15,2	3:57
44	274	Marquardt, Christof	68	BSG Sparkasse Münsterland Os	M35	8	50	39:32	06:18	08:04	08:15	08:28	08:24	15,2	3:57
45	156	Wagner, Norbert	64	Ski-Club Beckum	M40	11	51	39:33	06:11	08:15	08:28	08:26	08:11	15,2	3:57
46	22	Küpper, Ralph	64	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M40	12	52	39:33	06:05	08:11	08:31	08:32	08:13	15,2	3:57
47	188	Hauertmann, Achim	65	LSF Münster	M40	13	53	39:34	06:17	08:16	08:16	08:21	08:23	15,2	3:57
48	327	Scheeren, Maik	73	Triminators TV Voerde	M30	4	54	39:36	05:41	08:32	08:31	08:32	08:18	15,1	3:58
49	87	Wollschke, Ralf	63	Team Paulaner Ahlen	M40	14	55	39:37	06:09	08:14	08:29	08:32	08:11	15,1	3:58
50	21	Hagemann, Josef	52	FC Nordkirchen	M55	2	56	39:39	06:10	08:23	08:25	08:25	08:14	15,1	3:58
51	80	Nosthoff, Ulf	78	Tri Finish Münster	MHK	10	57	39:40	06:43	08:06	08:13	08:19	08:17	15,1	3:58
52	111	Kemper, Andreas	60	LV Oelde	M45	5	58	39:43	06:09	08:14	08:30	08:32	08:16	15,1	3:58
53	85	Holtsträter, Ingo	67	TUS Uentrop	M40	15	59	39:45	06:07	08:17	08:29	08:29	08:21	15,1	3:59
54	55	Erdmann, Bernhard	55	LV Oelde	M50	3	60	39:51	06:09	08:14	08:30	08:32	08:25	15,1	3:59
55	296	Grünebaum, Manfred	57	LV Oelde	M50	4	61	39:52	06:08	08:14	08:30	08:31	08:26	15,0	3:59
56	265	Bathen, Bastian	80	LSF Münster	MHK	11	63	40:18	06:21	08:27	08:29	08:34	08:26	14,9	4:02
57	301	Krigar, Martin	61	Active Lauffreunde Hamm	M45	6	64	40:21	06:16	08:29	08:36	08:31	08:28	14,9	4:02
58	290	Schnafel, Martin	65	ASC Ahlen	M40	16	65	40:29	06:14	08:21	08:33	08:41	08:39	14,8	4:03
59	149	Tripp, Christian	73	LG Ahlen	M30	5	66	40:53	06:19	08:29	08:33	08:45	08:46	14,7	4:05
60	98	Andela, Hendrik	79	TC Blau Weiß Ahlen	MHK	12	67	41:01	06:53	08:38	08:33	08:30	08:26	14,6	4:06
61	146	Dahmen, Marc	89	LG Ahlen	MJA	7	68	41:15	06:38	08:37	08:48	08:40	08:30	14,5	4:08
62	64	Peitzmann, Martin	68	LV Oelde	M35	9	69	41:18	06:37	08:39	08:44	08:44	08:33	14,5	4:08
63	376	Küchmann, Marcus	72	LF Bönen	M35	10	70	41:23	06:20	08:47	08:54	08:44	08:37	14,5	4:08
64	348	Blume, Dietmar	71	LAC Veltins Hochsauerland	M35	11	71	41:24	06:24	08:31	08:55	08:55	08:38	14,5	4:08
65	148	Droste, Norbert	62	SpVgg Dolberg	M45	7	73	41:44	06:38	08:38	08:48	08:47	08:52	14,4	4:10
66	150	Finnemann, Werner	71	LSG Dünningshausen/Wadersl	M35	12	74	41:48	06:26	08:50	08:51	08:47	08:52	14,3	4:11
67	53	Dermann, Maximilian	89	SG Rote Erde Beckum e.V.	MJA	8	75	41:55	06:47	08:48	08:46	08:47	08:45	14,3	4:12
68	280	Kreickmann, Markus	78	LG Ahlen	MHK	13	76	41:57	06:58	08:48	09:03	09:04	08:03	14,3	4:12
69	395	Rothfeld, Werner	59	LG Oelde/Waldersloh	M45	8	77	42:15	07:03	08:38	08:46	08:53	08:54	14,2	4:14
70	233	Niggemann, Jost	67	Hamm	M40	17	78	42:16	06:46	08:49	08:53	08:54	08:53	14,2	4:14

10km - Gesamtliste

gedruckt 17.12.2007 11:19:53

Männer

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein*/Ort	AK	AK-Pl.	Pos	Zielzeit	1.Rd	2.Rd	3.Rd	4.Rd	5.Rd	km/h	M/km
71	357	Bodach, Christian	79	SV Lüttringen	MHK	14	79	42:22	06:46	08:59	08:59	08:54	08:43	14,2	4:14
72	76	Büter, Dieter	45	LG Hamm	M60	1	80	42:27	06:21	08:45	09:01	09:12	09:06	14,1	4:15
73	103	Koch, Klaus	65	LG Ahlen	M40	18	81	42:29	06:31	09:00	09:04	09:03	08:49	14,1	4:15
74	383	Heppe, Udo	62	Tri-Cops Warstein	M45	9	83	42:36	07:00	08:52	08:55	09:00	08:46	14,1	4:16
75	88	Link, Sebastian	84	Team Paulaner Ahlen	MHK	15	84	42:43	06:34	08:46	08:57	09:13	09:12	14,0	4:16
76	248	Hohenfeld, Michael	64	Ski-Club Beckum	M40	19	85	42:47	07:24	08:46	08:53	08:58	08:44	14,0	4:17
77	236	Gutschow, Frank	63	Active Lauffreunde Hamm	M40	20	86	42:47	07:01	08:52	09:01	08:59	08:52	14,0	4:17
78	213	Verhoeven, Wolfgang	50	Tri Finish Münster	M55	3	87	42:51	06:40	09:02	09:05	09:05	08:57	14,0	4:17
79	295	Grünebaum, Axel	89	LV Oelde	MJA	9	90	42:55	06:50	09:11	09:11	09:02	08:40	14,0	4:18
80	41	Portela, Luis	61	DSCW Lippstadt	M45	10	91	43:05	06:45	08:50	09:09	09:11	09:08	13,9	4:19
81	400	Fischer-Behnen, Achim	56	SföF Hamm e.V.	M50	5	92	43:08	06:34	08:59	09:09	09:12	09:12	13,9	4:19
82	36	Quitschorek, Martin	68	LAC Veltins Hochsauerland	M35	13	93	43:16	06:50	09:01	09:13	09:14	08:55	13,9	4:20
83	168	Westenhorst, Thomas	64	RSV Schwalbe Oelde	M40	21	94	43:24	06:41	09:06	09:12	09:15	09:09	13,8	4:20
84	195	Heine, Michael	47	Team Erdinger Alkoholfrei	M60	2	95	43:27	07:02	09:04	09:03	09:09	09:07	13,8	4:21
85	153	Marchetto, Corrado	62	*Lippstadt	M45	11	96	43:29	06:45	09:07	09:15	09:13	09:06	13,8	4:21
86	370	Zwior, Lukas	89	TUS Wadersloh	MJA	10	97	43:30	06:49	09:12	09:11	09:10	09:06	13,8	4:21
87	751	Hötte, Peter	65	VFL Gemmerich	M40	22	98	43:32	06:46	09:01	09:09	09:19	09:14	13,8	4:21
88	166	Scheitza, Falko	61	DJK Preussen 1911 Bochum	M45	12	99	43:34	06:43	09:04	09:13	09:22	09:11	13,8	4:21
89	16	Imgenberg, Jens	69	Active Lauffreunde Hamm	M35	14	100	43:39	07:00	09:04	09:10	09:16	09:07	13,7	4:22
90	89	Armborst, Manfred	67	*Herzogenaurach	M40	23	101	43:39	07:04	09:00	09:11	09:17	09:05	13,7	4:22
91	354	Schiermeister, Bernd	52	Marathon Soest	M55	4	102	43:49	06:46	09:03	09:16	09:29	09:13	13,7	4:23
92	31	Schomacher, Hermann	51	LG Ahlen	M55	5	103	43:53	06:47	09:15	09:15	09:20	09:15	13,7	4:23
93	366	Walther, Wilhelm	59	TUS Uentrop	M45	13	104	43:59	06:59	09:11	09:10	09:21	09:17	13,6	4:24
94	216	Bodach, Claus	46	SV Lüttringen	M60	3	105	44:01	07:01	09:07	09:09	09:17	09:25	13,6	4:24
95	388	Wecke, Axel	65	MC Werne	M40	24	106	44:11	07:31	09:11	09:08	09:14	09:05	13,6	4:25
96	187	Ostwald, Alexander	82	Ayyo Team Essen	MHK	16	107	44:17	06:16	09:15	09:27	09:43	09:35	13,5	4:26
97	79	Korn, Philipp	75	*Münster	M30	6	109	44:25	07:05	09:09	09:29	09:24	09:16	13,5	4:27
98	74	Otto, Manfred	53	LG Hamm	M50	6	110	44:25	06:44	09:19	09:26	09:27	09:27	13,5	4:27
99	60	Hilje, Michael	57	TUS Uentrop	M50	7	113	44:26	07:01	09:11	09:18	09:27	09:27	13,5	4:27
100	387	Wimpelberg, Markus	69	MC Werne	M35	15	114	44:36	07:31	09:12	09:18	09:23	09:11	13,4	4:28
101	398	Thamm-Höltje, Rolf-Günther	54	SV Westfalia Rhynern	M50	8	115	44:41	07:13	09:24	09:22	09:22	09:18	13,4	4:28
102	289	Ahlers, Michael	60	BSG Westfalen AG	M45	14	116	44:45	07:30	09:18	09:18	09:20	09:17	13,4	4:29
103	381	Stubbe, Markus	73	TUS Uentrop	M30	7	117	44:47	07:28	09:11	09:21	09:18	09:26	13,4	4:29
104	193	Rickhoff, Manfred	58	TV Friesen Telgte	M45	15	120	44:51	07:07	09:18	09:31	09:30	09:22	13,4	4:29
105	358	Menke, Ralf	60	Ahlener SG Handball	M45	16	121	44:52	06:51	09:22	09:38	09:39	09:20	13,4	4:29
106	306	Becker, Dirk	58	LG Hamm	M45	17	122	44:55	07:04	09:05	09:42	09:41	09:22	13,4	4:30
107	278	Korzonnek, Jörg	65	*Bielefeld	M40	25	123	44:55	07:23	09:22	09:26	09:27	09:15	13,4	4:30
108	50	Merhoff, Hubert	67	VFL Gemmerich	M40	26	124	45:06	07:15	09:25	09:29	09:27	09:28	13,3	4:31
109	71	Huneke, Frank	67	VFL Gemmerich	M40	27	125	45:11	06:52	09:27	09:40	09:38	09:32	13,3	4:31
110	252	Samorey, Roger	63	LG Ahlen	M40	28	127	45:16	06:44	09:20	09:42	10:00	09:29	13,3	4:32
111	353	Barker, Shane	57	Sanitop Wingenroth	M50	9	128	45:18	07:38	09:26	09:30	09:23	09:20	13,2	4:32
112	58	Franzmann, Uwe	64	TUS Uentrop	M40	29	129	45:20	07:01	09:21	09:33	09:41	09:41	13,2	4:32
113	377	Stammler, Frank	65	Radbodrunners	M40	30	130	45:23	07:10	09:30	09:35	09:40	09:25	13,2	4:32
114	127	Niermann, Eckart	69	TV Friesen Telgte	M45	18	131	45:24	07:08	09:21	09:35	09:41	09:37	13,2	4:32
115	218	Göhner, Kurt	51	*Bielefeld	M55	6	132	45:28	06:53	09:22	09:39	09:54	09:39	13,2	4:33
116	109	Kasischke, Ulf	42	Lauffreunde Bönen	M65	1	133	45:31	07:04	09:41	09:43	09:35	09:27	13,2	4:33
117	389	Kriegel, Jürgen	63	FC Greffen	M40	31	134	45:33	06:53	09:23	09:38	09:49	09:48	13,2	4:33
118	349	Leinweber, Matthias	64	*Werne	M40	32	135	45:39	07:05	09:32	09:41	09:47	09:31	13,1	4:34
119	255	Bauer, Dr. Hartmut	43	Warendorfer SU	M60	4	136	45:48	07:27	09:33	09:29	09:33	09:43	13,1	4:35
120	384	Pantel, Johannes	64	Marathon Soest	M40	33	137	45:49	07:02	09:21	09:39	09:51	09:55	13,1	4:35
121	356	Sandknop, Ludger	55	Sendenhorst SW	M50	10	138	45:54	07:15	09:32	09:42	09:44	09:39	13,1	4:35
122	110	Wirbeleit, Martin	65	SpVgg Dolberg	M40	34	139	45:57	07:23	09:23	09:31	09:42	09:56	13,1	4:36
123	300	Pollmeier, Jürgen	67	LG Ahlen	M40	35	140	45:58	07:23	09:40	09:36	09:38	09:39	13,1	4:36
124	115	Schulte, Frank	66	TUS Uentrop	M40	36	141	46:01	07:31	09:39	09:36	09:42	09:30	13,0	4:36
125	330	Wiegard, Klaus	57	Schlüsseldienst	M50	11	142	46:04	07:36	09:39	09:32	09:42	09:33	13,0	4:36
126	92	Fischer, Christian	74	TV Beckum	M30	8	143	46:29	07:03	09:36	09:53	10:02	09:53	12,9	4:39
127	212	Ernst, Michael	63	Tri Finish Münster	M40	37	144	46:31	07:05	09:28	09:46	09:57	10:14	12,9	4:39
128	333	Krick, Christian	85	LG Ahlen	MHK	17	146	46:37	07:24	09:08	09:30	10:13	10:19	12,9	4:40
129	250	Deselaers, Frank	70	*Hamm	M35	16	147	46:38	07:53	09:05	09:40	09:57	10:00	12,9	4:40
130	177	Reger, Thomas	63	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M40	38	148	46:45	07:27	09:45	09:50	10:01	09:39	12,8	4:41
131	380	Schiewe, Frank	66	*Ahlen	M40	39	149	46:47	07:49	09:23	09:40	10:08	09:45	12,8	4:41
132	217	Klinger, Holger	65	SSV Gera 1990	M40	40	150	46:48	07:31	10:00	10:01	09:46	09:26	12,8	4:41
133	47	Horstmann, Frank	73	Active Lauffreunde Hamm	M30	9	151	46:50	07:02	09:40	10:06	10:05	09:55	12,8	4:41
134	287	Stoepel, Hartmut	50	Lauffreunde Bönen	M55	7	152	46:53	07:46	09:53	09:53	09:49	09:30	12,8	4:41
135	285	Becker, Hermann-Josef	60	LG Ems Warendorf	M45	19	153	46:54	07:24	09:39	09:49	10:01	10:00	12,8	4:41
136	124	Everkamp, Nikolai	92	Fritz-Winter-Schule Ahlen	MJB	2	154	46:56	07:18	09:46	09:51	09:58	10:02	12,8	4:42
137	264	Mense, Hermann	48	Ski-Club Ahlen	M55	8	156	47:02	07:50	09:50	09:51	09:48	09:41	12,8	4:42
138	152	Alteheld, Andre	91		MJB	3	157	47:02	07:01	09:31	09:49	10:41	09:58	12,8	4:42
139	286	Albrecht, Burkhard	53	DJK Blau-Weiß Annen	M50	12	159	47:06	07:13	09:45	09:52	10:10	10:03	12,7	4:43
140	365	Legant, Rainer	66	Werner SC	M40	41	160	47:08	07:07	09:39	09:51	10:10	10:19	12,7	4:43

10km - Gesamtliste

gedruckt 17.12.2007 11:19:53

Männer

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein*Ort	AK	AK-Pl.	Pos	Zielzeit	1.Rd	2.Rd	3.Rd	4.Rd	5.Rd	km/h	M/km
141	100	Kaldewei, Christoph	48	LG Ahlen	M55	9	161	47:16	07:11	09:46	09:59	10:11	10:08	12,7	4:44
142	382	Schlüter, Philipp	90	Gymnasium St. Michael	MJB	4	162	47:17	07:40	09:32	09:37	10:18	10:08	12,7	4:44
143	401	Lammers, Bernhard	64	FC Nordkirchen	M40	42	163	47:22	07:59	10:08	09:59	09:46	09:29	12,7	4:44
144	172	Hoffmann, Roland	78		MHK	18	164	47:38	07:55	10:13	09:50	09:54	09:44	12,6	4:46
145	226	Urbaniak, Günter	55	Ahlener SG	M50	13	165	47:38	07:29	09:48	10:20	10:13	09:46	12,6	4:46
146	394	Düren, Christopher	88	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJA	11	166	47:40	07:36	09:25	09:46	10:25	10:27	12,6	4:46
147	304	Schulte, Gerhard	56	LAC Veltins Hochsauerland	M50	14	167	47:41	07:22	09:46	10:02	10:10	10:19	12,6	4:46
148	228	Bieker, Alfred	52	SV Lüttringen	M55	10	168	47:45	07:22	09:54	10:22	10:10	09:54	12,6	4:47
149	171	Hanisch, Martin	59	Ski-Club Beckum	M45	20	169	47:53	07:36	10:04	10:07	10:13	09:51	12,5	4:47
150	132	Meier, Roland	54	Feuerwehr Soest	M50	15	170	47:57	07:41	09:49	09:59	10:10	10:16	12,5	4:48
151	159	Willnauer, Karl-Alfred	55	*Ascheberg	M50	16	171	48:02	07:30	10:07	10:05	10:16	10:02	12,5	4:48
152	34	Tripp, Jochen	75	*Ahlen	M30	10	173	48:06	07:37	10:02	10:05	10:10	10:11	12,5	4:49
153	270	Ulrich, Thomas	65	Ortho-Aktiv Ahlen	M40	43	174	48:09	07:14	09:49	10:31	10:25	10:09	12,5	4:49
154	292	Altefrohe, Alfons	65	LV Oelde	M40	44	175	48:16	07:08	10:01	10:04	10:34	10:28	12,4	4:50
155	182	Starp, Klaus	66	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M40	45	177	48:20	07:28	10:05	10:11	10:25	10:08	12,4	4:50
156	262	Maschelski, Norbert	61	LG Ahlen	M45	21	178	48:21	08:09	10:00	09:59	10:08	10:04	12,4	4:50
157	99	Hahne, Volker	69	Stadt Ahlen	M35	17	179	48:27	07:30	10:01	10:14	10:21	10:19	12,4	4:51
158	133	Wilmes, Udo	59	Feuerwehr Soest	M45	22	180	48:31	07:47	10:00	10:06	10:08	10:28	12,4	4:51
159	352	Mai, Willi	58	*Hamm	M45	23	181	48:35	07:33	10:11	10:14	10:25	10:10	12,3	4:52
160	332	Lüken, Walter	58	TV Friesen Telgte	M45	24	182	48:38	07:14	10:01	10:24	10:29	10:28	12,3	4:52
161	191	Pollmeier, Markus	68	*Ahlen	M35	18	183	48:39	07:37	10:01	10:07	10:31	10:21	12,3	4:52
162	137	Lücke, Bernhard	51	SpVgg Dolberg	M55	11	184	48:42	07:35	10:07	10:10	10:25	10:24	12,3	4:52
163	227	Ruediger, Rainer	66	Fitnesstreff Balve	M40	46	185	48:51	07:23	10:03	10:24	10:32	10:27	12,3	4:53
164	397	Florissen, Wolfgang	48	SV Westfalia Rhynern	M55	12	187	49:01	07:52	10:09	10:21	10:21	10:17	12,2	4:54
165	155	Dobczanski, Ralf	61	*Ahlen	M45	25	188	49:19	07:44	10:07	10:21	10:39	10:27	12,2	4:56
166	396	Brinkmann, Rainer	52	*Ahlen	M55	13	190	49:32	07:55	10:14	10:24	10:33	10:25	12,1	4:57
167	68	Dehardt, Michael	63	TC Dolberg	M40	47	192	49:38	07:17	10:24	10:42	10:45	10:29	12,1	4:58
168	201	Schröder, Dr. Thomas	65	VFL Gemmerich	M40	48	193	49:39	07:50	10:22	10:31	10:40	10:14	12,1	4:58
169	343	Dobber, Hubert	62	*Ahlen	M45	26	194	49:41	07:49	10:09	10:29	10:35	10:38	12,1	4:58
170	126	Klöser, Sven	80	LG Ahlen	MHK	19	197	49:52	08:08	10:08	10:26	10:48	10:21	12,0	4:59
171	10	Gosda, Ralf	62	LG Ahlen	M45	27	198	49:59	08:58	11:33	09:30	10:06	09:50	12,0	5:00
172	305	Wittenbrink, Eckhard	50	ASC Ahlen	M55	14	199	50:02	08:29	10:10	10:27	10:34	10:21	12,0	5:00
173	86	Weiroski, Manfred	70	Team Paulaner Ahlen	M35	19	200	50:03	08:13	10:09	10:27	10:40	10:32	12,0	5:00
174	106	Portmann, Andreas	67	*Ahlen	M40	49	201	50:09	07:29	10:24	10:38	10:56	10:40	12,0	5:01
175	67	Peiler, Hans	58	TUS Uentrop	M45	28	202	50:11	09:01	10:29	10:19	10:20	10:00	12,0	5:01
176	123	Klotzbücher, Reiner	53	TUS Uentrop	M50	17	203	50:15	08:16	10:25	10:23	10:37	10:33	11,9	5:02
177	368	Grundmann, Helmut	59	TUS Uentrop	M45	29	204	50:15	08:48	10:19	10:21	10:28	10:17	11,9	5:02
178	367	John, Hans Henning	55	WSV	M50	18	205	50:19	08:30	10:31	10:20	10:34	10:21	11,9	5:02
179	247	Potthoff, Gunnar	69	TV Flerke	M35	20	206	50:23	07:33	10:25	10:42	10:53	10:49	11,9	5:02
180	404	Engel, Manfred	41	Lauffreunde Bönen	M65	2	207	50:27	08:15	10:41	10:34	10:33	10:23	11,9	5:03
181	259	Pietsch, Gerald	60	Tri-As Hamm	M45	30	209	50:37	08:04	10:21	10:37	10:46	10:48	11,9	5:04
182	196	Schröer, Martin	65	Tri-As Hamm	M40	50	210	50:37	08:03	10:23	10:40	10:45	10:45	11,9	5:04
183	408	Hähnel, Dr. Heinz	53	Tri-As Hamm	M50	19	211	50:40	08:04	10:23	10:39	10:45	10:47	11,8	5:04
184	194	Scheller, Hermann	62	*Ahlen	M45	31	213	51:04	08:17	10:11	10:27	11:14	10:53	11,7	5:06
185	39	Ries, Birger	72	Wasser+Freizeit Münster	M35	21	215	51:12	08:44	10:24	10:34	10:45	10:43	11,7	5:07
186	120	Stegt, Jürgen	62	LG Hamm	M45	32	216	51:13	08:14	10:44	10:51	10:42	10:40	11,7	5:07
187	386	Littau, Hans-Jürgen	54	MC Werne	M50	20	217	51:13	08:26	10:46	10:48	10:51	10:19	11,7	5:07
188	189	May, Detlev	74		M30	11	219	51:17	08:24	10:59	11:01	10:53	09:58	11,7	5:08
189	224	Hötte, Werner	69	TUS Uentrop	M35	22	220	51:19	08:11	10:47	10:47	10:51	10:41	11,7	5:08
190	258	Look, Helmut	59	TV Flerke	M45	33	222	51:27	07:33	10:05	11:24	11:05	11:18	11,7	5:09
191	392	Büferring, Antonius	53	*Beckum	M50	21	225	51:39	08:04	10:48	10:51	11:01	10:53	11,6	5:10
192	28	Düding, Jens	80	*Ahlen	MHK	20	226	51:41	09:01	10:41	10:46	10:53	10:18	11,6	5:10
193	399	Barton, Franz-Josef	58	RFV All-Heil Beckum	M45	34	227	51:41	07:55	10:53	10:59	11:05	10:46	11,6	5:10
194	104	Ziese, Bernd	63	*Münster	M40	51	228	51:43	09:06	11:08	10:37	10:39	10:11	11,6	5:10
195	312	Schüssler, Martin	73	Fahrschule Schlüter Ahlen	M30	12	229	51:44	09:02	11:12	10:37	10:38	10:13	11,6	5:10
196	310	Riesenbeck, Ulli	68	Fahrschule Schlüter Ahlen	M35	23	230	51:44	08:34	11:02	11:07	10:46	10:14	11,6	5:10
197	361	Unal, Ömer	64	*Beckum	M40	52	231	52:02	08:20	11:06	10:57	10:59	10:40	11,5	5:12
198	409	Plocke, Frank	68	Ski-Club Beckum	M35	24	232	52:03	08:08	10:49	10:55	11:09	11:01	11,5	5:12
199	219	Kiemann, Ralf	69	*Dreisteinfurt	M35	25	233	52:06	08:38	10:32	10:43	11:02	11:10	11,5	5:13
200	94	Fiedler, Peter	66	LG Ahlen	M40	53	234	52:08	08:19	10:35	10:59	11:10	11:04	11,5	5:13
201	241	Depenwisch, Friedhelm	66	*Ahlen	M40	54	235	52:14	08:17	10:48	10:56	11:05	11:06	11,5	5:13
202	336	Adloff, Matthias	74	LG Ahlen	M30	13	236	52:18	09:00	10:38	10:42	11:01	10:55	11,5	5:14
203	346	Jörke, Dennis	80	ASC Ahlen	MHK	21	237	52:18	08:23	10:38	10:44	11:15	11:16	11,5	5:14
204	345	Gonsior, Andre	79	Ahlener SC	MHK	22	238	52:19	08:23	10:24	10:57	11:16	11:16	11,5	5:14
205	57	Jehne, Burkhard	65	DJK Vorwärts Ahlen	M40	55	239	52:24	07:17	10:28	11:48	11:44	11:05	11,5	5:14
206	208	Dradth, Rüdiger	56	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M50	22	240	52:35	09:00	10:45	10:41	10:55	11:12	11,4	5:16
207	163	Brüning, Ludger	64	Ski-Club Beckum	M40	56	241	52:36	09:00	10:44	10:42	10:54	11:14	11,4	5:16
208	390	Wippenhohn, Franz-Josef	54	FC Greffen	M50	23	242	52:49	07:44	10:54	11:13	11:32	11:25	11,4	5:17
209	102	Bömken, Sebastian	81	*Werne	MHK	23	244	52:52	08:43	11:05	11:23	11:30	10:07	11,3	5:17
210	267	Timmerberg, Heinz-Otto	59	TV Flerke	M45	35	246	52:59	08:25	10:48	11:06	11:19	11:19	11,3	5:18

10km - Gesamtliste

gedruckt 17.12.2007 11:19:53

Männer

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein*Ort	AK	AK-Pl.	Pos	Zielzeit	1.Rd	2.Rd	3.Rd	4.Rd	5.Rd	km/h	M/km
211	134	Salzwedel, Danny	75	Feuerwehr Soest	M30	14	247	53:07	07:41	10:07	11:54	11:48	11:36	11,3	5:19
212	249	Völker, Martin	66	*Hamm	M40	57	248	53:14	08:21	10:09	11:10	11:41	11:50	11,3	5:19
213	244	Settele, Martin	64	*Ahlen	M40	58	249	53:16	08:15	10:57	11:17	11:30	11:15	11,3	5:20
214	339	Dietz, Thomas	-1	*Ahlen	M	0	250	53:17	08:37	10:40	11:00	11:28	11:30	11,3	5:20
215	70	Feldmann, Egbert	66	RFV All-Heil Beckum	M40	59	251	53:20	08:54	10:51	11:10	11:16	11:06	11,2	5:20
216	117	Schlüter, Jan-Hendrik	92	RFV All-Heil Beckum	MJB	5	252	53:20	07:06	10:13	11:46	11:48	12:25	11,2	5:20
217	51	Heinz, Robert	88	*Beckum	MJA	12	254	53:37	10:01	10:25	10:34	11:44	10:51	11,2	5:22
218	30	Hellmann, Michael	70	*Ahlen	M35	26	256	53:47	07:41	10:48	11:18	11:41	12:17	11,2	5:23
219	379	Nowack, Rainer	68	*Warendorf	M35	27	257	53:49	08:27	10:54	11:13	11:28	11:45	11,1	5:23
220	192	Korbanka, Stefan	79	*Hamm	MHK	24	259	53:51	09:06	11:19	11:16	11:06	11:01	11,1	5:23
221	108	Krotzek, David	78	*Werne	MHK	25	260	54:04	08:43	11:05	11:23	11:30	11:20	11,1	5:24
222	65	Beier, Thomas	63	*Ahlen	M40	60	261	54:18	08:09	11:16	11:35	11:51	11:24	11,0	5:26
223	12	Berghoff, Reinhard	56	*Ahlen	M50	24	263	54:28	08:13	11:11	11:24	11:43	11:55	11,0	5:27
224	359	Austermann, Peter	59	Tri-As Hamm	M45	36	266	54:46	08:59	11:32	11:30	11:22	11:22	11,0	5:29
225	308	Fritsch, Benjamin	84	Fahrschule Schlüter Ahlen	MHK	26	268	54:55	09:26	11:19	11:24	11:24	11:20	10,9	5:30
226	319	Kraft, Fabian	91	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	6	269	55:06	09:05	11:26	11:11	11:18	12:04	10,9	5:31
227	83	Müller, Hans-Jürgen	56	*Ahlen	M50	25	270	55:09	09:02	11:21	11:42	11:58	11:05	10,9	5:31
228	165	Tripp, Norbert	77	*Ahlen	M30	15	271	55:14	09:01	10:46	11:16	12:00	12:08	10,9	5:31
229	135	Manske, Reinhard	59	Feuerwehr Soest	M45	37	272	55:14	08:26	11:10	11:40	12:02	11:53	10,9	5:31
230	303	Lipinski, Manfred	39	FC Tönnishäuschen	M65	3	273	55:15	09:14	11:30	11:31	11:36	11:23	10,9	5:32
231	206	Hempelmann, Thomas	63	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M40	61	274	55:16	08:59	10:55	11:22	11:59	11:58	10,9	5:32
232	207	Müller, Olaf	65	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M40	62	275	55:36	08:13	11:11	11:47	12:15	12:09	10,8	5:34
233	61	Legemann, Dirk	79	DJK Vorwärts Ahlen	MHK	27	277	55:56	09:07	11:50	11:50	11:53	11:13	10,7	5:36
234	125	Schulte, Ulrich	55		M50	26	278	55:57	09:00	11:21	11:30	12:13	11:50	10,7	5:36
235	269	Trost, Ludger	64	Sportsol	M40	63	280	56:02	08:50	11:23	11:46	12:03	11:59	10,7	5:36
236	331	Schulte, Helgo	71	*Iserlohn	M35	28	281	56:05	09:00	11:21	11:30	12:13	11:59	10,7	5:37
237	205	Bantin, Holger	53	*Wuppertal	M50	27	283	56:06	09:24	11:35	11:30	11:52	11:43	10,7	5:37
238	209	Wigger, Wolfgang	61	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M45	38	287	56:08	09:20	11:34	11:33	11:54	11:45	10,7	5:37
239	334	Schindler, Rolf	67	*Ahlen	M40	64	288	56:12	08:42	10:58	11:33	12:10	12:47	10,7	5:37
240	246	Hündlings, Bernd	61	TV Flerke	M45	39	289	56:15	09:02	11:37	11:22	11:52	12:21	10,7	5:38
241	237	Großherode, Martin	62	*Oelde	M45	40	291	56:42	09:09	11:48	12:09	12:22	11:12	10,6	5:40
242	373	Lenowski, Laurenz	95	*Hamm	MJB	7	292	56:52	10:13	12:12	11:53	12:04	10:28	10,6	5:41
243	91	Sommerhage, Hartmut	50	*Hamm	M55	15	293	56:58	09:25	11:43	12:06	12:02	11:40	10,5	5:42
244	360	Meier, Maik	90	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	8	294	57:06	08:03	09:51	11:51	11:57	15:23	10,5	5:43
245	96	Arendt, Andre	61	*Münster	M45	41	297	57:28	09:28	11:42	12:03	12:15	11:58	10,4	5:45
246	69	Spiekermann, Peter	62	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	M45	42	299	57:31	08:21	11:34	12:24	12:35	12:35	10,4	5:45
247	231	Buchwitz, Benjamin	88	Team Brauchmann	MJA	13	300	57:53	09:03	11:27	11:57	12:40	12:44	10,4	5:47
248	161	Hermes, Peter	53		M50	28	302	58:13	09:31	11:56	11:59	12:19	12:26	10,3	5:49
249	145	Kreckmann, Theo	46	SpVgg Dolberg	M60	5	303	58:23	09:00	11:52	12:20	12:28	12:42	10,3	5:50
250	62	Legemann, Heinz	50	Ahlener Tennis Club 75	M55	16	304	58:26	09:07	11:52	12:17	12:43	12:26	10,3	5:51
251	56	Dieckmann, Thomas	64	*Ahlen	M40	65	306	58:35	08:48	11:56	12:31	12:43	12:36	10,2	5:52
252	374	Lenowski, Peter	60	*Hamm	M45	43	307	58:36	10:13	12:11	11:53	12:04	12:13	10,2	5:52
253	54	Hatton, Thorsten	69	*Ahlen	M35	29	308	58:47	09:27	12:13	12:14	12:38	12:12	10,2	5:53
254	288	Fischer, Carsten	69	Ahlener SG Fußball	M35	30	309	58:49	09:27	12:14	12:14	12:39	12:12	10,2	5:53
255	351	Struckmeier, Reinhard	45	Relax-BSK27	M60	6	310	58:50	09:29	12:14	12:16	12:38	12:11	10,2	5:53
256	363	Weber, Franz-Josef	57	LT Ensp	M50	29	312	59:08	08:43	11:58	12:34	13:05	12:48	10,1	5:55
257	118	Köhler, Thomas	75	*Drensteinfurt	M30	16	313	59:19	10:15	12:17	12:40	12:18	11:48	10,1	5:56
258	321	Gneiser, Oliver	92	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	9	314	59:47	09:04	11:26	11:12	12:41	15:22	10,0	5:59
259	18	Hohenstein, Niklas	98	Team Paulaner Ahlen	MJB	10	315	59:47	10:12	12:25	12:39	12:32	11:57	10,0	5:59
260	77	Hohenstein, Ralf	68	Team Paulaner Ahlen	M35	31	316	59:50	10:12	12:26	12:39	12:32	12:00	10,0	5:59
261	48	Gerling, Manfred	58	TUS Uentrop	M45	44	323	1:00:29	10:17	12:01	11:50	12:49	13:29	9,9	6:03
262	284	Bastendorf, Peter	62	*Bochum	M45	45	324	1:00:38	10:08	12:21	12:40	12:55	12:32	9,9	6:04
263	322	Süzer, Mehmet	90	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	11	326	1:01:51	09:14	12:00	14:03	14:06	12:26	9,7	6:11
264	311	Unkhoff, Andreas	69	Fahrschule Schlüter Ahlen	M35	32	327	1:02:12	10:21	12:56	12:44	13:21	12:47	9,6	6:13
265	318	Hilke, Björn	90	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	12	328	1:02:12	09:09	12:05	14:04	14:06	12:46	9,6	6:13
266	317	Schlüter, Norbert	62	Fahrschule Schlüter Ahlen	M45	46	329	1:02:13	10:21	12:56	12:44	13:21	12:49	9,6	6:13
267	355	Vüllers, Rudolf	54	*Ahlen	M50	30	330	1:02:30	10:08	12:30	12:56	13:30	13:24	9,6	6:15
268	72	Borutta, Günter	39	Post-Telekom e.V. Bielefeld	M65	4	331	1:02:33	09:28	12:21	13:23	13:26	13:54	9,6	6:15
269	309	Stienemeier, Martin	74	Fahrschule Schlüter Ahlen	M30	17	334	1:09:51	10:22	13:15	14:29	15:18	16:25	8,6	6:59
270	314	Winopall, Thorsten	90	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJB	13	337	1:11:05	11:26	13:34	14:39	15:41	15:43	8,4	7:07
271	320	Entrup, Helmut	62	Fahrschule Schlüter Ahlen	M45	47	338	1:11:24	10:20	13:44	15:07	15:30	16:41	8,4	7:08
272	315	Westhues, Tobias	89	Fahrschule Schlüter Ahlen	MJA	14	340	1:24:19	11:26	15:34	17:24	20:05	19:48	7,1	8:26

10km - Gesamtliste

gedruckt 17.12.2007 11:19:53

Frauen

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein*Ort	AK	AK-Pl.	Pos	Zielzeit	1.Rd	2.Rd	3.Rd	4.Rd	5.Rd	km/h	M/km
1	11	Pfeiffer, Ilona	75	LC Solbad Ravensberg	W30	1	7	35:38	05:14	07:28	07:36	07:39	07:39	16,8	3:34
2	253	Schüler, Nina	80	ESV Münster	WHK	1	18	36:40	05:36	07:38	07:45	07:53	07:46	16,4	3:40
3	220	Poppenborg, Friederike	84	ESV Münster	WHK	2	31	38:11	06:04	08:00	08:01	08:02	08:03	15,7	3:49
4	223	Hafenmeyer, Isabel	91	LG Menden	WJB	1	36	38:24	05:44	08:11	08:09	07:58	08:20	15,6	3:50
5	162	Hauertmann, Katharina	76	LSF Münster	W30	2	43	39:03	06:13	08:12	08:12	08:17	08:06	15,4	3:54
6	81	Schücker, Linda	82	LC Paderborn	WHK	3	47	39:04	05:48	08:07	08:15	08:33	08:20	15,4	3:54
7	282	Mozar, Juliane	90	LG Hamm	WJB	2	62	40:12	06:07	08:17	08:30	08:36	08:41	14,9	4:01
8	372	Schmiemann, Petra	56	ESV Münster	W50	1	72	41:31	06:45	08:44	08:42	08:42	08:36	14,5	4:09
9	371	Schmiemann, Sandra	85	ESV Münster	WHK	4	82	42:33	06:53	09:03	08:56	08:55	08:43	14,1	4:15
10	14	Mallmann, Barbara	71	LG Ahlen	W35	1	88	42:52	06:46	09:00	09:02	09:05	08:57	14,0	4:17
11	242	Gusik, Laura	89	*Altena	WJA	1	89	42:52	06:08	09:01	09:15	09:15	09:11	14,0	4:17
12	328	Stegherr, Natalie	65	Viermärkter Dortmund	W40	1	108	44:19	06:52	09:12	09:24	09:29	09:21	13,5	4:26
13	105	Hofmeister, Meike	69	Tri-As Hamm	W35	2	111	44:26	07:00	09:12	09:20	09:31	09:22	13,5	4:27
14	144	Kemper, Caroline	85	SpVgg Dolberg	WHK	5	112	44:26	06:51	09:12	09:26	09:30	09:24	13,5	4:27
15	406	Ludwig, Valérie	92	LSF Münster	WJB	3	118	44:50	06:51	09:24	09:35	09:39	09:19	13,4	4:29
16	263	Rellensmann, Johanna	90	LSF Münster	WJB	4	119	44:51	06:52	09:23	09:36	09:39	09:19	13,4	4:29
17	335	Senske, Sarah	81	LSF Münster	WHK	6	126	45:16	07:07	09:23	09:31	09:30	09:42	13,3	4:32
18	170	Frederking, Annette	60	LG Hamm	W45	1	145	46:32	07:04	09:37	09:53	10:01	09:55	12,9	4:39
19	302	Holtsträter, Marleen	91	TUS Uentrop	WJB	5	155	46:59	07:23	09:42	09:53	10:08	09:51	12,8	4:42
20	131	Heller, Theresa	86	Hochschulsport Münster	WHK	7	158	47:05	07:26	09:47	10:01	10:06	09:43	12,7	4:43
21	101	Koch, Heidi	65	LG Ahlen	W40	2	172	48:04	07:27	10:13	10:13	10:10	10:00	12,5	4:48
22	291	Altefrohe, Jannika	91	LV Oelde	WJB	6	176	48:17	07:08	10:01	10:05	10:35	10:26	12,4	4:50
23	179	Oldenburger, Hildegard	65	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W40	3	186	48:55	07:29	10:04	10:21	10:29	10:30	12,3	4:54
24	20	Alteheld, Jana	89	LG Ahlen	WJA	2	189	49:19	07:27	10:13	10:20	10:36	10:42	12,2	4:56
25	19	Küpper, Susanne	65	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W40	4	191	49:34	07:40	10:04	10:32	10:41	10:37	12,1	4:57
26	180	Nolte, Petra	72	TUS Uentrop	W35	3	195	49:46	08:16	10:24	10:23	10:22	10:20	12,1	4:59
27	169	Kreutzberger, Marianne	57	TUS Uentrop	W50	2	196	49:46	08:16	10:24	10:22	10:22	10:20	12,1	4:59
28	200	Hähnel, Martina	63	Tri-As Hamm	W40	5	208	50:37	08:04	10:23	10:39	10:46	10:44	11,9	5:04
29	313	Scheller, Ricarda	90	Fahrschule Schlüter Ahlen	WJB	7	212	51:03	08:17	10:11	10:27	11:14	10:52	11,8	5:06
30	239	Eickenhorst, Janine	83	Wasser+Freizeit Münster	WHK	8	214	51:04	08:22	10:47	10:45	10:46	10:22	11,7	5:06
31	139	Kemper, Uschi	60	SpVgg Dolberg	W45	2	218	51:16	08:50	10:49	10:27	10:36	10:33	11,7	5:08
32	256	Kraus, Gudrun	58	LG Ahlen	W45	3	221	51:25	07:49	10:40	10:55	11:03	10:57	11,7	5:09
33	183	Mätschke, Andrea	59	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W45	4	223	51:37	08:15	10:50	10:53	11:00	10:37	11,6	5:10
34	167	Heine, Christl	48	Team Erdinger Alkoholfrei	W55	1	224	51:38	08:27	10:51	10:45	10:52	10:41	11,6	5:10
35	40	Albrecht-Sierleja, Astrid	57	RSF Ahlen	W50	3	243	52:50	08:10	11:02	11:05	11:11	11:20	11,4	5:17
36	142	Wohlgemuth, Christine	47	SpVgg Dolberg	W60	1	245	52:57	08:35	11:01	10:57	11:08	11:14	11,3	5:18
37	46	Gaida, Brigitte	65	Ski-Club Beckum	W40	6	253	53:26	08:08	10:51	11:17	11:34	11:34	11,2	5:21
38	82	Wimmelbucker, Halina	53	Delta Studio Ahlen	W50	4	255	53:43	08:23	11:00	11:27	11:28	11:22	11,2	5:22
39	116	Freyberg, Claudia	67	LG Ahlen	W40	7	258	53:49	07:52	11:05	11:22	11:46	11:41	11,1	5:23
40	141	Brehe, Marita	57	SpVgg Dolberg	W50	5	262	54:19	08:50	11:08	11:24	11:31	11:24	11,0	5:26
41	143	Dahmen, Sabine	64	SpVgg Dolberg	W40	8	264	54:30	08:50	11:08	11:24	11:32	11:34	11,0	5:27
41	326	Heßeler, Renate	61	LT Sendenhorst	W45	5	265	54:30	08:30	11:07	11:25	11:48	11:39	11,0	5:27
43	185	Wiggers, Judith	78	Wasser+Freizeit Münster	WHK	9	267	54:49	08:24	11:22	11:39	11:41	11:41	10,9	5:29
44	203	Schefer, Anne	68	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W35	4	276	55:46	09:06	11:33	11:21	11:49	11:55	10,8	5:35
45	245	Schäfer, Manuela	70	*Ahlen	W35	5	279	56:00	08:57	11:28	11:47	12:12	11:35	10,7	5:36
46	84	Müller, Katrin	82	*Ahlen	WHK	10	282	56:05	09:02	11:22	11:41	11:58	12:00	10,7	5:37
47	362	Schroer, Petra	73	*Beckum	W30	3	284	56:08	09:06	11:34	11:29	12:05	11:52	10,7	5:37
48	307	Grote, Imgard	61	LG Oelde/Waldersloh	W45	6	285	56:08	08:41	11:31	11:45	12:03	12:05	10,7	5:37
49	204	Hempelmann, Gaby	62	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W45	7	286	56:08	09:20	11:34	11:34	11:54	11:44	10,7	5:37
50	184	Heinemann, Heike	67	TUS Uentrop	W40	9	290	56:15	09:02	11:37	11:22	11:52	12:20	10,7	5:38
51	341	Schwar, Iris	52	*Ahlen	W55	2	295	57:19	08:49	12:11	11:55	12:13	12:10	10,5	5:44
52	90	Schmidt-Wulle, Petra	56	*Ahlen	W50	6	296	57:24	09:28	11:58	11:52	11:54	12:09	10,5	5:44
53	97	Arendt, Christiane	63	*Ehrenkirchen	W40	10	298	57:28	09:28	11:42	12:02	12:16	11:58	10,4	5:45
54	369	Breer, Antonie	66	LG Ahlen	W40	11	301	58:12	09:48	12:21	12:07	12:15	11:40	10,3	5:49
55	175	Fischer, Christina	73	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W30	4	305	58:35	09:23	11:48	12:04	12:43	12:36	10,2	5:52
56	342	Hochgesandt, Anita	61	*Ahlen	W45	8	311	58:51	08:49	12:14	12:30	12:40	12:35	10,2	5:53
57	181	Fellendorf, Dorte	74	Team Paulaner Ahlen	W30	5	317	59:50	10:12	12:26	12:39	12:32	12:00	10,0	5:59
58	59	Brinkwirth, Martina	64	TUS Uentrop	W40	12	318	1:00:09	10:15	12:24	12:33	12:35	12:21	10,0	6:01
59	202	Smalius, Cornelia	59	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W45	9	319	1:00:20	10:07	12:21	12:40	12:44	12:27	9,9	6:02
60	199	Weiß, Anja	68	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W35	6	320	1:00:21	10:07	12:21	12:40	12:44	12:27	9,9	6:02
61	329	Wiegard, Sabrina	89	Schlüsseldienst	WJA	3	321	1:00:26	09:31	12:17	12:44	13:06	12:46	9,9	6:03
62	122	Gerling, Simone	92	TUS Uentrop	WJB	8	322	1:00:29	10:17	12:01	11:50	12:51	13:28	9,9	6:03
63	338	Pawlowski, Silvia	58	TVE Ahlen	W45	10	325	1:01:47	09:48	12:41	13:03	13:00	13:12	9,7	6:11
64	337	Mejauschek, Bärbel	55	TV Einigkeit Ahlen	W50	7	332	1:02:45	09:48	12:42	13:04	13:31	13:39	9,6	6:17
65	378	Schimak, Beate	62	*Ennigerloh	W45	11	333	1:08:51	10:39	14:26	14:28	14:57	14:19	8,7	6:53
66	198	Domnick, Marianne	61	LT Stadt-Anzeiger/LG Ahlen	W45	12	335	1:09:55	11:19	14:16	14:47	14:51	14:39	8,6	7:00
67	364	Bake, Miriam	93	TUS Uentrop	WJB	9	336	1:10:25	11:22	13:45	14:50	15:07	15:19	8,5	7:03
68	350	Durante, Rebecca	82	*Ahlen	WHK	11	339	1:11:36	10:14	14:20	14:33	14:52	17:35	8,4	7:10