

## Ergebnisse Männer

Pos	St-Nr	Name	JG	Verein/*Ort	AK	Platz AK	Platz	Endzeit	M/k
1	78	Hille, Pascal	83	Laufsportfreunde Münster/-	MHK	1	1	0:33:16	3:19
2	10	Beulertz, Andreas	86	LG Hamm/-	MHK	2	2	0:33:36	3:21
3	7	Quent, Simon	90	Marathon-Club Menden/-	MHK	3	3	0:33:54	3:23
4	283	Gottwald, Timo	94	SV Teuto Riesenbeck/-	MJB	1	4	0:34:28	3:26
5	350	Kelker, Ruben	85	Club Diab Shalabi Trucks/-	MHK	4	5	0:34:47	3:28
6	224	Schönherr, David	89	PV Triathlon Witten/-	MHK	5	6	0:34:47	3:28
7	266	Kulke, David	89	LSF Münster/-	MHK	6	7	0:34:47	3:28
8	9	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club Menden/-	MHK	7	8	0:34:55	3:29
9	305	Osman, Ibrahim	94	LSF Münster/-	MJB	2	9	0:35:21	3:32
10	255	Scheffer, Marc	89	ESV Münster/-	MHK	8	10	0:35:27	3:32
11	143	Schaus, Michel	92	TRC Essen 84/Essen	MJA	1	11	0:35:38	3:33
12	63	Gems, Christian	88	Laufsportfreunde Münster/-	MHK	9	12	0:35:48	3:34
13	353	Schulte, Stephan	65	Team Fuhrig/-	M45	1	13	0:35:54	3:35
14	118	Marquardt, Christof	68	BSG Sparkasse Münsterland Ost/Welveln	M40	1	14	0:36:27	3:38
15	13	Quent, Fabian	90	Marathon-Club Menden/-	MHK	10	15	0:36:47	3:40
16	351	Tebbe, Sebastian	92	TSVE 1890 Bielefeld/-	MJA	2	16	0:36:59	3:41
17	275	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club Menden/-	MJB	3	17	0:37:01	3:42
18	226	Häßler, Peter	69	LV Oelde/-	M40	2	18	0:37:04	3:42
19	258	Prinz, Oliver	67	LSF Münster/Nordwalde	M40	3	19	0:37:05	3:42
20	88	Kaminski, Damian	89	SFD 75 Düsseldorf/-	MHK	11	21	0:37:24	3:44
21	230	Farhat, Malik	96	LG Hamm/-	MJB	4	22	0:37:32	3:45
22	171	van der Velde, Markus	65	Laufsportfreunde Münster/-	M45	2	23	0:37:40	3:45
23	322	Kenter, Oliver	80	TV Flerke/Lippstadt	M30	1	25	0:37:57	3:47
24	352	Peschke, Marcus	71	Marathon Soest/-	M40	4	27	0:38:13	3:49
25	77	Henke, Jan	91	SV Lippstadt 08/-	MHK	12	28	0:38:20	3:49
26	85	John, Philipp	88	Tri-Club Paderborn/-	MHK	13	29	0:38:29	3:50
27	250	Baumann, Karl-Heinz	64	Gevelsberg/Gevelsberg	M45	3	30	0:38:47	3:52
28	75	Haverkamp, Andre	88	LG EMS Warendorf/-	MHK	14	31	0:38:47	3:52
29	112	Leonhardt, Oliver	64	LV Oelde/-	M45	4	32	0:38:49	3:52
30	277	Ziegler, Marc	72	LSF Münster/-	M35	1	33	0:38:55	3:53
31	154	Schuler, Mirko	73	Road-Runners Ahlen/-	M35	2	34	0:38:57	3:53
32	239	Buntenkötter, Achim	68	LV Oelde/-	M40	5	35	0:38:58	3:53
33	282	Stripper, Uli	59	LV Oelde/Beckum	M50	1	36	0:38:59	3:53
34	257	Pösentrup, Ludger	62	LSF Münster/Münster	M45	5	37	0:39:02	3:54
35	287	Nieländer, Andreas	67	LG Ahlen/-	M40	6	38	0:39:02	3:54
36	321	Küpper, Daniel	93	LG Ahlen/-	MJA	3	40	0:39:15	3:55
37	276	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club Menden/-	MJB	5	41	0:39:41	3:58
38	105	Kremer, Markus	73	LG Ahlen/Ahlen	M35	3	42	0:39:44	3:58
39	236	Kemper, Andreas	60	LV Oelde/-	M50	2	43	0:39:45	3:58
40	129	Patrick, Tille	83	Ahlen/Ahlen	MHK	15	44	0:39:52	3:59
41	100	Kothe, Wolfgang	63	SpVgg Dolberg/-	M45	6	45	0:39:56	3:59
42	296	Gottwald, Dieter	62	SV Teuto Riesenbeck/-	M45	7	46	0:40:02	4:00
43	304	Schlenkhoff, Moritz	85	LSF Münster/-	MHK	16	47	0:40:04	4:00
44	64	Glowacki, Dennis	88	Wiinsdorf/Münster	MHK	17	48	0:40:06	4:00
45	123	Mesken, Daniel	61	LG Ahlen/Ahlen	M50	3	49	0:40:14	4:01
46	38	Baierl, Stefan	74	SpVgg Dolberg/-	M35	4	50	0:40:15	4:01
47	48	Boriesosdick, Jan	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	4	51	0:40:28	4:02
48	86	Junker, Holger	69	KKM Ahlen/-	M40	7	52	0:40:40	4:03
49	146	Scherlitz, Mirko	76	Road-Runners Ahlen/-	M35	5	53	0:40:44	4:04
50	320	Lemke, Sebastian	81	ESV Münster/-	M30	2	54	0:40:50	4:04
51	309	Holtsträter, Ingo	67	TuS Uentrop/Hamm	M40	8	55	0:40:54	4:05
52	323	Schulte, Heinz-Jürgen	58	LV Oelde/-	M50	4	56	0:41:13	4:07
53	286	Fischer, Christian	74	TV Beckum/Beckum	M35	6	57	0:41:19	4:07
54	264	Klein, Sebastian	87	LSF Münster/Münster	MHK	18	58	0:41:19	4:07
55	59	Fischer, Dr. Arne	68	Laufsportfreunde Münster/-	M40	9	60	0:41:27	4:08
56	67	Gosda, Ralf	62	LG Ahlen/Ahlen	M45	8	61	0:41:29	4:08
57	36	Austermann, Lutz	68	Sendenhorst/Sendenhorst	M40	10	62	0:41:29	4:08

## Ergebnisse Männer

Pos	St-Nr	Name	JG	Verein/*Ort	AK	Platz AK	Platz	Endzeit	M/k
58	99	Kordes, Karsten	80	Road-Runners Ahlen/-	M30	3	63	0:41:34	4:09
59	314	Griesbaum, Norbert	56	LT Brechten Dortmund/-	M55	1	64	0:41:36	4:09
60	103	Kraul, Malte	90	Ahlen/-	MHK	19	65	0:41:56	4:11
61	139	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn/-	MJB	6	66	0:42:02	4:12
62	168	Theil, Michael	66	LG Deiringsen/-	M45	9	67	0:42:12	4:13
63	278	Schimmel, Kai	93	Marathon-Club Menden/-	MJA	5	69	0:42:27	4:14
64	357	Rothfeld, Werner	59	LG Oelde/Wadersloh/-	M50	5	71	0:42:33	4:15
65	134	Portela, Luis	61	LG Oelde/Wadersloh/-	M50	6	72	0:42:45	4:16
66	56	Erdmann, Berni	55	LV Oelde/-	M55	2	73	0:42:52	4:17
67	232	Knepper, Bernd	67	LV Oelde/-	M40	11	74	0:42:58	4:17
68	295	Striewski, Gerhard	53	Löhne/-	M55	3	76	0:43:11	4:19
69	107	Lange, Johannes	99	Ahener SG Fußball/-	MJB	7	77	0:43:22	4:20
70	237	Borghoff, Fabian	82	Rockn Roll Stormtrooper/-	MHK	20	78	0:43:23	4:20
71	339	Perschke, Frank	62	Schiedsrichter Hamm/-	M45	10	79	0:43:25	4:20
72	312	Link, Stefan	87	ASC Ahlen/-	MHK	21	80	0:43:26	4:20
73	114	Link, Sebastian	84	Team Paulaner Ahlen/Dortmund	MHK	22	81	0:43:27	4:20
74	290	Wiegard, Klaus	57	Schlüsseldienst/Ahlen	M50	7	83	0:43:30	4:20
75	268	Scheel, Michael	68	LSF Münster/-	M40	12	84	0:43:30	4:20
76	382	Korzonneh, Jörg	65	RC Endspurt Herford/-	M45	11	86	0:43:45	4:22
77	136	Redemeyer, Bernd	67	Lippe-Hockey-Hamm/Ahlen	M40	13	87	0:43:51	4:23
78	90	Kiene, Andreas	69	SSV Hamm/-	M40	14	88	0:44:01	4:24
79	174	Walther, Wilhelm	59	TuS Uentrop/Hamm	M50	8	89	0:44:09	4:24
80	52	Deimann, Stefan	69	Lauffreunde Bönen/Unna	M40	15	90	0:44:12	4:25
81	89	Kehne, Daniel	90	ATP-Streckenschleicher/Ahlen	MHK	23	91	0:44:15	4:25
82	318	Wiebrock, Franz Josef	61	LG Burg Wiedenbrück/-	M50	9	92	0:44:17	4:25
83	121	May, Detlev	74	Ahlen/-	M35	7	93	0:44:20	4:25
84	303	Möllers, Marwin	98	Hittorf Gymnasium  Münster/-	MJB	8	94	0:44:20	4:25
85	325	Brehe, Matthias	86	SpVgg Dolberg/-	MHK	24	96	0:44:28	4:26
86	338	Kiehn, Matthias	87	-/-	MHK	25	97	0:44:34	4:27
87	269	Werbunat, Lothar	64	LG Hamm/Lippetal	M45	12	99	0:44:40	4:27
88	133	Pollmeier, Juergen	67	LG Ahlen/-	M40	16	100	0:44:45	4:28
89	149	Schmidt, Christian	72	WSU Warendorf/-	M35	8	101	0:44:46	4:28
90	279	Wolf, Leon	95	Marathon-Club Menden/-	MJB	9	103	0:44:51	4:29
91	246	Andreas, Epkenhans	72	LG Burg/Rheda	M35	9	104	0:44:57	4:29
91	342	Epkenhans, Andreas	72	LG Burg/-	M35	9	104	0:44:57	4:29
93	82	Huneke, Frank	67	SpVgg Dolberg/-	M40	17	106	0:44:57	4:29
94	164	Stefan, Kisolowski	89	Bundespolizei/Ahlen	MHK	26	107	0:45:05	4:30
94	336	Kisolowski, Stefan	89	Bundespolizei/-	MHK	26	107	0:45:05	4:30
96	294	Lübbert, Oliver	64	TriFinish Münster/-	M45	13	109	0:45:20	4:31
97	138	Rieping, Ingo	69	Beckum/Beckum	M40	18	110	0:45:43	4:34
98	34	Aschwer, Hermann	47	Tri-As Hamm/-	M60	1	111	0:45:48	4:34
99	343	Lagemann, Maik	75	LG Emsdetten/-	M35	11	112	0:46:05	4:36
100	46	Bode, Joachim	57	Ski-Club Beckum/Beckum	M50	10	113	0:46:06	4:36
101	341	Tripp, Christian		ASC Ahlen/-		0	114	0:46:14	4:37
102	153	Schröer, Martin	65	Tri-As Hamm/Ascheberg	M45	14	115	0:46:23	4:38
103	238	Gerke, Henrik	91	Köln/-	MHK	28	116	0:46:23	4:38
104	155	Schulte, Ulrich	55	SpVgg Dolberg/-	M55	4	117	0:46:29	4:38
105	177	Wensing, Stephan	79	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	M30	4	118	0:46:36	4:39
106	310	Drude, Wolfgang	67	-/-	M40	19	120	0:46:44	4:40
107	354	Walter, Martin	57	Marathon Soest/-	M50	11	121	0:46:54	4:41
108	132	Philips, Josef	50	LG Ems/SC DJK Everswinkel/-	M60	2	122	0:46:57	4:41
109	284	Wulf, Markus	72	-/Ahlen	M35	12	123	0:46:58	4:41
110	173	Victor, Holger	68	GW Gelmer Münster/-	M40	20	124	0:47:02	4:42
111	240	Brinkschneider, Benedikt	67	Beckum/-	M40	21	125	0:47:10	4:42
112	68	Graeber, Jürgen	47	DJK Sparta Langenhagen/-	M60	3	126	0:47:12	4:43
113	137	Reger, Thomas	63	Delta-Lauftreff Ahlen/-	M45	15	127	0:47:15	4:43
114	313	Diacksmeier, Olivar	77	LG Ahlen/-	M30	5	129	0:47:17	4:43

## Zehn Kilometer Volks- und Straßenlauf

gedruckt 17.12.2011 06:28:43

Seite/Page 3/5

## Ergebnisse Männer

Pos	St-Nr	Name	JG	Verein/*Ort	AK	Platz AK	Platz	Endzeit	M/k
115	243	Kalus, Tobias	96	LV Oelde/-	MJB	10	130	0:47:21	4:44
116	51	Colbatzky, Frank	66	Delta-Lauftreff Ahlen/-	M45	16	131	0:47:23	4:44
117	101	Koutsky, Karsten	84	Tri-Club Wuppertal/-	MHK	29	132	0:47:25	4:44
118	39	Beier, Hubertus	65	1. FC Tönnishäuschen e.V./-	M45	17	134	0:47:26	4:44
119	126	Müller, Olaf	65	Delta-Lauftreff Ahlen/Ahlen	M45	18	135	0:47:30	4:44
120	344	Wrobel, Ulrich	59	Lauffreunde Bönen/-	M50	12	136	0:47:45	4:46
121	151	Schott, Danny	97	LG Ahlen/-	MJB	11	138	0:48:12	4:49
122	93	Kirschke, Thomas	64	Ahlen/-	M45	19	139	0:48:19	4:49
123	249	Berghoff, Reinhard	56	SpVgg Dolberg/-	M55	5	140	0:48:25	4:50
124	260	Tripp, Jochen	75	Ahlen/-	M35	13	141	0:48:28	4:50
125	179	Willingmann, Todt G.	65	Night-Runners Hamm/Hamm	M45	20	142	0:48:37	4:51
126	316	Niehues, Henk	92	-/-	MJA	6	143	0:48:42	4:52
127	104	Kreher, Patrick	82	Münster/Münster	MHK	30	144	0:48:49	4:52
128	328	Flöter, Rolf	54	TV Flerke/Soest	M55	6	147	0:48:54	4:53
129	57	Fechner, Guido	71	Westfalia Vorhelm/Ahlen/Vorhelm	M40	22	148	0:48:56	4:53
130	122	Menzel, Olaf	68	Gevelsberg/Gevelsberg	M40	23	149	0:48:59	4:53
131	150	Schmillenkamp, Dieter	38	LV Oelde/Oelde	M70	1	150	0:49:04	4:54
132	80	Horn-Angsmann, Holger	69	ASC Ahlen/-	M40	24	151	0:49:09	4:54
133	163	Sonntag, Jonah		Ahener SG Handball/-	MJB	12	152	0:49:10	4:54
134	242	Schomacher, Hermann	51	Fahrschule Schlüter/-	M60	4	153	0:49:23	4:56
135	87	Kaldewei, Christoph	48	LG Ahlen/-	M60	5	154	0:49:28	4:56
136	245	Rother, Philipp	78	LG Burg/Rheda	M30	6	155	0:49:32	4:57
137	326	Hellmund, Philip	96	RSF Ahlen/-	MJB	13	156	0:49:36	4:57
138	333	Baltrusch, Torsten	66	LC Solbad Ravensberg/-	M45	21	157	0:49:42	4:58
139	106	Kühr, Heiner	66	Porta Westfalica/-	M45	22	158	0:49:43	4:58
140	340	Henke, Jürgen	61	Industrie Ahener - u. Wirtschaftsclub/-	M50	13	159	0:49:50	4:58
141	128	Nieddu, Carmelo	73	SpVgg Dolberg/-	M35	14	160	0:50:03	5:00
142	102	Koutsky-Noreikat, Kai	80	Ahlen/-	M30	7	162	0:50:34	5:03
143	315	Stutembäumer, Stefan	59	-/-	M50	14	163	0:50:34	5:03
144	311	Grünenberg, Andreas	65	-/-	M45	23	164	0:50:46	5:04
145	54	Dobschanski, Ralf	61	Ahener SG/-	M50	15	165	0:50:58	5:05
146	119	Mathewson, Ian	59	TSVE 1890 Bielefeld/Bielefeld	M50	16	166	0:50:58	5:05
147	157	Schwarte, Frank	73	LG Ahlen/-	M35	15	167	0:51:00	5:05
148	65	Göhausen, Fabian	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	7	170	0:51:26	5:08
149	166	Stemmer, Jürgen	64	Olfe-Schnecken Ahlen/-	M45	24	171	0:51:33	5:09
150	186	Ziese, Bernd	63	Münster/-	M45	25	172	0:51:39	5:09
151	307	Schweer, Jörg	64	Vorwärts Ahlen/-	M45	26	174	0:52:06	5:12
152	160	Simon, Kneuper	62	Fahrschule Schlüter/Ahlen	M45	27	175	0:52:20	5:13
153	289	Omielewski, Andreas	72	-/-	M35	16	176	0:52:23	5:14
154	332	Henning, John Hans	55	WSU Warendorf/-	M55	7	177	0:52:38	5:15
155	152	Schott, Frank	67	LG Ahlen/-	M40	25	179	0:52:43	5:16
156	124	Michelis, Konrad	48	SuS Enniger/-	M60	6	181	0:53:02	5:18
157	302	Möllers, Günter	57	Segelfluggruppe Münster/-	M50	17	182	0:53:12	5:19
158	145	Schenkel, Horst	72	Ahlen/-	M35	17	183	0:53:20	5:19
159	71	Hahn, Tobias	73	LG Olympia Dortmund/Dortmund	M35	18	185	0:53:26	5:20
160	324	Vielhaber, Ralf	61	-/-	M50	18	187	0:53:56	5:23
161	347	Wittenbring, Eckhard	50	ASC Triathlon/-	M60	7	188	0:54:00	5:23
162	162	Sommer, Berthold	65	Lauffreunde Bönen/Bönen	M45	28	192	0:55:07	5:30
163	40	Beier, Thomas	63	Ahlen/-	M45	29	193	0:55:21	5:32
163	165	Stemmer, Jan	96	LG Ahlen/-	MJB	14	193	0:55:21	5:32
165	184	Wollny, Manfred	50	Soest/-	M60	8	195	0:55:26	5:32
166	233	Klösener, Sven	80	Fahrschule Schlüter/-	M30	8	197	0:56:13	5:37
167	301	Kubitz, Peter	54	Runners Club/BSV Roxel/Münster	M55	8	198	0:56:29	5:38
168	291	Riesenbeck, Frank	69	LaufTreff Stadt Ahlen/Ahlen	M40	26	199	0:56:32	5:39
169	244	Kleeberg, Bernd	61	Koetter Speed Team/-	M50	19	200	0:56:34	5:39
170	299	Wilmes, Kevin	94	Ahlen/-	MJB	15	201	0:56:38	5:39
171	337	Kiehn, Michael	54	-/-	M55	9	202	0:56:39	5:39

## Ergebnisse Männer

Pos	St-Nr	Name	JG	Verein/*Ort	AK	Platz AK	Platz	Endzeit	M/k
172	175	Wartala, Andreas	68	Beckum/Beckum	M40	27	203	0:56:49	5:40
173	62	Gehres, Dennis	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	8	205	0:56:50	5:40
174	300	Schmeing, Ralf	60	LSF Münster/-	M50	20	206	0:56:52	5:41
174	298	Hylsky, Marcel	75	Ahlen/-	M35	19	206	0:56:52	5:41
176	96	Knipping, Björn	80	Road-Runners Ahlen/-	M30	9	208	0:56:52	5:41
177	42	Biehs, Steffen	90	ATP-Streckenschleicher/Ahen	MHK	31	210	0:57:05	5:42
178	73	Hammelmann, Thomas	82	TuS Westfalia Vorhelm/-	MHK	32	211	0:57:10	5:42
179	156	Schürbüscher, Timo	97	Road-Runners Ahlen/-	MJB	16	212	0:57:18	5:43
180	58	Fillinger, Jan	84	Road-Runners Ahlen/-	MHK	33	213	0:57:36	5:45
181	81	Hövelberend, Harald	71	Neubeckum/-	M40	28	216	0:58:36	5:51
182	113	Liewald, Reinhard	53	Sendenhorst/-	M55	10	217	0:58:40	5:51
183	31	Acar, Benjamin	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	9	218	0:59:18	5:55
184	345	Keimphoff, Peter	63	-/-	M45	30	219	0:59:45	5:58
185	349	Rielmann, Markus	70	Sendenhorst/Sendenhorst	M40	29	220	0:59:45	5:58
185	346	Brünemann, Dirk	67	-/-	M40	29	220	0:59:45	5:58
187	125	Mola, Suat	73	Ennepetal/Ennepetal	M35	20	222	1:00:13	6:01
188	147	Schlichtmann, Ingo	74	SV Rinkerode/-	M35	21	223	1:00:24	6:02
189	270	Runge, Thomas	58	LaufTreff Stadt Ahlen/Ahlen	M50	21	224	1:00:34	6:03
190	37	Baffa, Martin	63	-/-	M45	31	225	1:00:48	6:04
191	131	Petersen, Tristan	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	10	227	1:04:01	6:24
192	41	Berghoff, Daniel	82	SpVgg Dolberg/Ahlen	MHK	34	228	1:04:02	6:24
193	253	Westhues, Tobias	89	Ahlen/-	MHK	35	229	1:06:10	6:37
194	49	Bozer, Tolga	92	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	MJA	11	230	1:08:05	6:48
195	308	Nakielski, Manfred	42	Delta Studio Käpper/-	M65	1	233	1:17:48	7:46

## Ergebnisse Frauen

Pos	St-Nr	Name	JG	Verein/*Ort	AK	Platz AK	Platz	Endzeit	M/k
1	25	Lüring, Sandra	88	ESV Münster/Münster	WHK	1	20	0:37:05	3:42
2	331	Straeten, Frederike	92	LG Ratio Münster/-	WJA	1	24	0:37:40	3:45
3	26	Bienstein, Heike	86	LG Olympia Dortmund/-	WHK	2	26	0:37:58	3:47
4	271	Rellensmann, Johanna	90	LSF Münster/-	WHK	3	39	0:39:03	3:54
5	256	Kümpers, Julia	92	ESV Münster/-	WJA	2	59	0:41:24	4:08
6	30	Valerius, Carmen	86	LG Ahlen/Nürnberg	WHK	4	68	0:42:18	4:13
7	28	Rodloff, Gudrun	65	LG Hamm/Lippetal	W45	1	70	0:42:33	4:15
8	210	Nicolaus, Jule	89	TSVE 1890 Bielefeld/-	WHK	5	75	0:43:09	4:18
9	327	Schmiemann, Saskia	91	SV Teuto Riesenbeck/Hörstel	WHK	6	82	0:43:28	4:20
10	292	Meiser, Dr. Corinna	73	LSF Münster/-	W35	1	85	0:43:31	4:21
11	330	Lillack, Charlotte	93	LG Ratio Münster/Dülmen	WJA	3	95	0:44:24	4:26
12	231	Kalläne, Bettina	78	LV Oelde/-	W30	1	98	0:44:37	4:27
13	219	Sandkühler - Daniel, Dor	65	LV Oelde/-	W45	2	102	0:44:49	4:28
14	215	Pfannkuche, Melanie	74	SpVgg Dolberg/-	W35	2	119	0:46:38	4:39
15	196	Hämmerling, Susanne	78	Road-Runners Ahlen/-	W30	2	128	0:47:17	4:43
16	228	Rammert, Uschi	68	LV Oelde/Oelde	W40	1	133	0:47:25	4:44
17	252	Sumpmann, Vanessa	93	SpVgg Dolberg/-	WJA	4	137	0:47:55	4:47
18	212	Oldenburger, Hilla	65	Delta-Lauftreff Ahlen/Ahlen	W45	3	145	0:48:52	4:53
19	329	Flöter, Anja	67	TV Flerke/Soest	W40	2	146	0:48:53	4:53
20	335	Fischer, Jeannette	93	TC Blau- Weiß 23 Ahlen/-	WJA	5	161	0:50:10	5:00
21	195	Hammelmann, Stefanie	85	TuS Westfalia Vorhelm/-	WHK	7	168	0:51:03	5:06
22	293	Heuer, Monika	72	WSU Warendorf/-	W35	3	169	0:51:10	5:06
23	306	Gonzales Garuia, Franci	71	Vorwärts Ahlen/-	W40	3	173	0:52:06	5:12
24	235	Siemon, Katja	66	Hamm/Hamm	W45	4	178	0:52:42	5:16
25	206	Maack, Loraine	97	LG Ahlen/-	WJB	1	180	0:52:47	5:16
26	205	Lindtner, Beate	72	Münster/-	W35	4	184	0:53:25	5:20
27	204	Lange, Andrea	67	Ahlen/-	W40	4	186	0:53:47	5:22
28	209	Mätschke, Andrea	59	Delta-Lauftreff Ahlen/-	W50	1	189	0:54:36	5:27
29	334	Kötter, Eva	69	LC Solbad Ravensberg/-	W40	5	190	0:54:38	5:27
30	319	Marx Tecel, Sara	55	-/-	W55	1	191	0:55:03	5:30
31	297	Maschelski, Elke	62	SpVgg Dolberg/Ahlen	W45	5	196	0:55:48	5:34
32	227	Heine, Christl	48	Team Erdinger Alkoholfrei/Wolfenbüttel	W60	1	204	0:56:50	5:40
33	193	Gummich, Anke Aurelia	85	Ahlen/-	WHK	8	209	0:57:01	5:42
34	251	Bindszus, Bettina	68	LaufTreff Stadt Ahlen/-	W40	6	214	0:58:24	5:50
35	288	Kläsener, Hedwig	66	LG Ahlen/Ahlen	W45	6	215	0:58:24	5:50
36	221	Steinweg, Gisela	55	DJK Grün-Weiß-Werl/Werl	W55	2	226	1:02:57	6:17
37	213	Overwaul, Julia	93	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	WJA	6	231	1:10:14	7:01
38	197	Happe, Jana	93	Städtisches Gymnasium Ahlen/-	WJA	7	232	1:14:18	7:25