

**ERGEBNISLISTE****59. Nikolauslauf**

am 4. Dezember 2022 auf der Erpeler-Ley

Ausrichter: TuS Erpel 1911

weibliche und männliche Kinder W5 und M5 und jünger	320 m
weibliche und männliche Kinder W6-W9 und M6-M9	965 m
weibliche und männliche Kinder/Jugend W10-W15 und M10-M15	1.575 m
weibliche und männliche Jugend U18/U20	3.150 m
Frauen W und Männer M	3.150 m
Seniorinnen W30-W80 und Senioren M30-M80	3.150 m
Frauen W und Männer M	9.450 m
Seniorinnen W30-W80 und Senioren M30-M80	9.450 m

**AK-Wertung Mädchen/Jungen bis W5/M5 über 320m**

Platz	StNr	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit
<b>Kinder W2</b>						
1.	110	Leonie Elfenberger	2020	w	SV Buchholz	00:03:41
<b>Kinder W3</b>						
1.	106	Mia Schroeter	2019	w	TV Sinzig 08 e.V.	00:03:25
2.	112	Lara Waibel	2019	w	TV Eiche	00:04:07
<b>Kinder M3</b>						
1.	104	Paul Jacobs	2019	m	TV Sinzig 08 e.V.	00:01:04
<b>Kinder W4</b>						
1.	113	Domitilla Corazza	2018	w	Selbstläufer SV Altenahr	00:01:51
2.	114	Nora Kramer	2018	w		00:03:54
<b>Kinder M4</b>						
1.	115	Leo Kramer	2018	m		00:02:05
2.	116	Leo Lautwein	2018	m		00:02:10
3.	109	David Lahr	2018	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:02:35
<b>Kinder W5</b>						
1.	100	Feli Limbeck	2017	w		00:01:26
2.	102	Franziska Stähler	2017	w	M5K Unkel	00:01:33
3.	107	Sofia Vogel	2017	w		00:02:02
<b>Kinder M5</b>						
1.	101	Jonas Schell	2017	m		00:01:23
2.	111	Felix Elfenberger	2017	m	SV Buchholz	00:01:45

**AK-Wertung Kinder M6/W6 bis M9/W9 über 965m**

Platz	StNr	Name	Jahrq.	m/w	Verein	Zeit
<b>Kinder W6</b>						
1.	203	Zoe Limbeck	2016	w		00:05:24
2.	211	Marie Reents	2016	w	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:05:34
<b>Kinder W7</b>						
1.	230	Loreen Effenberger	2015	w	SV Windhagen	00:04:55
2.	200	Melina Huckenbeck	2015	w	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:04:58
3.	218	Frida Scheuler	2015	w	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:05:30
3.	240	Liana Quandt	2015	w	SSG Königswinter	00:05:30
5.	222	Finja Philips	2015	w	SSG Königswinter	00:05:31
<b>Kinder M7</b>						
1.	236	Leo Lesum	2015	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:04:30
2.	238	Konstantin Frömbgen	2015	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:04:40
3.	204	Felix Schell	2015	m		00:05:14
<b>Kinder W8</b>						
1.	227	Luisa Mielke	2014	w	VfB 1920 Linz e. V.	00:04:33
2.	215	Jule Groß	2014	w	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:05:01
3.	237	Hannah Lahr	2014	w	VfB 1920 Linz e. V.	00:05:25
<b>Kinder M8</b>						
1.	206	Leonard Stähler	2014	m	M5K Unkel	00:04:14
2.	212	Alexander Reents	2014	m	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:04:29
3.	214	Aaron Dung	2014	m		00:04:45
4.	213	John-Luca Sieber	2014	m	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:05:04
5.	241	Jan Kramer	2014	m	Rheinbreitbach	00:05:37
<b>Kinder W9</b>						
1.	208	Lea Janßen	2013	w	SSG Königswinter	00:04:03
2.	216	Lotte Groß	2013	w	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:04:09
3.	205	Marlene Buhr	2013	w	LG Rhein Wied	00:04:19
<b>Kinder M9</b>						
1.	209	Felix Reichert	2013	m	SSG Königswinter	00:04:33
2.	239	Tim Waibel	2013	m	TV Eiche	00:05:12
3.	217	Mats Stahl	2013	m	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:05:20

**AK-Wertung Schüler bis M10/W10 bis M15/W15 über 1.575m**

Platz	StNr	Name	Jahrq.	m/w	Verein	Zeit
<b>Kinder W10</b>						
1.	330	Helena Phillips	2012	w	SSG Königswinter	00:07:01
2.	303	Lara Hoffmann	2012	w	LG Rhein Wied	00:07:42
3.	326	Emily Albert	2012	w	SSG Königswinter	00:09:31
4.	351	Marlene Effenberger	2012	w	SV Windhagen	00:11:13
<b>Kinder M10</b>						
1.	335	Jannes Gosing	2012	m	TSV Gau-Odernheim	00:06:00
2.	337	Janis Fabig	2012	m	TuS Hachenburg	00:06:26
3.	304	Karl Born	2012	m	M5K Unkel	00:06:43
4.	329	Piet Einbrodt	2012	m	SSG Königswinter	00:07:56
5.	355	Peter Becker	2012	m	TV Sinzig 08 e.V.	00:44:46
<b>Kinder W11</b>						
1.	352	Elea Fladung	2011	w	SV Windhagen	00:07:12
2.	331	Fine Schellinger	2011	w	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:07:15
3.	347	Malou Nietzard	2011	w	VfB 1920 Linz e. V.	00:07:51
4.	321	Safiyya El-Liazidi	2011	w	SSG Königswinter	00:08:24
5.	320	Carlotta Kampa	2011	w	SSG Königswinter	00:09:18

<b>Kinder M11</b>							
1.	319	Moritz Ivo	2011	m	SSG Königswinter	00:06:55	
2.	346	Robert Wengert	2011	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:07:14	
3.	334	Runar Kneutgen	2011	m	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:07:26	
4.	318	Alexander Lange	2011	m	SSG Königswinter	00:07:41	
5.	359	David Frömbgen	2011	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:07:53	
6.	316	Aris Erbe	2011	m	SSG Königswinter	00:08:15	
7.	344	Jonas Waldek	2011	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:08:53	

<b>Jugend W12</b>							
1.	313	Yasmine El-Liazidi	2010	w	SSG Königswinter	00:07:29	
2.	360	Eva Franzen	2010	w	Bad Honnef	00:07:41	
3.	314	Ronja Klingelhofer	2010	w	SSG Königswinter	00:08:25	
4.	315	Aurelia Wolle	2010	w	SSG Königswinter	00:08:26	

<b>Jugend M12</b>							
1.	358	Noah Wördemann	2010	m	SF Aegidienberg	00:06:03	
2.	348	Lennox Nietzard	2010	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:07:48	
3.	357	Max Schlösser	2010	m	SF Aegidienberg	00:07:58	

<b>Jugend W13</b>							
1.	311	Klara Ivo	2009	w	SSG Königswinter	00:05:37	
2.	356	Helene Leimkühler	2009	w	TV Sinzig 08 e.V.	00:06:28	

<b>Jugend M13</b>							
1.	338	Timo Krein	2009	m	TV Königswinter	00:05:30	
2.	342	Ben Schmitt	2009	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:06:58	
3.	350	Nils Kandels	2009	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:07:29	

<b>Jugend M14</b>							
1.	353	Daniel Koller	2008	m	SSG Königswinter	00:05:45	
2.	345	Tim Weiler	2008	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:06:35	
3.	343	Daniel Waldek	2008	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:06:38	
4.	354	Jan Höwer	2008	m	SSG Königswinter	00:06:45	

<b>Jugend W15</b>							
1.	333	Julie Gansemer	2007	w	TuS Dierdorf 1893 e.V.	00:07:04	
2.	332	Elisa Dambmann	2007	w	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:09:46	

<b>Jugend M15</b>							
1.	341	Thomas Schmitt	2007	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:06:37	

## AK-Wertung Lauf über 3.150m ab Jugend U18/U20

	Platz	StNr	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit
<b>Jugend M16</b>							
	1.	430	Pepe Schaffrath	2006	m	Leichtathletikverein Bad	00:11:33
	2.	432	Thomas Bensch	2006	m	VfB 1920 Linz e.V.	00:13:14
	3.	426	Jan-Luca Wördemann	2006	m	SF Aegidienberg	00:13:33

<b>Jugend W17</b>							
	1.	424	Lisa Schunk	2005	w	TV Sinzig 08 e.V.	00:16:05

<b>Jugend W18</b>							
	1.	413	Hannah Geisen	2004	w	DJK Ochtendung	00:11:37

<b>Jugend M18</b>							
	1.	401	Julius Kölbach	2004	m	LG Sieg	00:10:34

<b>Männer</b>							
	1.	428	Ilyas Boulmane	2001	m	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:12:01
	2.	406	Karl Philipp Stein	2000	m	TuS Ahrweiler	00:12:14

<b>Frauen</b>							
	1.	407	Sandra Teller	1997	w	DJK Ochtendung	00:11:19
	1.	414	Nele Siebert	2001	w	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:11:19

<b>Senioren M35</b>						
1.	422	Johannes Quandt	1987	m		00:17:26
<b>Senioren M40</b>						
1.	423	Sebastian Schroeter	1982	m	TV Sinzig 08 e.V.	00:12:06
<b>Seniorinnen W40</b>						
1.	429	Tina Lahr	1982	w	VfB 1920 Linz e. V.	00:17:41
<b>Seniorinnen W45</b>						
1.	412	Bettina Huckenbeck	1973	w		00:18:36
2.	431	Nadia Waibel	1976	w	Buchholz	00:19:55
<b>Senioren M50</b>						
1.	433	Germano Corazza	1972	m	Selbstläufer SV Altenahr	00:11:09
2.	411	Norbert Schneider	1968	m	Milers Colonia 2020	00:11:39
3.	418	Martin Wengert	1972	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:15:21
<b>Seniorinnen W50</b>						
1.	403	Annette Weiss	1968	w	LAZ Puma Rhein Sieg	00:13:50
2.	400	Zella Brandt	1968	w	donnerwetter.de GmbH	00:21:24
3.	420	Daqmar Sonntag-Bensch	1971	w	TUS Erpel	00:22:14
<b>Seniorinnen W55</b>						
1.	410	Barbara Barta	1965	w	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:15:04
2.	405	Birgit Lennartz	1965	w	LLG St. Augustin	00:15:18
<b>Senioren M60</b>						
1.	435	Dieter Ruland	1962	m	TuS Erpel	00:20:13
<b>Seniorinnen W65</b>						
1.	404	Irmis Weiss	1955	w	LAZ Puma Rhein Sieg	00:17:22
<b>Senioren M70</b>						
1.	409	Dietmar Kurz	1952	m	TV Honnefeld/Straßenhaus	00:18:16
<b>Senioren M75</b>						
1.	415	Franz-Werner Reins	1947	m	Wassersportverein Honnef	00:18:19
<b>Senioren M80</b>						
1.	434	Hans Metzelder	1938	m	SG Neuhäusel	00:25:14
<b>AK-Wertung Hauptlauf über 9.450m ab AK Frauen/Männer</b>						
Platz	StNr	Name	Jahrq.	m/w	Verein	Zeit
<b>Männer</b>						
1.	562	Elijah Rieck	2002	m	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:30:51
2.	525	Felix Bender	1996	m		00:45:39
<b>Frauen</b>						
1.	543	Nele Siebert	2001	w	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:36:31
2.	564	Celine Schneider	2002	w	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:38:13
3.	537	Maya Langhammer	2002	w		00:39:51
4.	533	Deike Glaeser	1997	w	SSG Königswinter	00:41:07
<b>Senioren M30</b>						
1.	563	Lucas Hemkes	1992	m	LAZ Puma Rhein-Sieg	00:30:55
2.	536	Vinzent Klaus	1992	m	LC Wolkersdorf	00:32:29
<b>Seniorinnen W30</b>						
1.	574	Franziska Schneider	1991	w	Selbstläufer SV Altenahr	00:38:56
2.	526	Katharina Bender	1988	w		00:46:51

<b>Seniorinnen W35</b>							
1.	540	Michelle Dohmann-	1984	w	Selbstläufer SV Altenahr	00:42:48	
2.	559	Lina Böhlke	1983	w	Selbstläufer SV Altenahr	00:45:58	
3.	557	Lena Schmitz	1983	w	VfL Waldbreitbach	00:53:34	
<b>Senioren M40</b>							
1.	561	Christian Reisdorf	1982	m	FFW Kirchspiel Anhausen	00:42:19	
2.	538	Philip Born	1980	m		00:48:38	
3.	567	Dirk Lahr	1981	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:53:24	
4.	558	Ulf Gerdelmann	1980	m		00:53:34	
5.	530	Kay Könemund	1980	m	TuS Erpel	00:57:02	
<b>Senioren M45</b>							
1.	579	Daniel Weiser	1976	m	LAZ Troisdorf	00:33:39	
2.	509	Sascha Henk	1977	m	SV Windhagen	00:42:58	
3.	500	Karsten Brandt	1973	m	donnerwetter.de GmbH	00:47:12	
4.	568	Marius Frömbgen	1977	m	VfB 1920 Linz e. V.	00:48:03	
5.	501	Dirk Breitbarth	1976	m	Windhagen Marathon	00:49:14	
6.	572	Michael Krein	1975	m	TV Königswinter	00:53:58	
7.	541	Michael Aman	1976	m		00:55:58	
8.	570	Bernd Hefner	1973	m	Lauf gegen Leiden	00:59:55	
<b>Seniorinnen W45</b>							
1.	549	Silke Gerhartz	1977	w	Lauftreff Bruchhausen	00:54:58	
2.	544	Claudia Andre	1973	w	Spass-an-der-Freud'	00:57:48	
<b>Senioren M50</b>							
1.	542	Uwe Klein	1972	m	LG Rhein-Wied	00:38:34	
2.	550	Axel Gerhartz	1971	m	Lauftreff Bruchhausen	00:39:45	
3.	577	Christoph Mauel	1968	m	LT Puderbach	00:45:43	
4.	528	Thorsten Pusdrowski	1969	m	LT Saunapark Siebengebirge	00:46:30	
5.	580	Frank Schneider	1971	m	Bad Honnef	00:55:14	
<b>Seniorinnen W50</b>							
1.	551	Anja Schellhaas	1970	w	SG Neuhäusel	00:47:05	
2.	515	Ulrike Rick	1968	w	SSG Königswinter	00:51:52	
3.	505	Carmen Glaeser	1970	w	SSG Königswinter	00:54:08	
4.	571	Ulrike Geißler	1971	w	Mirkos Running Team	00:59:24	
<b>Senioren M55</b>							
1.	575	Hermann Ulrich	1967	m	SSG Königswinter	00:40:22	
2.	552	Helmut Normann	1967	m	SG Neuhäusel	00:42:54	
3.	535	Stephan Schulte	1963	m	SSG Königswinter	00:43:45	
4.	553	Christoph Schick	1963	m	LT SV Westum	00:43:48	
5.	508	Holger Haase	1965	m	Muskelkater	00:45:44	
6.	506	Udo Glaeser	1967	m	SSG Königswinter	00:45:47	
7.	534	Peter Schamel	1964	m	M5K Unkel	00:46:03	
8.	573	Norbert Franzen	1967	m	BSG KSK Köln	00:47:14	
9.	560	Ralf Hartmann	1964	m	Muskelkater	00:49:33	
<b>Seniorinnen W55</b>							
1.	518	Birgit Lennartz	1965	w	LLG St. Augustin	00:49:12	
2.	524	Marie Luise Czapp-	1965	w		00:54:03	
<b>Senioren M60</b>							
1.	519	Thomas Schneider	1962	m	SSG Königswinter	00:37:32	
2.	529	Chris Fröhlich	1959	m	RT Bad Ems	00:40:35	
3.	576	Jörg Dittrich	1960	m	LT Puderbach	00:44:12	
4.	527	Hansjürgen Melzer	1961	m	SSG Königswinter	00:44:25	
5.	547	Eule Frings	1959	m	Selbstläufer SV Altenahr	00:44:52	
6.	546	Gerhard Kabel	1960	m	SG Neuhäusel	00:45:21	
7.	556	Wolfgang Bernath	1959	m	VfL Waldbreitbach	00:47:10	
8.	521	Jürgen Pohl	1960	m		00:49:23	
9.	511	Wilhelm Jungheim	1962	m		00:54:37	
10.	523	Stefan Bender	1960	m		00:59:28	

**Seniorinnen W60**

1.	555	Elke Hasbach-Bernath	1960	w	VfL Waldbreitbach	01:06:06
----	-----	----------------------	------	---	-------------------	----------

**Senioren M65**

1.	504	Eugen Gerhards	1956	m	VfL Waldbreitbach	00:47:08
2.	503	Achim Dühsdorf	1957	m	Lauftreff Windhagen	00:53:45
3.	510	Fred Höhns	1954	m	VfL Waldbreitbach	00:54:58
4.	522	Erwin Rüdell	1955	m	SV Windhagen	00:56:52

**Seniorinnen W65**

1.	545	Heike Bruchof	1957	w	SG Neuhäusel	00:54:36
----	-----	---------------	------	---	--------------	----------

**Senioren M70**

1.	578	Günter Klein	1952	m	SV Windhagen	00:52:40
----	-----	--------------	------	---	--------------	----------

**Senioren M75**

1.	507	Karl-Heinz Glander	1947	m	TV Königswinter	00:47:16
----	-----	--------------------	------	---	-----------------	----------

**Wanderpokal Gesamtwertung**

Platz	Verein	Punkte
1.	SSG Königswinter	1770
2.	VfB 1920 Linz e.V.	1330
3.	LAZ Puma Rhein-Sieg	860
4.	TV Honnefeld/Straßenhaus	570
5.	TV Sinzig 08 e.V.	520
5.	Selbstläufer SV Altenahr	520
7.	SV Windhagen	480
8.	TuS Diedorf 1893 e.V.	420
9.	SG Neuhäusel	410
10.	VfL Waldbreitbach	340

**Wanderpokal Senioren/Innen**

Platz	Verein	Punkte
1.	SSG Königswinter	480
2.	Selbstläufer SV Altenahr	420
3.	SG Neuhäusel	410
4.	VfL Waldbreitbach	340
5.	LAZ Puma Rhein-Sieg	300
6.	VfB 1920 Linz e.V.	270
7.	SV Windhagen	230

**Wanderpokal Schüler/Innen**

Platz	Verein	Punkte
1.	SSG Königswinter	1240
2.	VfB 1920 Linz e.V.	1060
3.	TuS Dierdorf 1893 e.V.	440
4.	TV Honnefeld/Straßenhaus	370
5.	TV Sinzig 08 e.V.	320
6.	SV Windhagen	250
7.	M5K Unkel	240