

## Halbmarathon - Straßenlauf

Frauen

Bestleistung 2015: 1:11:13 Mockenhaupt Sabrina					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:12:41	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:20:25	Schmitz, Nora	1992	Post-Sportverein Trier	09.10.2016	München
1:30:54	Rech, Sabine	1968	LLG Hunsrück e.V.	20.03.2016	Bad Kreuznach
1:33:28	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:34:30	Schenkenhofer, Sabine	1973	Running Team Bad Ems	25.09.2016	Karlsruhe
1:34:53	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	15.05.2016	Hürth
1:36:41	Zanger, Heike	1967	Running Team Bad Ems	16.10.2016	Offenbach
1:37:28	Sanz Alonso, Elena	1977	Diezer TSK Oranien	18.09.2016	Fühlinger See
1:39:38	Weber, Doris	1960	TV Hermeskeil 1911	02.10.2016	Köln
1:41:19	Bladt, Karoline	1990	TuS Niederneisen	18.09.2016	Neu-Isenburg

## Marathon - Straßenlauf

Frauen

Bestleistung 2015: 2:32:41 Mockenhaupt Sabrina					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
2:30:44	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	15.11.2015	Valencia/SPA
3:24:17	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	02.10.2016	Köln
3:32:14	Zanger, Heike	1967	Running Team Bad Ems	30.10.2016	Frankfurt
3:33:59	Sanz Alonso, Elena	1977	Diezer TSK Oranien	02.10.2016	Köln
3:38:01	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	02.10.2016	Köln
3:46:11	Grün, Sandra	1970	BSG Sparkasse Koblenz	17.04.2016	Hamburg
3:48:16	Schlosser, Julika	1993	LG Sieg	02.10.2016	Köln
3:49:39	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	03.10.2016	Waldbreitbach
3:54:54	Baldus-Schmidt, Anja	1971	LG Sieg	30.10.2016	Frankfurt
3:54:57	Mockenhaupt, Bettina	1972	LG Sieg	02.10.2016	Köln

## Halbmarathon - Straßenlauf

Senioren M40

Bestleistung 2015: 1:14:20 Heim Patrick					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:17:03	Heim, Patrick	1972	LG Bernkastel/Wittlich	26.06.2016	Trier
1:18:41	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	10.04.2016	Bonn
1:22:47	Miller, Johannes	1972	LG Rhein-Wied	27.02.2016	Koblenz-H.
1:27:47	Pommer, Mario	1973	Meddy's LWT Koblenz	27.02.2016	Koblenz-H.
1:31:32	Schmidt, Frank	1975	LG Lahn-Aar-Esterau	19.03.2016	Brechen

## Marathon - Straßenlauf

Senioren M40

Bestleistung 2015: 2:45:27 Neumann Ingo					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
2:51:10	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	30.10.2016	Frankfurt
3:12:27	Brunnhübner, Thomas	1972	Meddy's LWT Koblenz	30.10.2016	Frankfurt
3:27:37	Michaelis, Oliver	1972	Meddy's LWT Koblenz	13.03.2016	Kandel

## 100m

Senioren M50

Bestleistung 2015: 12,17 Hassane Chaibou					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
12,37 (-0,4)	Hassane, Chaibou	1964	LG Bernkastel/Wittlich	27.08.2016	Dillingen
13,30 (-1,2)	Fetzer, Frank	1966	VfL Algenrodt	18.06.2016	Ingelheim
13,33 (-0,1)	Kraemer, Thomas	1966	Meddy's LWT Koblenz	18.05.2016	Simmern
13,45 (+0,9)	Brandt, Bert	1963	LG Bernkastel/Wittlich	03.09.2016	Essen
13,46 (+0,3)	Nickisch, Riko	1966	LG Bernkastel/Wittlich	03.09.2016	Essen

## Marathon - Straßenlauf

Senioren M50

Bestleistung 2015: 2:57:38 Zender Michael					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
3:05:29	Fritsch, Christoph	1966	Lauftreff Schweich	13.03.2016	Kandel
3:10:55	Nickolaus, Holger	1965	LG Rhein-Wied	30.10.2016	Frankfurt
3:27:19	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	30.10.2016	Frankfurt
3:27:23	Kraemer, Thomas	1966	Meddy's LWT Koblenz	30.10.2016	Frankfurt
3:32:30	Burgard, Thomas	1965	LG Einrich	30.10.2016	Frankfurt

**100m****Senioren M70**

Bestleistung 2015:		13,82	Adorf Friedhelm		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
14,43 (+1,1)	Adorf, Friedhelm	1943	LG Sieg	28.10.2016	Perth/AUS
15,22 (+1,2)	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	19.06.2016	Ingelheim
17,43 (+1,2)	Cornely, Hans Jürgen	1946	LA TuS Mayen	19.06.2016	Ingelheim
17,92 (0,0)	Jüngermann, Klaus	1943	LA TuS Mayen	12.06.2016	Trier
22,16 (+0,1)	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	03.09.2016	Urmitz

**10 km - Straßenlauf****Senioren M70**

Bestleistung 2015:		45:58	Burmeister Dieter		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
46:54	Burmeister, Dieter	1943	LG Bitburg-Prüm	26.05.2016	Oberweis
49:49	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	14.05.2016	Bad Ems
53:22	Steenbakkers, Jan	1942	Lauffreunde Naheland	27.02.2016	Koblenz-H.
55:03	Schröder, Karl-Heinz	1943	LG Bitburg-Prüm	26.05.2016	Oberweis

**200m****Senioren M75**

Bestleistung 2015:		31,04	Nehren Adolf		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
31,49 (+1,8)	Nehren, Adolf	1939	LA TuS Mayen	19.06.2016	Ingelheim
34,86 (0,0)	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	12.06.2016	Trier
36,12 (+1,8)	Schwarz, Michael	1939	VfL Bad Kreuznach	19.06.2016	Ingelheim
36,36 (+1,8)	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	18.06.2016	Ingelheim

**800m****Senioren M75**

Bestleistung 2015:		3:20,32	Nehren Adolf		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
3:18,06	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	12.06.2016	Trier
3:38,76	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	10.09.2016	Bernkastel-Kues
3:39,54	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	12.06.2016	Trier
3:57,18	Berger, Gunther	1941	LG Bitburg-Prüm	12.06.2016	Trier

**1500m****Senioren M75**

Bestleistung 2015:		6:26,95	Still Hans-Albert		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
6:51,46	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	12.06.2016	Trier
7:17,94	Berger, Gunther	1941	LG Bitburg-Prüm	23.09.2016	Bitburg
7:26,48	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	12.06.2016	Trier

**5000m****Senioren M75**

Bestleistung 2015:		23:49,0*	Gans Ulrich		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
24:30,13	Gans, Ulrich	1937	LG Sieg	12.06.2016	Trier
24:57,32	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	12.06.2016	Trier
24:58,19	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	16.06.2016	Hachenburg
27:17,17	Berger, Gunther	1941	LG Bitburg-Prüm	12.06.2016	Trier
28:22,56	Birnstock, Gerhard	1940	LG Boppard/Bad Salzig	18.05.2016	Simmern

**10 km - Straßenlauf****Senioren M75**

Bestleistung 2015:		49:17	Schottes Dieter		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
50:02	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	09.10.2016	Mülheim-K.
51:59	Gans, Ulrich	1937	LG Sieg	16.04.2016	Mülheim
53:02	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	28.03.2016	Selters
53:39	Berger, Gunther	1941	LG Bitburg-Prüm	23.10.2016	Ralingen
59:09	Deginther, Horst	1939	Lauffreunde Naheland	17.04.2016	Bad Münster

**Halbmarathon - Straßenlauf****Seniorinnen W35**

Bestleistung 2015:		1:11:13	Mockenhaupt Sabrina		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:12:41	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:34:53	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	15.05.2016	Hürth
1:37:28	Sanz Alonso, Elena	1977	Diezer TSK Oranien	18.09.2016	Fühlinger See

**Marathon - Straßenlauf****Seniorinnen W35**

Bestleistung 2015: 2:32:41 Mockenhaupt Sabrina					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
2:30:44	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	15.11.2015	Valencia/SPA
3:24:17	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	02.10.2016	Köln
3:33:59	Sanz Alonso, Elena	1977	Diezer TSK Oranien	02.10.2016	Köln
3:38:01	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	02.10.2016	Köln

**Halbmarathon - Straßenlauf****Seniorinnen W45**

Bestleistung 2015: 1:34:07 Born Heike					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:30:54	Rech, Sabine	1968	LLG Hunsrück e.V.	20.03.2016	Bad Kreuznach
1:35:14	Walter, Iris	1967	TV 1848 Meisenheim	17.04.2016	Bad Münster
1:36:41	Zanger, Heike	1967	Running Team Bad Ems	16.10.2016	Offenbach
1:42:01	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	20.03.2016	Bad Kreuznach
1:42:10	Hummel, Monika	1968	Meddy's LWT Koblenz	26.06.2016	Trier

**10 km - Straßenlauf****Seniorinnen W50**

Bestleistung 2015: 39:51 Jacobi Birgit					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
43:28	von Klitzing, Margit	1963	LG Maifeld-Pellenz	09.10.2016	Mülheim-K.
43:54	Kath, Petra	1966	LG Kreis Ahrweiler	06.03.2016	Leverkusen
44:48	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	05.03.2016	Schweich
46:33	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	27.02.2016	Koblenz-H.
46:44	Haas, Marion	1963	LG Meulenzwald Föhren	05.03.2016	Schweich

**Halbmarathon - Straßenlauf****Seniorinnen W50**

Bestleistung 2015: 1:38:43 Alt Kerstin					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:45:42	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	27.02.2016	Koblenz-H.
1:47:37	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	26.06.2016	Trier
1:51:20	Michels, Beatrice	1966	TG Konz	26.06.2016	Trier
1:54:04	Schulz, Martina	1963	Meddy's LWT Koblenz	09.10.2016	München
2:01:14	Kaulbach-Trumm, Petra	1962	TV Ransbach 1887	10.09.2016	Weitersburg

**Marathon - Straßenlauf****Seniorinnen W50**

Bestleistung 2015: 3:29:36 Hoffmann Sigrid					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
3:49:39	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	03.10.2016	Waldbreitbach
4:02:27	Schulz, Martina	1963	Meddy's LWT Koblenz	25.09.2016	Karlsruhe

**10 km - Straßenlauf****Seniorinnen W70**

Bestleistung 2015: 51:30 Winkens Maria					
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
50:55	Winkens, Maria	1945	Lauftreff Mertesdorf	14.11.2015	Langsur
57:37	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	16.04.2016	Mülheim
59:06	Kraemer, Rosi	1944	Meddy's LWT Koblenz	13.03.2016	Urmitz

## 10 km - Straßenlauf

## männliche Jugend U20

Bestleistung 2015:		30:40	Beinlich Moritz		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
33:43	Götte, Jonas	1996	LG Kreis Ahrweiler	14.11.2015	Langsur
33:57	Rück, Nelson	1998	Lauffreunde Naheland	20.03.2016	Bad Kreuznach
33:57	Kohrt, Anton	1997	LG Rhein-Wied	16.04.2016	Mülheim
34:18	Morbe, Peter	1998	Silvesterlauf Trier	05.03.2016	Schweich
34:44	Pütz, Yannick	1997	LG Rhein-Wied	16.04.2016	Mülheim
37:08	Westermann, Jonas	1998	Silvesterlauf Trier	23.10.2016	Ralingen
<b>37:45</b>	<b>Scholz, Christian</b>	<b>1997</b>	<b>LG Rhein-Wied</b>	<b>14.05.2016</b>	<b>Bad Ems</b>
38:11	Pflügl, Jan Philipp	1997	Lauffreunde Naheland	17.04.2016	Bad Münster
39:06	Dahm, Jannik	1997	LG Vulkaneifel	11.09.2016	Bitburg
39:31	Krämer, Moritz	1997	LG Vulkaneifel	18.06.2016	Gerolstein

## 10 km Mannschaft - Straßenlauf

## männliche Jugend U20

Bestleistung 2015:		1:44:54	LG Rhein-Wied		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
<b>1:48:35</b>	<b>LG Rhein-Wied</b>		<b>LG Rhein-Wied</b>	<b>16.04.2016</b>	<b>Mülheim</b>
Kohrt (1997),33:57 - Pütz (1997),34:44 - Scholz (1997),39:54					