



# Jahresbestenliste 2018

**5 km - 10 km**  
**Halbmarathon - Marathon**  
**50 km - 100 km**

\* DLV-vermessene Strecke (bestenlistenfähig)

\*\* DLV-vermessene Strecke (nicht bestenlistenfähig)

## 5 km Frauen

20:25	Diana Hellebrand	09.05. Boppard
22:36	Gaby Reiländer	22.06. Koblenz
22:51	Anke Jakschis	18.05. Koblenz
22:54	Manuela Frohs	09.05. Boppard
23:57	Sonja Heidger	18.05. Koblenz
24:18	Antje Ueberholz	22.06. Koblenz
24:19	Michaela Urban	22.06. Koblenz
26:29	Sonja Heidger	22.06. Koblenz
26:49	Jennifer Hamm	09.05. Boppard
26:54	Sabrina Grass	22.06. Koblenz
26:54	Christiane Magiros	22.06. Koblenz
27:16	Clarissa Hack	22.06. Koblenz
27:45	Anette Kahlenberg	18.05. Koblenz
27:46	Petra Itschert-Rasch	18.05. Koblenz
29:06	Laura Zirwes	18.05. Koblenz
29:10	Sylvia Lippert	18.05. Koblenz
29:26	Rosi Kraemer	18.05. Koblenz
29:36	Susanne Blum	07.07. Horn
30:36	Silke Alberti	22.06. Koblenz
30:39	Cathrin Baldus	22.06. Koblenz
30:39	Kerstin Daus	31.10. Kobern-Gondorf
30:40	Annette Blum	18.05. Koblenz
31:18	Silke Gehrmann	22.06. Koblenz
31:31	Claudia Vogt-Wisbar	31.10. Kobern-Gondorf
31:42	Marie Zirwes	18.05. Koblenz
32:12	Claudia Wilbert	31.10. Kobern-Gondorf
32:56	Monika Weinreich	18.05. Koblenz
33:00	Claudia Zirwes	31.10. Kobern-Gondorf
33:03	Pia André-Bauer	18.05. Koblenz
33:27	Hannah Brent	22.06. Koblenz
34:09	Daniela Knoop-Kosin	18.05. Koblenz
34:32	Inge Kölsch	22.06. Koblenz
34:37	Sonja Seyda	18.05. Koblenz
35:08	Jacqueline Röhm	18.05. Koblenz
36:51	Jennifer Hönemann	22.06. Koblenz
37:19	Anja Brunnhübner	22.06. Koblenz
47:01	Michaela Blum	22.06. Koblenz
50:52	Brigitte Witzler	22.06. Koblenz

## 5 km Männer

20:24	Mario Pommer	22.06. Koblenz
20:46	Thomas Kraemer	22.06. Koblenz
20:56	Jens Kraemer	22.06. Koblenz
21:02	Pirmin Braun	22.06. Koblenz
21:36	Arno Schubach	22.06. Koblenz
21:59	Reinhard Urban	22.06. Koblenz
22:05	Olli Michaelis	07.07. Horn
22:17	Marc Schumacher	22.06. Koblenz

22:30	Ralf Richter	22.06. Koblenz
23:57	Niko Thomé	22.06. Koblenz
24:25	Thomas Huck	22.06. Koblenz
25:15	Bernhard Marake	09.05. Boppard
25:33	Michael Jarmusch	22.06. Koblenz
26:54	Martin Mitscherling	22.06. Koblenz
27:12	Peter Zängerle	22.06. Koblenz
27:29	Dieter Schottes	22.06. Koblenz
27:37	Heiko Fleischmann	22.06. Koblenz
28:56	Rudolf Kahlenberg	22.06. Koblenz
29:26	Dieter Schottes	09.05. Boppard
30:36	Bernd Marx	22.06. Koblenz
30:39	Gert Thomé	31.10. Kobern-Gondorf
30:49	Eike Hintz	22.06. Koblenz
31:32	Klaus-Martin Wisbar	31.10. Kobern-Gondorf

## 10 km Frauen

43:00	Diana Hellebrand	01.06. Lahnstein
49:31	Stephanie van de Sand	02.09. Koblenz
49:43*	Manuela Frohs	03.03. Horchheim
51:13*	Martina Schulz	03.03. Horchheim
52:02	Sonja Heidger	08.07. Ettersdorf
54:35*	Susanne Scholz	12.05. Bad Ems
54:42*	Melanie Rehmann	03.03. Horchheim
57:22	Rebekka Schäfer	22.04. Nackenheim
57:26	Sabrina Grass	18.05. Neuwied
57:34*	Silke Alberti	14.07. Niederbreitbach
57:34	Karin Fuhrmann	02.09. Koblenz
57:59*	Petra Itschert-Rasch	11.03. Urmitz
58:38	Susanne Blum	01.06. Lahnstein
59:40*	Sylvia Lippert	03.03. Horchheim
59:41*	Christiane Magiros	03.03. Horchheim
59:41	Jennifer Hamm	01.05. Mendig
1:00:56	Anette Kahlenberg	02.09. Koblenz
1:04:31	Monika Weinreich	07.04. Engers
1:05:13*	Rosi Kraemer	23.09. Polch
1:05:27	Kerstin Daus	02.09. Koblenz
1:09:13	Claudia Wilbert	16.09. Mendig

## 10 km Männer

39:34*	Thomas Brunnhübner	11.03. Urmitz
40:16*	Mario Pommer	23.09. Polch
43:09*	Joachim Vogel	03.03. Horchheim
43:44*	Thomas Kraemer	23.09. Polch
44:23*	Alexander Irschfed	03.03. Horchheim
44:34	Arno Schubach	18.03. Koblern-Gondorf
45:52	Olli Michaelis	01.06. Lahnstein
46:13	Jens Kraemer	31.05. Rhens
46:41	Marc Schumacher	06.06. Kastellaun

48:29*	Richard Wagner	03.03. Horchheim
49:21	Niko Thomé	18.03. Koblern-Gondorf
50:27	Hans-Jürgen Kahle	21.04. Neuhäusel
51:05*	Sascha Stenzhorn	03.03. Horchheim
51:55	Bernhard Marake	07.07. Horn
53:31	Helmut Eich	31.05. Rhens
53:33	Wolfgang Reith	06.06. Kastellaun
53:35	Heiko Fleischmann	31.10. Kobern-Gondorf
54:12	Peter Zängerle	02.09. Koblenz
55:01	Dieter Schottes	01.06. Lahnstein
55:11	Günther Zirwes	31.10. Kobern-Gondorf
55:49	Ralph Hiller	22.04. Nackenheim
55:52	Wolle Reith	22.04. Nackenheim
56:36*	Carsten Mand	23.09. Polch
1:00:25	Martin Mitscherling	22.04. Nackenheim
1:00:55	Rudi Kahlenberg	02.09. Koblenz
1:01:11	Burkhard Schneider	22.04. Nackenheim
1:02:21	Peter Loth	22.04. Nackenheim
1:03:18	Jörg Ueberholz	01.05. Mendig
1:04:58*	Peter Fuhrmann	03.03. Horchheim

## Halbmarathon Frauen

1:37:57	Diana Hellebrand	06.05. Windhagen
1:48:20*	Manuela Frohs	11.03. Kandel
1:49:40*	Martina Schulz	11.03. Kandel
1:50:23	Antje Ueberholz	01.05. Mendig
1:50:58	Anke Jakschis	02.09. Koblenz
1:51:36*	Stephanie van de Sand	15.04. Bonn
1:51:39*	Michaela Urban	15.04. Bonn
1:56:35	Silke Alberti	02.09. Koblenz
1:58:36*	Melanie Rehmann	11.03. Kandel
1:58:59	Sonja Heidger	10.05. Westum
2:04:49	Monika Knebel	02.09. Koblenz
2:05:34	Rebekka Schäfer	02.09. Koblenz
2:06:39	Sabrina Grass	02.09. Koblenz
2:07:35	Birgit Kirschey	02.09. Koblenz
2:09:47*	Christiane Magiros	15.04. Bonn
2:10:13	Silke Gehrman	02.09. Koblenz
2:13:27*	Susanne Blum	26.08. Egelsbach
2:21:40	Sylvia Lippert	02.09. Koblenz
2:23:57	Rosi Kraemer	02.09. Koblenz
2:26:28	Sonja Seyda	01.05. Mendig

## Halbmarathon Männer

1:26:09*	Thomas Brunnhübner	15.04. Bonn
1:29:10*	Mario Pommer	03.03. Horchheim
1:35:03*	Alexander Irschfeld	11.03. Kandel
1:35:52*	Thomas Brent	15.04. Bonn
1:36:08	Thomas Kraemer	20.10. Hachenburg

1:42:17*	Jens Kraemer	03.03. Horchheim
1:43:11*	Marc Schumacher	15.04. Bonn
1:41:49	Martin Olk	02.09. Koblenz
1:45:09	Olli Michaelis	08.09. Weitersburg
1:49:22*	Helmut Eich	07.10. Köln
1:49:29*	Richard Wagner	11.03. Kandel
1:51:38*	Reinhard Urban	15.04. Bonn
1:55:30	Niko Thomé	02.09. Koblenz
1:55:41*	Hans-Jürgen Kahle	03.03. Horchheim
1:57:05	Dirk Pörsch	02.09. Koblenz
1:57:06*	Sascha Stenzhorn	11.03. Frankfurt
1:58:29	Dieter Schottes	02.09. Koblenz
1:59:15	Wolle Reith	02.09. Koblenz
2:01:30*	Peter Zängerle	07.10. Köln
2:02:09	Ralph Hiller	02.09. Koblenz
2:03:32	Martin Mitscherling	02.09. Koblenz
2:12:10	Bernhard Marake	04.11. Föhren
2:13:33	Carsten Mand	02.09. Koblenz

## Marathon Frauen

3:26:55*	Diana Hellebrand	15.04. Bonn
3:42:25*	Antje Ueberholz	15.04. Bonn
3:55:38	Manuela Frohs	28.10. Frankfurt
3:58:23*	Michaela Urban	28.10. Frankfurt
3:58:41*	Martina Schulz	28.10. Frankfurt
4:05:03	Jennifer Weber	09.06. Wiesbaden
4:35:46	Anke Jakschis	26.05. Schmiedefeld
4:40:43	Sonja Heidger	26.05. Schmiedefeld
4:51:14	Andrea Pörsch	26.05. Schmiedefeld
4:55:30*	Susanne Blum	16.09. Berlin
5:10:44*	Christiane Magiros	16.09. Berlin
5:10:44*	Sylvia Lippert	16.09. Berlin

## Marathon Männer

3:07:53*	Thomas Brunnhübner	29.04. Hamburg
3:16:03	Mario Pommer	02.09. Koblenz
3:20:57	Thomas Brent	21.10. Amsterdam/NL
3:28:57	Thomas Kraemer	02.09. Koblenz
3:30:15	Jens Kraemer	02.09. Koblenz
3:34:46*	Olli Michaelis	04.11. Porto/P
3:43:56*	Reinhard Urban	29.04. Düsseldorf
4:04:52*	Helmut Eich	29.04. Hamburg
4:14:24	Marc Schumacher	02.09. Koblenz
4:25:04*	Sascha Stenzhorn	28.10. Frankfurt
4:27:13*	Dirk Pörsch	29.04. Hamburg
4:31:04	Alexander Irschfeld	26.05. Schmiedefeld
4:47:17*	Martin Mitscherling	16.09. Berlin
4:54:23	Peter Zängerle	20.10. Hachenburg
5:00:05*	Arno Schubach	16.09. Berlin

## 50 km Frauen

4:26:53\*  
5:24:30\*

Antje Ueberholz  
Martina Schulz

27.01. Rodgau  
27.01. Rodgau

## 50 km Männer

4:32:41\*  
4:48:04\*

Harald Müller  
Jan Kiefer

27.01. Rodgau  
25.03. Eschollbrücken

## 100 km Männer

10:54:41

Olli Michaelis

05.05. Wuppertal