

## 100 km - Straßenlauf

Männer

| Bestleistung 2016: |                   | 9:33:10 | Gotto Robert                 |            |                   |
|--------------------|-------------------|---------|------------------------------|------------|-------------------|
| Leistung           | Name              | JG.     | Verein                       | Datum      | Ort               |
| 9:43:16            | Gotto, Robert     | 1957    | LG HSC Gamlen-RSC Untermosel | 24.06.2017 | Berlin            |
| 9:49:35            | Michaelis, Oliver | 1972    | Meddy's LWT Koblenz          | 24.06.2017 | Berlin            |
| 10:56:08           | Hoffmann, Norbert | 1939    | LG Westerwald                | 27.11.2016 | Los Alcazares/ESP |

## Halbmarathon - Straßenlauf

Frauen

| Bestleistung 2016: |                       | 1:12:41 | Mockenhaupt Sabrina  |            |             |
|--------------------|-----------------------|---------|----------------------|------------|-------------|
| Leistung           | Name                  | JG.     | Verein               | Datum      | Ort         |
| 1:20:01            | Mockenhaupt, Sabrina  | 1980    | LG Sieg              | 04.12.2016 | Tübingen    |
| 1:23:28            | Engel, Yvonne         | 1977    | Lauftreff Schweich   | 09.04.2017 | Hannover    |
| 1:26:52            | Wierz, Marina         | 1991    | Lauftreff Schweich   | 30.04.2017 | St.Wendel   |
| 1:33:52            | Rasbach, Dagmar       | 1969    | LA TuS Mayen         | 08.10.2017 | Lindau      |
| 1:36:05            | Schenkenhofer, Sabine | 1973    | Running Team Bad Ems | 01.10.2017 | Köln        |
| 1:41:07            | Sanz Alonso, Elena    | 1977    | Diezer TSK Oranien   | 25.03.2017 | Oberbrechen |
| 1:41:09            | Hellebrand, Diana     | 1977    | Meddy's LWT Koblenz  | 09.09.2017 | Weitersburg |
| 1:42:10            | von Klitzing, Margit  | 1963    | LG Maifeld-Pellenz   | 04.03.2017 | Koblenz-Ho. |
| 1:42:17            | Gemein, Monika        | 1968    | Meddy's LWT Koblenz  | 01.10.2017 | Köln        |
| 1:42:30            | Klinkhammer, Gina     | 1999    | LG Vulkaneifel       | 01.10.2017 | Köln        |

## Marathon - Straßenlauf

Frauen

| Bestleistung 2015: |                   | 2:30:44 | Mockenhaupt Sabrina    |            |           |
|--------------------|-------------------|---------|------------------------|------------|-----------|
| Leistung           | Name              | JG.     | Verein                 | Datum      | Ort       |
| 2:57:45            | Schmitz, Nora     | 1992    | Post-Sportverein Trier | 01.10.2017 | Köln      |
| 3:28:19            | Hellebrand, Diana | 1977    | Meddy's LWT Koblenz    | 02.04.2017 | Bonn      |
| 3:32:21            | Bladt, Karoline   | 1990    | TuS Niederneisen       | 07.05.2017 | Mainz     |
| 3:39:52            | Seer, Diana       | 1972    | LG Kreis Ahrweiler     | 02.04.2017 | Bonn      |
| 3:41:54            | Thome, Gisela     | 1969    | Spiridon Hochwald      | 29.10.2017 | Frankfurt |
| 3:43:57            | Gemein, Monika    | 1968    | Meddy's LWT Koblenz    | 23.04.2017 | Hamburg   |
| 3:44:11            | Hoffmann, Sigrid  | 1965    | LG Westerwald          | 12.02.2017 | Bertlich  |
| 3:46:27            | Klimpke, Susan    | 1977    | LG Westerwald          | 01.10.2017 | Köln      |
| 3:47:11            | Kath, Petra       | 1966    | LG Kreis Ahrweiler     | 02.04.2017 | Bonn      |
| 3:47:33            | Balles, Andrea    | 1980    | TV Eintracht Cochem    | 02.04.2017 | Bonn      |

## Halbmarathon - Straßenlauf

Senioren M45

| Bestleistung 2016: |                     | 1:15:49 | Neumann Ingo           |            |               |
|--------------------|---------------------|---------|------------------------|------------|---------------|
| Leistung           | Name                | JG.     | Verein                 | Datum      | Ort           |
| 1:21:06            | Gilberg, Thomas     | 1969    | LG Rhein-Wied          | 03.09.2017 | Wallmerod     |
| 1:23:13            | Hein, Jürgen        | 1971    | Post-Sportverein Trier | 26.03.2017 | Wien/AUT      |
| 1:26:41            | Brunnhübner, Thomas | 1972    | Meddy's LWT Koblenz    | 02.04.2017 | Bonn          |
| 1:28:50            | Fritsch, Jörg       | 1968    | Idarer Turnverein      | 19.03.2017 | Bad Kreuznach |
| 1:34:02            | Engel, Dirk         | 1970    | Lauftreff Schweich     | 09.04.2017 | Hannover      |

## Marathon - Straßenlauf

Senioren M45

| Bestleistung 2016: |                     | 2:40:43 | Neumann Ingo           |            |            |
|--------------------|---------------------|---------|------------------------|------------|------------|
| Leistung           | Name                | JG.     | Verein                 | Datum      | Ort        |
| 2:47:21            | Neumann, Ingo       | 1971    | LG Rhein-Wied          | 29.10.2017 | Frankfurt  |
| 2:53:47            | Gilberg, Thomas     | 1969    | LG Rhein-Wied          | 29.10.2017 | Frankfurt  |
| 3:00:49            | Hein, Jürgen        | 1971    | Post-Sportverein Trier | 30.04.2017 | Düsseldorf |
| 3:06:09            | Brunnhübner, Thomas | 1972    | Meddy's LWT Koblenz    | 23.04.2017 | Hamburg    |
| 3:42:33            | Michaelis, Oliver   | 1972    | Meddy's LWT Koblenz    | 08.10.2017 | Lübeck     |

## 100 km - Straßenlauf

Senioren M45

| Leistung | Name              | JG.  | Verein              | Datum      | Ort    |
|----------|-------------------|------|---------------------|------------|--------|
| 9:49:35  | Michaelis, Oliver | 1972 | Meddy's LWT Koblenz | 24.06.2017 | Berlin |

**100m****Senioren M50**

| Bestleistung 2016: |                  | 12,37 | Hassane Chaibou        |            |            |
|--------------------|------------------|-------|------------------------|------------|------------|
| Leistung           | Name             | JG.   | Verein                 | Datum      | Ort        |
| 12,84 (+0,8)       | Hassane, Chaibou | 1964  | LG Bernkastel/Wittlich | 09.09.2017 | Kevelar    |
| 13,40 (+1,8)       | Kartenberg, Olaf | 1966  | LG Bernkastel/Wittlich | 27.07.2017 | AArhus/DEN |
| 13,67 (+0,8)       | Brandt, Dr. Bert | 1963  | LG Bernkastel/Wittlich | 09.09.2017 | Kevelar    |
| 13,79 (-0,5)       | Fetzer, Frank    | 1966  | VfL Algenrodt          | 18.06.2017 | St.Wendel  |
| 13,83 (-1,1)       | Kraemer, Thomas  | 1966  | Meddy's LWT Koblenz    | 17.05.2017 | Simmern    |

**Marathon - Straßenlauf****Senioren M55**

| Bestleistung 2016: |                | 2:52:27 | Kirschey Thomas     |            |      |
|--------------------|----------------|---------|---------------------|------------|------|
| Leistung           | Name           | JG.     | Verein              | Datum      | Ort  |
| 3:23:41            | Müller, Harald | 1961    | Meddy's LWT Koblenz | 02.04.2017 | Bonn |

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

| Bestleistung 2016: |                      | 46:54 | Burmeister Dieter   |            |                 |
|--------------------|----------------------|-------|---------------------|------------|-----------------|
| Leistung           | Name                 | JG.   | Verein              | Datum      | Ort             |
| 42:02              | Krupp, Meinhard      | 1947  | TuS 1911 Erpel      | 25.06.2017 | Berlin          |
| 46:37              | Burmeister, Dieter   | 1943  | LG Bitburg-Prüm     | 06.05.2017 | Mertesdorf      |
| 52:14              | Marake, Bernhard     | 1945  | Meddy's LWT Koblenz | 19.03.2017 | Niederfischbach |
| 56:51              | Schröder, Karl-Heinz | 1943  | LG Bitburg-Prüm     | 19.08.2017 | Pronsfeld       |
| 1:01:02            | Seul, Otmar          | 1943  | LAZ Birkenfeld      | 17.02.2017 | Cannes/FRA      |

**Halbmarathon - Straßenlauf****Senioren M70**

| Bestleistung 2016: |                  | 1:45:47 | Burmeister Dieter   |            |        |
|--------------------|------------------|---------|---------------------|------------|--------|
| Leistung           | Name             | JG.     | Verein              | Datum      | Ort    |
| 1:33:47            | Krupp, Meinhard  | 1947    | TuS 1911 Erpel      | 02.04.2017 | Berlin |
| 2:12:26            | Marake, Bernhard | 1945    | Meddy's LWT Koblenz | 07.05.2017 | Mainz  |

**400m****Senioren M75**

| Bestleistung 2016: |                  | 1:14,09 | Nehren Adolf        |            |           |
|--------------------|------------------|---------|---------------------|------------|-----------|
| Leistung           | Name             | JG.     | Verein              | Datum      | Ort       |
| 1:18,70            | Nehren, Adolf    | 1939    | LA TuS Mayen        | 25.08.2017 | Jünkerath |
| 1:20,39            | Schottes, Dieter | 1940    | Meddy's LWT Koblenz | 11.06.2017 | Mayen     |
| 1:32,80            | Simons, Günter   | 1938    | LA TuS Mayen        | 25.08.2017 | Jünkerath |

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

| Bestleistung 2016: |                  | 3:18,06 | Schottes Dieter     |            |         |
|--------------------|------------------|---------|---------------------|------------|---------|
| Leistung           | Name             | JG.     | Verein              | Datum      | Ort     |
| 3:32,83            | Schottes, Dieter | 1940    | Meddy's LWT Koblenz | 11.06.2017 | Mayen   |
| 3:41,19            | Simons, Günter   | 1938    | LA TuS Mayen        | 29.04.2017 | Cochern |
| 3:41,41            | Berger, Gunther  | 1941    | LG Bitburg-Prüm     | 11.06.2017 | Mayen   |

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

| Bestleistung 2016: |                  | 6:51,46 | Schottes Dieter     |            |       |
|--------------------|------------------|---------|---------------------|------------|-------|
| Leistung           | Name             | JG.     | Verein              | Datum      | Ort   |
| 6:37,55            | Schottes, Dieter | 1940    | Meddy's LWT Koblenz | 11.06.2017 | Mayen |
| 7:16,03            | Berger, Gunther  | 1941    | LG Bitburg-Prüm     | 11.06.2017 | Mayen |

**3000m****Senioren M75**

| Bestleistung 2016: |                   | 16:01,57 | Schinnerer Alfred    |            |            |
|--------------------|-------------------|----------|----------------------|------------|------------|
| Leistung           | Name              | JG.      | Verein               | Datum      | Ort        |
| 13:49,75           | Schottes, Dieter  | 1940     | Meddy's LWT Koblenz  | 31.05.2017 | Wittlich   |
| 16:01,62           | Steenbakkens, Jan | 1942     | Lauffreunde Naheland | 17.05.2017 | Simmern    |
| 18:09,37           | Hofmann, Heinz    | 1940     | LG Idar-Oberstein    | 08.04.2017 | Birkenfeld |
| 19:36,17           | Borrmann, Dietmar | 1942     | VfL Algenrodt        | 08.09.2017 | Birkenfeld |

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

| Bestleistung 2016: |                  | 24:30,13 | Gans Ulrich         |            |       |
|--------------------|------------------|----------|---------------------|------------|-------|
| Leistung           | Name             | JG.      | Verein              | Datum      | Ort   |
| 24:18,53           | Schottes, Dieter | 1940     | Meddy's LWT Koblenz | 11.06.2017 | Mayen |
| 26:30,41           | Berger, Gunther  | 1941     | LG Bitburg-Prüm     | 11.06.2017 | Mayen |

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

| Bestleistung 2016: |                   | 50:02 | Schottes Dieter     |            |            |
|--------------------|-------------------|-------|---------------------|------------|------------|
| Leistung           | Name              | JG.   | Verein              | Datum      | Ort        |
| 50:09              | Schottes, Dieter  | 1940  | Meddy's LWT Koblenz | 15.10.2017 | Mülheim-K. |
| 52:49              | Berger, Gunther   | 1941  | LG Bitburg-Prüm     | 06.05.2017 | Mertesdorf |
| 56:05              | Miehling, Rudolf  | 1941  | TG Konz             | 06.05.2017 | Mertesdorf |
| 58:27              | Hoffmann, Norbert | 1939  | LG Westerwald       | 07.05.2017 | Selters    |

**10 km - Straßenlauf****Seniorinnen W40**

| Bestleistung 2016: |                   | 41:27 | Vieh Monika            |            |            |
|--------------------|-------------------|-------|------------------------|------------|------------|
| Leistung           | Name              | JG.   | Verein                 | Datum      | Ort        |
| 37:33              | Engel, Yvonne     | 1977  | Laufftreff Schweich    | 06.05.2017 | Mertesdorf |
| 41:49              | Kracke, Monika    | 1973  | SV Urmitz              | 12.03.2017 | Urmitz     |
| 42:23              | Moll, Julia       | 1975  | LG Bernkastel/Wittlich | 07.10.2017 | Föhren     |
| 42:33              | Hilmes, Birthe    | 1973  | LG Meulenzwald Föhren  | 25.03.2017 | Schweich   |
| 42:59              | Hellebrand, Diana | 1977  | Meddy's LWT Koblenz    | 15.10.2017 | Mülheim-K. |

**Halbmarathon - Straßenlauf****Seniorinnen W40**

| Bestleistung 2016: |                       | 1:33:28 | Kracke Monika        |            |             |
|--------------------|-----------------------|---------|----------------------|------------|-------------|
| Leistung           | Name                  | JG.     | Verein               | Datum      | Ort         |
| 1:23:28            | Engel, Yvonne         | 1977    | Laufftreff Schweich  | 09.04.2017 | Hannover    |
| 1:36:05            | Schenkenhofer, Sabine | 1973    | Running Team Bad Ems | 01.10.2017 | Köln        |
| 1:41:07            | Sanz Alonso, Elena    | 1977    | Diezer TSK Oranien   | 25.03.2017 | Oberbrechen |
| 1:41:09            | Hellebrand, Diana     | 1977    | Meddy's LWT Koblenz  | 09.09.2017 | Weitersburg |

**Marathon - Straßenlauf****Seniorinnen W40**

| Bestleistung 2016: |                   | 3:54:57 | Mockenhaupt Bettina |            |      |
|--------------------|-------------------|---------|---------------------|------------|------|
| Leistung           | Name              | JG.     | Verein              | Datum      | Ort  |
| 3:28:19            | Hellebrand, Diana | 1977    | Meddy's LWT Koblenz | 02.04.2017 | Bonn |
| 3:46:27            | Klimpke, Susan    | 1977    | LG Westerwald       | 01.10.2017 | Köln |
| 3:54:14            | Lex, Sandra       | 1974    | Laufftreff Schweich | 02.04.2017 | Bonn |

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

| Bestleistung 2016: |                      | 1:30:54 | Rech Dr. Sabine     |            |             |
|--------------------|----------------------|---------|---------------------|------------|-------------|
| Leistung           | Name                 | JG.     | Verein              | Datum      | Ort         |
| 1:33:52            | Rasbach, Dagmar      | 1969    | LA TuS Mayen        | 08.10.2017 | Lindau      |
| 1:42:17            | Gemein, Monika       | 1968    | Meddy's LWT Koblenz | 01.10.2017 | Köln        |
| 1:43:43            | Seer, Diana          | 1972    | LG Kreis Ahrweiler  | 04.03.2017 | Koblenz-Ho. |
| 1:44:01            | Thome, Gisela        | 1969    | Spiridon Hochwald   | 25.06.2017 | Trier       |
| 1:47:53            | Baldus-Schmidt, Anja | 1971    | LG Sieg             | 17.09.2017 | Köln        |

**Marathon - Straßenlauf****Seniorinnen W45**

| Bestleistung 2016: |                      | 3:32:14 | Zanger Heike        |            |           |
|--------------------|----------------------|---------|---------------------|------------|-----------|
| Leistung           | Name                 | JG.     | Verein              | Datum      | Ort       |
| 3:39:52            | Seer, Diana          | 1972    | LG Kreis Ahrweiler  | 02.04.2017 | Bonn      |
| 3:41:54            | Thome, Gisela        | 1969    | Spiridon Hochwald   | 29.10.2017 | Frankfurt |
| 3:43:57            | Gemein, Monika       | 1968    | Meddy's LWT Koblenz | 23.04.2017 | Hamburg   |
| 3:53:38            | Baldus-Schmidt, Anja | 1971    | LG Sieg             | 09.04.2017 | Hannover  |

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

| Bestleistung 2016: |                  | 3:49:39 | Hoffmann Sigrid      |            |           |
|--------------------|------------------|---------|----------------------|------------|-----------|
| Leistung           | Name             | JG.     | Verein               | Datum      | Ort       |
| 3:44:11            | Hoffmann, Sigrid | 1965    | LG Westerwald        | 12.02.2017 | Bertlich  |
| 3:47:11            | Kath, Petra      | 1966    | LG Kreis Ahrweiler   | 02.04.2017 | Bonn      |
| 3:49:33            | Zanger, Heike    | 1967    | Running Team Bad Ems | 29.10.2017 | Frankfurt |
| 4:16:37            | Schulz, Martina  | 1963    | Meddy's LWT Koblenz  | 02.04.2017 | Bonn      |
| 4:24:47            | Holper, Waltraut | 1967    | LG Bitburg-Prüm      | 07.05.2017 | Mainz     |

**Halbmarathon - Straßenlauf****Seniorinnen W65**

| Bestleistung 2016: |                    | 2:02:55 | Mann Irmgard        |            |             |
|--------------------|--------------------|---------|---------------------|------------|-------------|
| Leistung           | Name               | JG.     | Verein              | Datum      | Ort         |
| 2:02:04            | Mann, Irmgard      | 1950    | LG Bitburg-Prüm     | 06.08.2017 | Aarhus/DEN  |
| 2:07:15            | Politz, Christel   | 1950    | Meddy's LWT Koblenz | 02.04.2017 | Bonn        |
| 2:18:13            | Klas-Gundel, Irene | 1949    | Spiridon Hochwald   | 08.10.2017 | Bräunlingen |

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

|                 | Bestleistung 2015:  | 50:55      | Winkens Maria          |              |               |
|-----------------|---------------------|------------|------------------------|--------------|---------------|
| <b>Leistung</b> | <b>Name</b>         | <b>JG.</b> | <b>Verein</b>          | <b>Datum</b> | <b>Ort</b>    |
| 59:34           | Springer, Elisabeth | 1946       | TV 1867 Bad Sobernheim | 19.03.2017   | Bad Kreuznach |
| 1:01:59         | Kraemer, Rosi       | 1944       | Meddy´s LWT Koblenz    | 12.03.2017   | Urmitz        |