

SG Zons Läufer - Cup 2004

Endstand Männer

Klasse: Männer

Bestzeiten

Platz	Name	AK	Anz.	Bahn		Straße					Wertungsläufe				Summe Punkte
				3.000 m	5.000 m	5 km	10 km	15 km	21,1 km	Marathon	Dinslaken 5 / 15 km	Straberg 5/10/21 km	Fühlingen 5/10/21 km	Godesbg. 5 / 15 km	
1	Czerwon, Alfred	M 65	8			22:53	47:13	01:14:55	01:50:13	03:57:21	1:15:31	01:55:24		01:17:25	3859
						550	595	556	532	523	594	508		509	
2	Haack, Matthias	M 35	6			16:41	35:21	56:09	01:22:52		56:09			58:23	3706
						659	656	610	575		662			544	
3	Alban, Michael	M 40	5			17:55	36:48	58:08				37:45		58:08	3117
						586	636	599				644		652	
4	Ciaglia, Benno	M 40	5			18:23	37:55				18:41	39:03	38:44		2875
						540	585				564	586	600		
5	Hofstadt, Klaus-Peter	M 40	8			20:57	42:23	1:07:40	01:43:33		01:10:24	45:32	42:48	01:07:40	2649
						334	407	363	293		350	348	439	408	
6	Gruhn, Stefan	M 45	8			22:16	46:15	01:08:38	01:49:39		22:16	48:43	1:49:39	01:08:38	2366
						290	326	388	259		334	296	299	433	
7	Hille, Ralf	M 45	5	11:35		20:57	45:27				21:00	20:57			2007
				427		379	351				423	427			
8	Balmer, Jörg	M 40	5			20:09	43:15	01:06:09			01:06:09		44:09		2001
						394	378	395			441		393		
9	Hetscher, Detlev	M 35	5			20:58		01:06:43	01:40:16		1:08:52			01:06:43	1656
						291		342	298		340			385	
10	Heising, Carl	M 45	3			20:19	43:27					43:27			1310
						429	417					464			
10	Winkler, Stefan	M 30	9			24:09	49:28	01:14:07	01:49:50	04:00:02	01:20:49	51:39	1:56:10	01:16:07	1121
						88	143	186	166	173	118	125	136	192	
11	Goldbach, Rainer	M 50	6			24:41	52:19		02:03:59	04:36:05		24:41	02:03:59		1107
						195	206		148	136		236	186		
12	Steinhauer, Ralf	M 40	4				51:34	01:27:25			01:27:25	54:59			354
							141	39			74	100			

SG Zons Läufer - Cup 2004

Endstand Frauen

Klasse: Damen

Bestzeiten

Platz	Name	AK	Anz	Bahn		Straße					Wertungsläufe				Summe Punkte
				3.000 m	5.000 m	5 km	10 km	15 km	21,1 km	Marathon	Dinslaken 5 / 15 km	Straberg 5/10/21 km	Fühlingen 5/10/21 km	Godesbg. 5 / 15 km	
1	Ciaglia, Silke	W40	7			22:38	46:35	01:16:19	01:52:56	04:01:16	22:38	1:52:56			2668
						436	485	412	394	424	479	432			
2	Klöter, Michaela	W35	6			22:57	47:34	01:16:09	01:49:24	04:05:51				01:16:09	2335
						375	415	374	393	365				413	
3	Heising, Ulrike	W 35	6			23:41	50:38	01:19:11			01:19:11	52:34	50:38		2068
						333	336	330			368	327	374		
4	Totzke, Dagmar	W35	5			22:51	49:09	01:19:59			22:51			01:19:51	1973
						424	414	316			466			353	
5	Kirchner, Michaela	W 35	5			24:10	49:45	01:17:17				24:42		01:17:17	1735
						308	358	356				319		394	
6	Hofstadt, Elke	W40	5			29:24	52:18	01:21:13			1:21:13	54:41			1467
						105	336	335			373	318			
7	Bückendorf, Ingrid	W 45	3				52:26					56:14	53:27		1029
							297					334	398		
8	Lelittko, Alexandra	W 35	5			27:23	56:29	01:28:26	02:09:40			27:23			967
						158	209	209	196			195			