

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Name	Vorname	Lauf	Ort	Datum	Strecke	Klasse	Platz	Zeit	
Bomm	Andreas	Silvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10Km	M40	15	00:44:52	
Bomm	Andreas	Mittelhein-Marathon	Koblenz	06.07.2009	21,1Km	M45		01:39:44	
Bomm	Andreas	Westerwald-Triathlon	Ransbach-Baumbach	25.07.2009	0,5-20-5	M45	104	01:15:56	
Bomm	Andreas	Rund-um-die-Halle	Koblenz	05.09.2009	10Km	M45	9	00:44:06	
Bomm	Rainer	Half Ironman St. Pölten	St.Pölten	24.05.2009	1,9/90/21	M45		05:41:00	
Bomm	Rainer	Halbmarathon	Koblenz	06.06.2009	21	M45		01:42:00	
Bomm	Rainer	Mittelmoseltriathlon	Zell/Mosel	21.06.2009	1,5/40/10	M45		02:30:00	
Bomm	Rainer	Radmarathon	Tannheimer Tal	12.07.2009	230	M45		08:30:00	
Bomm	Rainer	Triathlon	Ransbach-Baumbach	25.07.2009	0,5/20/5	M45		01:10:00	
Bomm	Rainer	Triathlon	Bad-Ems	09.08.2009	3,8/180/42	M45		12:59:00	
Bomm	Rainer	Triathlon	Hennef	23.08.2009	1,5/40/10	M45		02:37:00	
Bomm	Rainer	Triathlon	Köln	06.09.2009	2,5/90/22	M45		05:13:00	
Bomm	Rainer	Halbmarathon	Köln	04.10.2009	21	M45		01:49:00	
Bremm	Manfred	Heimbach Weis	Heimbach Weis	01.08.2009	10 km		1	00:52:32	
Bremm	Manfred	Ochtendung	Ochtendung	26.08.2009	10 km		2	00:54:47	
Bremm	Manfred	Dierdorf	Dierdorf	29.08.2009	10 km		2	00:50:52	
Bremm	Manfred	Oberwerth	Oberwerth	05.09.2009	10 km		1	00:52:09	
Bremm	Manfred	Weitersburg	Weitersburg	12.09.2009	10 km		2	00:52:22	
Bremm	Manfred	Tus Roland Brey	Brey	20.09.2009	13 km		1	01:06:40	
Bremm	Manfred	Töpfermarkt Lauf		10.10.2009	10 km		1	00:51:51	
Daleki	Jörn	Münz Silvesterlauf 2008	Montabaur	31.12.2008	10			47.06	
Daleki	Jörn	25.Int. Volkslauf	Urmitz	08.03.2009	10			45.22	
Daleki	Jörn	21. Volkslauf im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10,4			48.06	
Daleki	Jörn	19. Int. Mittwochs-Volkslauf	Lonnig	17.06.2009	10			48.00	
Daleki	Jörn	20. Int. Volkslauf	Alsbach	20.06.2009	10			44.31	
Daleki	Jörn	Rund um die Sporkenburg	Eitelborn	27.06.2009	10			44.52	
Daleki	Jörn	40. Int. Nettetal Volkslauf	Ochtendung	26.08.2009	10			46.52	
Daleki	Jörn	20. Int. Dierdorfer Stadtlaf	Dierdorf	29.08.2009	10			43.21	
Daleki	Jörn	Rund um die Sporthalle Oberwerth	Koblenz	05.09.2009	10			44.20	
Daleki	Jörn	13. Köln Marathon	Köln	04.10.2009	21,1			1.42.38	
Daleki	Stephanie	7. Frankfurter Lufthansa Halbmarathon	Frankfurt	01.03.2009	21,100	W35	22.	1:47.32	

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Daleki	Stephanie	9. RheinEnergie Marathon	Bonn	26.04.2009	21,100	W35	21.	01:44:54	
Daleki	Stephanie	28. Lohners-Lauf	Mendig	01.05.2009	10,000	W35	2.	00:52:01	
Daleki	Stephanie	Mittelrhein-Marathon 2009	Koblenz	06.06.2009	21,100	W35	6.	01:40:55	
Daleki	Stephanie	20. Int. Volkslauf LG Alsbach	Alsbach	20.06.2009	21,100	W35	3.	01:47:23	
Daleki	Stephanie	13. Dreikirchener systemceram Triathlon	Hundsangen/Dreikirchen	28.06.2009		W35	1.	01:24:58	
Daleki	Stephanie	3. Bauch & Müller Westerwald Triathlon	Ransbach-Baumbach	25.07.2009		W35	4.	01:22:38	
Daleki	Uwe	Münz Silvesterlauf 2008	Montabaur	31.12.2008	10,000	M40	91 (ges.)	00:44:53	
Daleki	Uwe	7. Frankfurter Lufthansa Halbmarathon	Frankfurt	01.03.2009	21,100	M40	-	01:40:15	
Daleki	Uwe	25. Zunft-Kösch-Lauf	von Köln nach Bielstein	12.04.2009	50,000	-	-	05:04:00	
Daleki	Uwe	9. RheinEnergie Marathon	Bonn	26.04.2009	21,100	M40	238	01:44:54	
Daleki	Uwe	28. Lohners-Lauf	Mendig	01.05.2009	10,000	M40	13	00:51:57	
Daleki	Uwe	16. Mönchsheide-Waldlauf	Bad Breisig	03.05.2009	21,100	M40	14	01:44:21	
Daleki	Uwe	3. Windhagen Marathon	Windhagen	24.05.2009	42,125	M40	32	04:25:40	
Daleki	Uwe	19. Int. Mittwochs-Volkslauf Lonnig	Lonnig	17.06.2009	10,000	M40	9	00:44:22	
Daleki	Uwe	20. Int. Volkslauf LG Alsbach	Alsbach	20.06.2009	21,100	M40	2	01:36:41	
Daleki	Uwe	39. Int. Volkslauf Eitelborn	Eitelborn	27.06.2009	10,000	M40	4	00:43:03	
Daleki	Uwe	24. Int.Volkslauf Über den Rheinsteig "Rund um Rommersdorf"	Heimbach-Weis	01.08.2009	10,000	M40	4.	00:42:56	
Daleki	Uwe	33. Monschau Marathon	Monschau	09.08.2009	42,125	M40	71.	03:53:15	
Daleki	Uwe	13. Köln Marathon	Köln	04.10.2009	42,125	M40	323.	03:32:18	
Daleki	Uwe	23. Löwenlauf	Hachenburg	17.10.2009	21,100	M40	23.	01:41:55	
Daleki	Uwe	Commerzbank Frankfurt Marathon	Frankfurt	25.10.2009	42,125	M40	141.	03:46:04	
Fergen	Nicole	Silvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	5,8	W40	147.	37.32	
Fergen	Nicole	Winterlaufserie	Ochtendung	01.03.2009	8,1	W40	1.	46.43	
Fergen	Nicole	Im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10,4	W40	6	01:01:13	
Fergen	Nicole	Rund um Rommersdorf	Heimbach-Weis	01.08.2009	10	W40	6	58.57	
Fergen	Nicole	Halloween-Lauf	Kobern-Gondorf	31.10.2009	9,7	W 40	9	06:40:00	
Fergen	Nicole	Winterlaufserie	Ochtendung	04.01.2009	8,1	W40	1.	46.51	
Fergen	Nicole	Winterlaufserie	Ochtendung	01.02.2009	8,1	W40	1.	45.29	
Fergen	Nicole	Rhein-Lahn-Volkslauf	Horchheim	28.02.2009	10	W40	3.	55.55	
Fergen	Nicole	Rund um die Sporthalle Oberwerth	Koblenz	05.09.2009	10	W 40	7.	00:54:54	
Forster	Florian	7. Frankfurter Lufthansa Halbmarathon	Frankfurt	01.03.2009	21,100	MHK	120.	01:48:01	
Hahn	Arnold	Silvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10Km	M45	338	52:22	

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Hahn	Arnold	19.Intern.Mittwochs-Volkslauf	Lonnig	17.06.2009	10Km	M45	89/77/18	51:40	
Hahn	Arnold	Rund um Rommersdorf	Heimbach-Weis	01.08.2009	10Km	M45	79/11	51:06	
Hahn	Arnold	Rund um Nochern	Nochern	07.08.2009	10Km	M45	23 / 4	51:03	
Hahn	Arnold	Köln Marathon	Köln	04.10.2009	21,1Km	M45	2199/367	1:48:18	
Hahn	Maritta	Silvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10Km	W45	663	1:04:41	
Hahn	Maritta	Volkslauf im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10Km	W45	90/21/4	1:05:59	
Hahn	Maritta	19.Intern.Mittwochs-Volkslauf	Lonnig	17.06.2009	10Km	W45	130/30/9	1:07:27	
Hahn	Maritta	Rund um Rommersdorf	Heimbach-Weis	01.08.2009	10Km	W45	156/7	1:07:55	
Hahn	Maritta	Borkumer Meilenlauf	Borkum	05.09.2009	10,7Km	W45	39	1:09:26	
Hahn	Maritta	Köln Marathon	Köln	04.10.2009	21,1KM	W45	2951/426	2:19:56	
Hahn	Maritta	Halloweenlauf Kobern-Gondorf	Kobern	31.10.2009	9,7Km	W45	214/11	01:00:49	
Hahn	Michael	Mittelrhein-Marathon	Koblenz	06.06.2009	21,1	M30	1115	01:57:13	
Hahn	Michael	Köln-Marathon	Köln	04.10.2009	21,1	M30	3104	01:53:21	
Halfmann	Dieter	Mittelrhein-Marathon	Koblenz	06.06.2009	10 km	M50	33.	1:31:08	
Halfmann	Michèle	Mittelrhein-Marathon	Koblenz	06.06.2009	10 km	W50	79.	1:31:08	
Halfmann	Thomas	Rhein-Lahn-Volkslauf	Horchheim	28.02.2009	10 km	M	5	00:49:00	
Halfmann	Thomas	Volkslauf "Fürchen"	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10,4 km	MHK	3	00:47:31	
Halfmann	Thomas	Nettetal	Ochtendung	26.08.2009	10 km	20	9	49:09	
Halfmann	Thomas	Köln Marathon	Köln	04.10.2009	21,1KM				
Hastrich	Armin	21.Lauf "Rund um den Wasserturm"	Engers	28.03.2009	10	M60	5.	00:54:12	
Hastrich	Armin	28. Intern.Vulkan-Halbmarathon	Mendig	01.05.2009	10	M60	5.	00:58:40	
Hastrich	Armin	29. Volksstraßenlauf	Niederbreitbach	18.07.2009	10	M60	4.	00:50:36	
Hastrich	Armin	24. Volkslauf "Rund um Rommersdorf"	Heimbach-Weis	01.08.2009	10	M60	5.	00:52:40	
Hastrich	Armin	26. Lauf "Rund um Nochern"	Nochern	07.08.2009	10	M60	3.	00:53:21	
Hastrich	Armin	1.Brohlbachtal-Lauf 2009	Gamlen	15.08.2009	21,1	M60	2.	02:18:21	
Hastrich	Armin	40.Int.Nettal-Volkslauf	Ochtendung	26.08.2009	10	M60	6.	00:54:43	
Hastrich	Armin	33. Straßenlauf	Bacharach	03.10.2009	10	M60	1.	00:49:09	
Hastrich	Armin	25. Töpfermarktlauf	Ransbach-Baumbach	10.10.2009	10	M60	3.	00:52:36	
Heitz	Claudia	Rhein-Lahn Volkslauf	Ko. Horcheim	28.02.2009	10	W40	2	00:52,18	
Heitz	Claudia	17. Volkslauf	Neuhäusel	25.04.2009	10	W40	3	00:59,04	
Heitz	Claudia	MRM	Koblenz	06.06.2009	21	W 40	28	01,50,49	
Heitz	Claudia	Köln-Marathon	Köln	04.10.2009		W 40	132	01,54,24	
Himrich	H.Joachim	9. RheinEnergie Marathon	Bonn	26.04.2009	21,1	M 55	24	01:40:45	

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Himrich	H.Joachim	13. Köln Marathon	Köln	04.10.2009	42,195	M 55	38	03:32:45	
Himrich	Simone	9. RheinEnergie Marathon	Bonn	26.04.2009	21,1	W 40	54	01:53:30	
Himrich	Simone	Mittelrhein-Marathon 2009	Koblenz	06.06.2009	21,1	W 40	32	01:52:28	
Himrich	Simone	13. Köln Marathon	Köln	04.10.2009	42,195	W 40	71	03:54:32	
Jungfer	Leane	Mönchsheide-Waldlauf	Bad Breisig	02.05.2005	10 Km			1.25.40	
Jungfer	Leane	Volkslauf Nickenicher Meilen	Nickenich	22.05.2005	5 Km			47.50	
Jungfer	Leane	Rund um den Laacher See	Mendig	20.09.2008	8,4 Km			1.13.04	
Kluge	Ortrun	Volkslauf im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	12.06.2005	4.200 m			37.37	
Kluge	Ortrun	21. Intern.Volkslauf	Alsbach	19.06.2005	4,2 Km			36.50	
Meder	Gisela	4. Bad Emser Stadtlauf	Bad Ems	15.05.2004				40.40	
Meder	Gisela	Volkslauf im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	12.06.2005	4.200 m			35.21	
Meder	Gisela	20. Intern.Volkslauf	Alsbach	19.06.2005	4,2 Km			36.09	
Meder	Gisela	Rund um den Laacher See	Mendig	20.09.2008	8,4 Km			1.12.33	
Meder	Willi	Rund um den Laacher See	Mendig	20.09.2008	8,4 Km			1.08.03	
Meuer	Sigrid	Crosslauf	Eitelborn	15.11.2008	4.640	W50	1	0:21:36	
Meuer	Sigrid	Tauris Crosslauf	Mülheim-Kärlich	23.11.2008	4.050	W50	1	0:17:45	
Meuer	Sigrid	Winterlaufserie	Ochtendung	04.01.2009	8.100	W50	1	0:41:16	
Meuer	Sigrid	Winterlaufserie	Ochtendung	01.02.2009	8.100	W50	1	0:40:47	
Meuer	Sigrid	Bike-In-Lauf	Sinzig	15.02.2009	10.000	W50	2	0:49:05	
Meuer	Sigrid	Rhein-Lahn-Lauf	Horchheim	28.02.2009	10.000	W50	1	0:50:05	
Meuer	Sigrid	Winterlaufserie	Ochtendung	01.03.2009	10.000	W50	1	0:43:09	
Meuer	Sigrid	Urmitz	Urmitz	08.03.2009	10.000	W50	1	0:49:13	
Meuer	Sigrid	Rund um den Kalterbachsee	Neuhäusel	25.03.2009	10.000	W50	2	0:51:01	
Meuer	Sigrid	Engers	Engers	28.03.2009	10.000	W50	1	0:51:06	
Meuer	Sigrid	Lohners-Vulkan-Halbmarathon	Mendig	01.05.2009	21.100	W50	1	0:51:56	
Meuer	Sigrid	Bad Ems	Bad Ems	16.05.2009	10.000	W50	2	23:36:00	
Meuer	Sigrid	Mittelrheinmarathon	Koblenz	06.06.2009	21.100	W50	5	01:40:00	
Meuer	Sigrid	Höhr-Grenzhausen	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10.000	W50	1	00:49:38	
Meuer	Sigrid	Lonnig	Lonnig	17.06.2009	10.000	W50	1	00:49:56	
Meuer	Sigrid	Alsbach	Alsbach	20.06.2009	10.000	W50	2	00:48:14	
Meuer	Sigrid	Eitelborn	Eitelborn	27.06.2009	10.000	W50	1	00:48:05	
Meuer	Sigrid	Heimbach-Weiß	Heimbach-Weiß	01.08.2009	10.000	W50	1	00:49:55	
Meuer	Sigrid	Nochern	Nochern	07.08.2009	10.000	W50	1	00:50:26	

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Meuer	Sigrid	Ochtendung	Ochtendung	26.08.2009	10.000	W50	2	00:50:55	
Meuer	Sigrid	Oberwerth	Koblenz	05.09.2009	10.000	W50	2	00:47:40	
Meuer	Sigrid	Köln	Köln	04.10.2009	21.100	W50	23	01:51:52	
Meuer	Sigrid	Töpferlauf	Ransbach Baumach	10.10.2009	10.000	W50	1	00:51:37	
Meuer	Sigrid	Halloween-Lauf	Kobern-Gondorf	31.10.2009	10.000	W50	3	00:49:28	
Meurer	Ken	Volkslauf im Höhrer Wald	Höhr-Grenzhausen	12.06.2005	4.200 m			39.21	
Meurer	Kenneth	24. Intern.Volkslauf	Alsbach	19.06.2005	4,2 Km			39.36	
Otto	Wolfgang	münz Silvesterlauf montabaur	Montabaur	31.12.2008	10 km	M35	10	43:19 min	
Otto	Wolfgang	26. Rhein Lahn Volkslauf	Horchheim	28.02.2009	10 Km	M35	4	41:41 min	
Otto	Wolfgang	25. Internationaler Volkslauf	Urmitz	08.03.2009	10 Km	M35	4	41:17 min	
Otto	Wolfgang	46. Nordschwabenlauf	Gundelfingen	18.04.2009	10 Km	M35	4	38:19 min	
Otto	Wolfgang	Gorch Fock Marathom	Wilhelmshaven	17.05.2009	42,195 Km	M35	7	03:17:04	
Otto	Wolfgang	Mittelrhein Halbmarathon	Koblenz	08.06.2009	21,1 Km	M35	11	01:28:06	
Otto	Wolfgang	Suunto Halbmarathon	Füssen	25.07.2009	21,1 Km	M35	6	01:33:06	
Otto	Wolfgang	Tour de Tirol Marathon	Söll	10.10.2009	42,195 Km	M35	42	04:51:56	
Peifer	Ralf	Münz-Silvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10	M35	17.	00:45:27	
Peifer	Ralf	7.Lufthansa Halbmarathon	Frankfurt	01.03.2009	21,1	M35	108.	01:38:33	
Peifer	Ralf	25. Int.-Volkslauf	Urmitz	08.03.2009	10	M35	5.	00:42:42	
Peifer	Ralf	21. Int.-Volkslauf	Engers	28.03.2009	10	M35	8.	00:43:08	
Peifer	Ralf	Runnung for Children	Windhagen	24.05.2009	21,1	M35	11.	01:52:42	
Peifer	Ralf	Deichlauf	Neuwied	29.05.2009	10	M35	9.	00:45:24	
Peifer	Ralf	RZ Mittelrhein Marathon	Koblenz	06.06.2009	21,1	M35	33.	01:38:11	
Peifer	Ralf	19. Int.-Volkslauf	Lonnig	17.06.2009	10	M35	6.	00:45:29	
Peifer	Ralf	20. Volkslauf	Alsbach	20.06.2009	21,1	M35	1.	01:39:47	
Peifer	Ralf	1. Charity Walk	Neuwied	28.06.2009	7,5	M35	3.gesamt	00:32:19	
Peifer	Ralf	5. Wasserlauf	Montabaur	12.07.2009	10	M35	2.	00:42:03	
Peifer	Ralf	29. Volkslauf	Niederbreitbach	18.07.2009	10	M35	6.	00:40:57	
Peifer	Ralf	24.Int. Volkslauf	Heimbach	01.08.2009	10	M35	2.	00:42:19	
Peifer	Ralf	5. Bahnlauf	Neuwied	07.08.2009	5	M35	4.	00:19:24	
Peifer	Ralf	20.VL Maischeid	Dierdorf	29.08.2009	10	M35	5.	00:39:45	
Peifer	Ralf	15. VL Oberwerth	Koblenz	05.09.2009	10	M35	4.	00:40:13	
Peifer	Ralf	13. Marathon	Köln	04.10.2009	42,2	M35	211.	03:28:24	
Peifer	Ralf	18. Leinpfad-Volkslauf	Weißenthurm	11.10.2009	10	M35	4.	00:40:20	

## Volkslauf Saison 2008 - 2009

Peifer	Ralf	23. Löwenlauf	Hachenburg	17.10.2009	21,1	M35	3.	01:31:20	
Peifer	Ralf	Commerzbank Marathon	Frankfurt	25.10.2009	12	Staffel	23.	03:06:00	
Peifer	Ralf	8.Stadtlauf	Neuwied	08.11.2009	10	M35	4.	00:39:55	
Schmalebach	Hans	24. Volkslauf	Heimbach-Weis	01.08.2009	10	M 65	5	01,08,01	
Schmalebach	Hans	Köln-Marathon	Köln	04.10.2009		M 65	73	02,33,12	
Schmalebach	Rosi	Sylvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10	W 60	1	00,54,51	
Schmalebach	Rosi	Rhein-Lahn Volkslauf	Ko. Horcheim	28.02.2009	10		1	00,54,18	
Schmalebach	Rosi	17. Volkslauf	Neuhäusel	25.04.2009	10		1	00,59,11	
Schmalebach	Rosi	Vulkan Halbmarathon	Mendig	01.05.2009	10		1	1,00,55	
Schmalebach	Rosi	MRM	Koblenz	06.06.2009	21	W 60	5	01,57,35	
Schmalebach	Rosi	24. Volkslauf	Heimbach-Weis	01.08.2009	10	W 60	1	00,59,54	
Schmalebach	Rosi	Sporthalle Oberwerth	Koblenz	05.09.2009	10	w 60	1	00:54:18	
Schmalebach	Rosi	Köln-Marathon	Köln	04.10.2009	21	W 60	5	01,58,27	
Schmalebach	Rosi	Leinpfad-Volkslauf	Weißenthurm	11.10.2009	10 KM	W 60	1	00,53,03	
Schumacher	Dietmar	Männlichen Halbmarathon	Grindelwald	21.06.2009	21,1 km	M60	12	03:33:18	
Schumacher	Dietmar	Jungfrau- Marathon	Interlaken (Schweiz)	05.09.2009	42,195 km	M 60	97	06.09.2009	
Schwenkmezger	Klaus	9. Rhein Energie Marathon	Bonn	26.04.2009	21,1 KM	M50		02:04:00	
Schwenkmezger	Klaus	13. Köln-Marathon	Köln	04.10.2009	42,2	M50		04:32:00	
Strödter	Christian	Sylvesterlauf	Montabaur	31.12.2008	10KM			00:51:39	
Strödter	Christian	Horchheim	Horchheim	28.02.2009	10Km			47:50:00	
Strödter	Christian	Urmitz	Urmitz	08.03.2009	10Km			46:56:00	
Strödter	Christian	Bad Breisig	Bad Breisig	03.05.2009	21Km			01:48:00	
Strödter	Christian	Mittelrheinmarathon	Koblenz	06.06.2009	21Km			1:44:20	
Strödter	Christian	Höhr-Grenzhausen	Höhr-Grenzhausen	13.06.2009	10,4Km			0:47:40	
Strödter	Christian	Eitelborn	Eitelborn	27.06.2009	10Km	M30		0:47:40	
Strödter	Christian	Heimbach-Weis	Heimbach-Weis	01.08.2009	10Km	M30		0:46:54	
Strödter	Christian	Dierdorf	Dierdorf	29.08.2009	10Km	M30	4	0:45:16	
Strödter	Christian	Köln Halbmarathon	Köln	26.09.2009	21Km	M30	1645	1:43:54	
Strödter	Christian	Tränkemenschenlauf	Ko - Güls	16.10.2009	-10Kg Kartoffelsack				
Stubbe	Peter	26. Rhein-Lahn Lauf	Horchheim	28.02.2009	10			00:46:51	
Stubbe	Peter	Strongman Run	Weeze	29.03.2009	18			02:26:09	
Stubbe	Peter	Neuwieder Deichlauf	Neuwied	29.05.2009	10			00:44:51	
Stubbe	Peter	Mittelrhein-Marathon	Koblenz	06.06.2009	21			01:39:38	

