

## Einlaufliste wbl. / mnl. 4. Zeitlauf 5.000m (unter 19:00 Min)

Plg.	Name	Vorname	Verein / Ort	AK	Runde 1	Runde 2	Runde 3	Runde 4	Runde 5	Runde 6	Runde 7	Runde 8	Runde 9	Runde 10	Runde 11	Runde 12	Zielzeit	Jg	Stnr.
1.	Böhm	Nicole	Team Dologiet	W30	0:00:41	0:02:08	0:03:35	0:05:04	0:06:32	0:08:01	0:09:31	0:11:00	0:12:27	0:13:55	0:15:23	0:16:48	<b>0:18:07</b>	1980	852
2.	Martens	Vera	Spiridon Frankfurt	W40	0:00:41	0:02:08	0:03:35	0:05:04	0:06:31	0:08:00	0:09:29	0:10:57	0:12:26	0:13:56	0:15:23	0:16:48	<b>0:18:09</b>	1969	860
1.	Bock	Christian	Lg Maifeld-Pellenz	mJA	0:00:38	0:01:57	0:03:17	0:04:38	0:06:00	0:07:23	0:08:42	0:10:03	0:11:23	0:12:45	0:14:07	0:15:24	<b>0:16:33</b>	1992	900
2.	Mannebach	Niklas	TUS Ahrweiler	mJB	0:00:39	0:01:58	0:03:18	0:04:38	0:06:00	0:07:23	0:08:47	0:10:13	0:11:40	0:13:07	0:14:36	0:16:04	<b>0:17:22</b>	1994	859
3.	Potratz	Frank	TSK-Oranien	M45	0:00:40	0:02:05	0:03:32	0:04:56	0:06:22	0:07:47	0:09:13	0:10:38	0:12:03	0:13:28	0:14:52	0:16:15	<b>0:17:29</b>	1963	902
4.	Ferenschild	Valentin	LG Rhein-Wied	mJA	0:00:39	0:02:01	0:03:25	0:04:51	0:06:18	0:07:46	0:09:13	0:10:40	0:12:03	0:13:28	0:14:53	0:16:18	<b>0:17:39</b>	1992	855
5.	Neuburger	Matthias	LG Bambule WW	M35	0:00:38	0:02:00	0:03:25	0:04:51	0:06:19	0:07:46	0:09:12	0:10:39	0:12:05	0:13:31	0:14:58	0:16:24	<b>0:17:43</b>	1974	861
6.	Gödert	Alexander	La Tus Mayen	mJB	0:00:40	0:02:01	0:03:25	0:04:50	0:06:18	0:07:45	0:09:13	0:10:39	0:12:05	0:13:31	0:14:58	0:16:26	<b>0:17:47</b>	1994	856
6.	Christiansen	Hannes	1. FC Kaiserslautern	M20	0:00:42	0:02:09	0:03:34	0:05:00	0:06:26	0:07:54	0:09:21	0:10:47	0:12:14	0:13:42	0:15:09	0:16:33	<b>0:17:47</b>	1989	853
8.	Dolate	Jürgen	LG Rhein-Wied	M45	0:00:42	0:02:10	0:03:36	0:05:03	0:06:29	0:07:57	0:09:25	0:10:52	0:12:20	0:13:48	0:15:12	0:16:38	<b>0:17:49</b>	1964	867
9.	Becker	Manuel	LG Rhein-Wied	mJA	0:00:40	0:02:06	0:03:32	0:04:58	0:06:24	0:07:51	0:09:20	0:10:48	0:12:16	0:13:44	0:15:10	0:16:36	<b>0:17:53</b>	1991	851
10.	Krzywik	Raimund	L. F. Naheland Bad Kreuznach	M45	0:00:41	0:02:07	0:03:32	0:04:57	0:06:23	0:07:51	0:09:19	0:10:48	0:12:17	0:13:46	0:15:15	0:16:43	<b>0:17:59</b>	1964	866
11.	Ricks	Andre	SIG Labor Koblenz	M35	0:00:41	0:02:06	0:03:32	0:04:57	0:06:23	0:07:51	0:09:20	0:10:47	0:12:17	0:13:46	0:15:16	0:16:44	<b>0:18:03</b>	1971	863
12.	Kilanowski	Ralf	TV Jahn Eitelborn	M45	0:00:42	0:02:08	0:03:36	0:05:05	0:06:32	0:08:01	0:09:31	0:11:01	0:12:28	0:13:58	0:15:27	0:16:58	<b>0:18:26</b>	1963	857
13.	Schmidt	Heribert	Anne-Frank-Realschule-Mtbr.	M55	0:00:42	0:02:09	0:03:36	0:05:04	0:06:30	0:07:59	0:09:29	0:11:00	0:12:31	0:14:05	0:15:40	0:17:12	<b>0:18:43</b>	1953	868
14.	Reckter	Johannes	TUS Immendorf	mJB	0:00:39	0:02:01	0:03:26	0:04:51	0:06:19	0:07:47	0:09:14	0:10:48	0:12:19	0:13:56	0:15:36	0:17:14	<b>0:18:44</b>	1994	862
	Cocker	Kenton	LG Kreis Ahrweiler	mJA	0:00:38	0:01:57	0:03:17	0:04:38	0:06:00	0:07:23								1992	901
	Thewes	Carsten	Triathlon TUS Ahrweiler	M40	0:00:42	0:02:09	0:03:36	0:05:05	0:06:32	0:08:02								1968	864