

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
<b>Halbmarathon (21,1 km)</b>								
<b>m</b>								
1.	8	1.	MHK	Emmanuel Samal	1989	m	1:08:17,0	
2.	1	1.	M30	Maciek Miereczko	1979	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:09:15,0
3.	3	2.	M30	Daniel Weiser	1976	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:15:53,0
4.	874	3.	M30	Frank Thonfeld	1979	m		1:19:24,0
5.	2	1.	M35	John Achtendung	1973	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:20:16,0
6.	876	2.	M35	Frank Kugelmeier	1971	m		1:22:28,0
7.	492	1.	M40	Winni Penno	1969	m	SSG Königswinter	1:23:42,0
8.	573	1.	M45	Jan Grabowski	1963	m	LT Siebengebirge	1:24:11,0
9.	515	2.	M40	Jörg Antl	1966	m	Tria-Equipe-Elz	1:25:02,0
10.	170	3.	M40	Thomas Mael	1965	m	SSG Königswinter	1:27:05,0
11.	273	1.	M50	Chris Fröhlich	1959	m	TV 1860 Nassau	1:27:18,0
12.	652	4.	M40	Patrick Küpper	1968	m		1:27:44,0
13.	210	4.	M30	Housein Deli	1979	m	RT Wind Immobilien	1:28:41,0
14.	589	2.	M45	Michael Wagner	1963	m	LT TV08 Lohmar	1:28:48,0
15.	314	5.	M40	Jürgen Mirbach	1969	m	Skills 04 Frankfurt	1:29:05,0
16.	110	6.	M40	Andreas Früh	1965	m	LT Dünwalder TV 1905	1:29:07,0
17.	323	7.	M40	Eckhard Rüth	1966	m	LG Rhein-Wied	1:29:13,0
18.	179	8.	M40	Christoph Hartmann	1966	m	SSF Bonn	1:29:36,0
19.	329	2.	M50	Günther Dreser	1959	m	LT Ahrweiler	1:29:59,0
20.	859	5.	M30	Pitt Niehusmann	1978	m		1:30:26,0
21.	360	3.	M35	Fabio Coellner	1972	m	GO! Express & Logistics	1:30:26,0
22.	695	9.	M40	Udo Schneider	1966	m	LT Siebengebirge	1:30:41,0
23.	685	10.	M40	Tevfik Baylan	1969	m	Tura Remscheid-Süd	1:30:43,0
24.	629	3.	M50	Erwin Wagner	1955	m	LT SV Westum	1:30:57,0
25.	607	11.	M40	Torsten Rasch	1965	m	LT Siebengebirge	1:31:07,0
26.	21	1.	MJA	Andreas Mertesacker	1990	m	CT Zandegiacomo	1:31:38,0
27.	400	12.	M40	Lutz Rams	1969	m	SG Wiedal Niederbreitbach	1:31:48,0
28.	6	2.	MHK	Thomas Esch	1988	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:31:50,0
29.	309	4.	M35	Andreas Rappenhöner	1972	m	LONG WAY RUNNERS	1:31:57,0
30.	631	5.	M35	Joachim Vogt	1971	m		1:33:01,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
31.	399	13.	M40	Michael Bungartz	1967	m	St. Seb. Schützen Brenig	1:33:12,0
32.	684	1.	M55	Josef Schmitz	1954	m		1:33:31,0
33.	436	14.	M40	Jens Früchte	1967	m		1:33:37,0
34.	564	6.	M30	Daniel Niemann	1975	m	RT Wind Immobilien	1:33:53,0
35.	561	4.	M50	Jürgen Koch	1955	m		1:35:08,0
36.	239	15.	M40	Thomas Müller	1969	m	LT Siebengebirge	1:35:13,0
37.	868	16.	M40	Jürgen Rudolph	1966	m	Lunge-Koblenz	1:35:16,0
38.	694	6.	M35	Alexander Hack	1970	m		1:35:25,0
39.	664	5.	M50	Thomas Herget	1958	m	BSG Merck	1:35:47,0
40.	536	3.	M45	Thomas Christ	1962	m		1:35:55,0
41.	608	3.	MHK	Daniel Wittoesch	1981	m	Team Erdinger Alkoholfrei	1:36:03,0
42.	441	7.	M30	Alexander Stein	1976	m	Team Weizenbiker	1:36:03,0
43.	432	4.	M45	Norbert Koschitzki	1963	m	Eintracht Duisburg 1848 eV	1:36:19,0
44.	672	5.	M45	Thomas Schad	1963	m	Tura Remscheid-Süd	1:36:21,0
45.	396	7.	M35	Claas Gödecke	1973	m	SSF Bonn Triathlon	1:36:29,0
46.	300	6.	M45	Philippe H.-J. Mönikes	1962	m	LT Siebengebirge	1:36:38,0
47.	606	17.	M40	Marco Fagotti	1966	m		1:37:22,0
48.	321	8.	M35	Michael Armbrust	1974	m	LT Hennef / Sieg	1:37:29,0
49.	235	18.	M40	Michael Wank	1969	m	LT Hennef / Sieg	1:37:29,0
50.	853	19.	M40	Gregor Nassen	1967	m	StaffelMarathon Waldbreitbach	1:37:32,0
51.	341	6.	M50	Eckhard Oppermann	1959	m		1:37:33,0
52.	244	20.	M40	Bernd Körner	1969	m	LT Büchelstraße	1:37:45,0
53.	658	7.	M50	Dr. Helmut Kleppert	1955	m		1:37:55,0
54.	326	7.	M45	Alexander Hausen	1964	m	De Friedaachs Fründe	1:37:59,0
55.	392	8.	M45	Jürgen Reiser	1963	m	LG RWE Power	1:38:09,0
56.	686	4.	MHK	Patrick Schmitz	1980	m	TUS Erpel	1:38:28,0
57.	376	21.	M40	Reiner Neiß	1969	m	TUS DEUZ /Siegerland	1:38:31,0
58.	448	9.	M35	Andreas Giessler	1974	m	BZfAR	1:38:32,0
59.	530	8.	M30	Marc Stodden	1977	m	SIBI	1:38:37,0
60.	404	2.	MJA	Sebastian Berels	1990	m		1:38:40,0
61.	454	9.	M45	Thomas Joppe	1963	m		1:38:45,0
62.	408	22.	M40	Thomas Herdler	1969	m		1:38:47,0
63.	373	8.	M50	Matthias Wiebecke	1957	m		1:38:50,0
64.	317	9.	M50	Hermann Stopperich	1957	m	DJK Fernthal	1:38:58,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
65.	249	23.	M40	Carsten Dr. Lenz	1965	m	Tri Team Gegenwind Hippos	1:39:16,0
66.	523	10.	M50	Marius Keil	1959	m	ASV Köln Triathlon	1:39:20,0
67.	655	10.	M45	Sascha Kukulka	1964	m	100% Parknology	1:39:23,0
68.	265	11.	M50	Hartmut Lange	1959	m		1:39:35,0
69.	308	5.	MHK	Richard Cardinale	1989	m	Kammerforst	1:39:37,0
70.	464	24.	M40	Karl Skiba	1967	m	Vinxel	1:39:41,0
71.	70	11.	M45	Andreas Romahn	1964	m	SDV-Lauftreff	1:39:43,0
72.	691	2.	M55	Udo Lohrengel	1951	m	LLG St. Augustin	1:39:58,0
73.	546	25.	M40	Adrian Sym	1967	m	SIBI	1:40:06,0
74.	29	12.	M45	Paul Brüning	1962	m	Rheinhöhenlauf	1:40:08,0
75.	643	6.	MHK	Jörg Neurath	1980	m		1:40:11,0
76.	271	13.	M45	Jörg Schleicher	1961	m	Rhöndorfer TV	1:40:15,0
77.	507	12.	M50	Wilhelm Loepke	1955	m	TVE Bad Münstereifel	1:40:24,0
78.	77	26.	M40	Rainer Kaspar	1968	m		1:40:29,0
79.	296	7.	MHK	Denis Rothe	1982	m		1:40:36,0
80.	390	27.	M40	Franz-Peter Schenk	1965	m		1:40:38,0
81.	264	28.	M40	Norbert Franzen	1967	m	BSG SSK Bad Honnef	1:40:57,0
82.	637	29.	M40	Rudolf Dreesbach	1966	m	LT Siebengebirge	1:41:02,0
83.	697	14.	M45	Manfred Peters	1961	m	WLG Hüchel	1:41:10,0
84.	599	8.	MHK	Matthias Kühl	1989	m		1:41:14,0
85.	100	10.	M35	Uwe Klein	1972	m	DJK Fernthal	1:41:15,0
86.	633	30.	M40	Günter Leykum	1967	m	FV Bad Honnef	1:41:38,0
87.	293	13.	M50	Lutz Schröder	1959	m	www.prammlers-sofa.de	1:41:49,0
88.	403	3.	MJA	Niklas Jüngling	1990	m		1:41:55,0
89.	355	3.	M55	Peter Veith	1950	m	DAV-Siegen	1:41:56,0
90.	289	9.	M30	Simon Schwarzer	1979	m		1:42:02,0
91.	693	14.	M50	Jürgen Kirschbaum	1959	m	SC Dattenberg	1:42:04,0
92.	304	15.	M50	Wolfgang Bernath	1959	m	www.staffelmarathon.info	1:42:09,0
93.	548	4.	MJA	Christoph Herzog	1991	m	SIBI	1:42:13,0
94.	453	31.	M40	René Borowski	1966	m	Sportschützen Beuel / Sommerbiathlon	1:42:14,0
95.	365	15.	M45	Andreas Poll	1963	m	CJD Königswinter	1:42:15,0
96.	288	32.	M40	Oliver Rösch	1968	m	SSF Bonn Triathlon	1:42:29,0
97.	188	1.	M60	Hans-Jürgen Schmitt	1947	m	LT Siebengebirge	1:42:46,0
98.	7	16.	M45	Thomas Eickmann	1962	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:42:48,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
99.	35	33.	M40	Michael Weber	1965	m	SSF Bonn Triathlon	1:42:49,0
100.	5	10.	M30	Joey Kelly	1978	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:42:49,0
101.	575	17.	M45	Andreas Neuendorf	1963	m	Team Erdinger Alkoholfrei	1:42:51,0
102.	581	34.	M40	Marcus Dowald	1966	m	Team Erdinger Alkoholfrei	1:42:59,0
103.	439	11.	M35	Andreas Hansmeier	1971	m	SC Espeln	1:42:59,0
104.	238	4.	M55	Rudolf Ufer	1952	m	Rheinhöhenlauf	1:43:02,0
105.	679	18.	M45	Siegfried Lihs	1960	m		1:43:04,0
106.	677	35.	M40	Jürgen Pütz	1966	m	Bauerfeind	1:43:04,0
107.	234	16.	M50	Wolfgang Bolt	1959	m	Troisdorfer LG M.U.T.	1:43:07,0
108.	854	17.	M50	Wolfgang Menzel	1955	m	LLG St. Augustin	1:43:13,0
109.	420	36.	M40	Klaus Golchert	1965	m	ABB	1:43:18,0
110.	253	19.	M45	Rolf Weißenfels	1960	m	TV Bad Honningen eV	1:43:21,0
111.	98	5.	M55	Josef Hoß	1952	m	StaffelMarathon Waldbreitbach	1:43:21,0
112.	676	20.	M45	Uli Grohe	1962	m	Lt Jugendherberge Selhof	1:43:23,0
113.	870	37.	M40	Ulf van Deursen	1966	m		1:43:25,0
114.	357	21.	M45	Stephanus Kockmann	1963	m		1:43:35,0
115.	550	22.	M45	Frank Pflitsch	1964	m	ASV Köln Triathlon	1:43:36,0
116.	198	11.	M30	Jochen Grüber	1976	m		1:43:49,0
117.	52	18.	M50	Michael Waldforst	1957	m	Meddy' s LWT Koblenz	1:43:51,0
118.	541	5.	MJA	Christoph Füllner	1990	m	SIBI	1:43:59,0
119.	369	38.	M40	Thomas Reul	1968	m	Herzsportgruppe Linz	1:44:08,0
120.	379	12.	M35	Matthias Hönscheid	1974	m		1:44:19,0
121.	87	6.	M55	Siggi Cierpka	1953	m	LT Siebengebirge	1:44:19,0
122.	650	39.	M40	Joachim Rick	1966	m		1:44:22,0
123.	498	13.	M35	Steffan Fischer	1974	m		1:44:26,0
124.	160	7.	M55	Joachim Spölgen	1954	m	Pulheimer SC	1:44:31,0
125.	165	40.	M40	Bernd Brug	1966	m	electronic components	1:44:34,0
126.	423	19.	M50	Thomas Konradi	1959	m	TSV RRH	1:44:39,0
127.	683	41.	M40	Ali Haydar Koc	1969	m		1:44:41,0
128.	302	23.	M45	Thomas Henseler	1962	m	Team Samui	1:44:42,0
129.	345	42.	M40	Christian Frenzel	1966	m	vericos	1:44:44,0
130.	547	6.	MJA	Sören Künzel	1991	m	SIBI	1:44:54,0
131.	681	20.	M50	Toni Leydendecker	1956	m		1:44:58,0
132.	445	24.	M45	Frank Zickler	1964	m	Remscheider SV	1:45:06,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
133.	53	25.	M45	Peter Klaus	1962	m	TV Eiche	1:45:12,0
134.	148	14.	M35	Jens Bräunig	1970	m	TV Rheinbach	1:45:13,0
135.	397	8.	M55	Karl-Josef Reinartz	1951	m	SC Oberodenthal	1:45:16,0
136.	612	43.	M40	Peter Stubbe	1966	m	Team Erdinger Alkoholfrei	1:45:22,0
137.	15	26.	M45	Joachim Frank	1962	m	Niersrunners - Wachtendonk	1:45:25,0
138.	181	27.	M45	Friedhelm Baum	1960	m		1:45:45,0
139.	34	9.	M55	Manfred Kautzky	1953	m	SV Unkel Abt:Männerturnen	1:45:55,0
140.	680	21.	M50	Theo Schymanietz	1957	m	Tura Remscheid-Süd	1:45:59,0
141.	864	44.	M40	Michael Hellmann	1967	m	Sport-Fabrik-Bonn	1:46:06,0
142.	563	15.	M35	Bernd Willner	1971	m	Brühler TV 1879	1:46:18,0
143.	851	45.	M40	Steffen Kaufmann	1966	m	Vfl Engelskirchen	1:46:21,0
144.	277	28.	M45	Dietmar Lindenau	1964	m		1:46:23,0
145.	307	29.	M45	Mario Cardinale	1963	m	Kammerforst	1:46:25,0
146.	14	22.	M50	Hans-Peter Heinrichs	1959	m	TuWi Adenau	1:46:37,0
147.	522	16.	M35	Frank Unger	1972	m		1:46:42,0
148.	466	17.	M35	Rainer Forster	1970	m	RV Siegburg	1:46:46,0
149.	675	46.	M40	Manfred Link	1967	m		1:46:58,0
150.	428	10.	M55	Georg Rausch	1953	m	LG Gummersbach	1:47:05,0
151.	84	18.	M35	Dirk Schumacher	1970	m		1:47:07,0
152.	688	23.	M50	Richard Trumm	1955	m	TV Ransbach	1:47:11,0
153.	869	19.	M35	Jonas Siemetzi	1972	m		1:47:12,0
154.	171	12.	M30	Michael Straußfeld	1979	m	LT Siebengebirge	1:47:14,0
155.	166	24.	M50	Klaus Schneider	1956	m	LT Siebengebirge	1:47:24,0
156.	596	25.	M50	Bruno Gelbert	1958	m		1:47:27,0
157.	233	30.	M45	Bernd Laux	1960	m		1:47:33,0
158.	452	13.	M30	Martin Kruczek	1975	m	BZfAR	1:47:40,0
159.	532	1.	MJB	Andreas Bill	1992	m	SIBI	1:47:42,0
160.	250	26.	M50	Wolfgang Salchert	1959	m	LT Siebengebirge	1:47:43,0
161.	639	31.	M45	Harald Calino	1962	m		1:47:44,0
162.	417	20.	M35	Stephan Koch	1970	m	Röntgen Runners Remscheid	1:47:46,0
163.	306	21.	M35	Holger Schattke	1972	m		1:47:57,0
164.	18	32.	M45	Thorsten Böcker	1962	m	LT Siebengebirge	1:47:57,0
165.	624	9.	MHK	Robert Schüchen	1982	m		1:47:58,0
166.	554	14.	M30	Eric Detlev	1976	m	DRAGONS Rhöndorf	1:48:09,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
167.	105	33.	M45	Ralf Remers	1962	m	LT-Deesem	1:48:12,0
168.	301	10.	MHK	Paul Noel	1985	m		1:48:18,0
169.	88	34.	M45	Bernd Gawrisch	1960	m	LT Siebengebirge	1:48:20,0
170.	89	2.	M60	Wolfgang Seul	1947	m	LT SV Westum	1:48:33,0
171.	562	27.	M50	Albert Dahl	1957	m		1:48:38,0
172.	499	7.	MJA	Joern Hartung	1991	m		1:48:43,0
173.	137	11.	M55	Horst Lenz	1954	m	Westerwaldrunners	1:48:46,0
174.	141	28.	M50	Jürgen Fuchs	1959	m	LT Siebengebirge	1:48:48,0
175.	451	47.	M40	Martin Helmes	1966	m	BZfAR	1:48:52,0
176.	601	48.	M40	Thomas Wurm	1968	m		1:48:55,0
177.	325	29.	M50	Rudolf Demuth-Schütz	1955	m	SV Windhagen	1:48:59,0
178.	458	1.	SchA	Christian Mützel	1994	m		1:49:01,0
179.	413	2.	MJB	Markus Over	1993	m	MGL	1:49:08,0
180.	58	3.	MJB	Sam Frings	1993	m	Rheinenergie laufteam	1:49:08,0
181.	502	49.	M40	Gerhard Schlemm	1968	m		1:49:14,0
182.	133	30.	M50	Jörg Stumpf	1958	m	TC Rheinbrohl	1:49:18,0
183.	327	15.	M30	Björn Langer	1976	m		1:49:23,0
184.	328	35.	M45	Bernd Limbach	1961	m		1:49:24,0
185.	107	36.	M45	Bodo Schulz	1962	m	Rheinhöhenlauf	1:49:28,0
186.	660	11.	MHK	Sebastian Zimmermann	1987	m		1:49:30,0
187.	576	50.	M40	Christoph Wagner	1966	m		1:49:43,0
188.	656	1.		Dr. Stefan Schön		m		1:49:58,0
189.	312	12.	M55	Helmut Völker	1953	m		1:49:59,0
190.	292	12.	MHK	Michael Devesa	1980	m	TC Mendig	1:50:06,0
191.	16	31.	M50	Ludger Niechoj	1958	m	LT Ahrweiler	1:50:06,0
192.	456	37.	M45	Frank Stiltz	1961	m	LT Hennef / Sieg	1:50:07,0
193.	330	32.	M50	Otto Jarosch	1955	m	LG Rheinbach	1:50:13,0
194.	257	16.	M30	Thomas Hettlage	1975	m	In der Ruhe liegt die Kraft	1:50:34,0
195.	295	51.	M40	Stefan Freund	1965	m		1:50:40,0
196.	389	52.	M40	Guido Müller	1965	m		1:50:46,0
197.	590	22.	M35	Jürgen Bergmann	1970	m		1:50:47,0
198.	60	53.	M40	Thomas Hawly	1965	m		1:50:48,0
199.	505	23.	M35	Thomas Meischein	1972	m		1:51:05,0
200.	662	13.	M55	Christian Meyer	1952	m	LT Siebengebirge	1:51:22,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
201.	580	24.	M35	Hinnerk Hoff	1973	m		1:51:35,0
202.	332	25.	M35	Claudius Thiele	1971	m		1:51:36,0
203.	671	33.	M50	Frank Dallmann	1955	m	Tura Remscheid-Süd	1:51:46,0
204.	872	8.	MJA	Thomas Kemp	1991	m		1:51:50,0
205.	858	17.	M30	Tobias Mittelstaedt	1978	m		1:52:12,0
206.	510	38.	M45	Michael Kasper	1961	m	www.kaeptn-kiste.de	1:52:12,0
207.	630	39.	M45	Rainer Müller	1961	m	De Friedaachs Fründe	1:52:14,0
208.	593	14.	M55	Alfred Dr. Marmann	1954	m	VFL Waldbreitbach	1:52:17,0
209.	592	34.	M50	Klaus Rams	1959	m	VFL Waldbreitbach	1:52:17,0
210.	591	13.	MHK	Mathias Rams	1989	m	VFL Waldbreitbach	1:52:17,0
211.	351	15.	M55	Wolfgang Sandvoss	1954	m		1:52:29,0
212.	640	16.	M55	Gerd Brosowski	1954	m		1:52:30,0
213.	475	54.	M40	Robert Dömlang	1967	m		1:52:32,0
214.	469	14.	MHK	Sascha Skorupa	1984	m		1:52:36,0
215.	470	40.	M45	Michael Skorupa	1962	m		1:52:37,0
216.	648	41.	M45	Thorsten Blodau	1962	m		1:52:40,0
217.	690	1.	M70	Hermann Gunesch	1938	m	LT Siebengebirge	1:52:46,0
218.	130	42.	M45	Hans-Josef Hoß	1964	m		1:52:54,0
219.	370	55.	M40	Bernd Eul	1967	m		1:52:58,0
220.	168	17.	M55	Karl-Heinz Windheuser	1952	m	HC Hammerstein	1:53:11,0
221.	40	56.	M40	Christoph Ditscheid	1969	m		1:53:15,0
222.	19	18.	M55	Rudi Haack	1952	m	LT Siebengebirge	1:53:15,0
223.	528	19.	M55	Udo Preetz	1951	m	LT Mythos Stolberg	1:53:35,0
224.	409	26.	M35	Oliver Nauroth	1972	m		1:53:40,0
225.	435	43.	M45	Uwe Glöckner	1961	m	TBH-Hückeswagen	1:53:44,0
226.	268	35.	M50	Hans-Joachim Höhn	1957	m	LT Siebengebirge	1:53:51,0
227.	665	27.	M35	Thomas Engelmann	1973	m	WLG Hüchel	1:53:52,0
228.	545	2.	SchA	David Roth	1994	m	SIBI	1:53:53,0
229.	467	57.	M40	Frank Augustin	1968	m		1:53:53,0
230.	57	44.	M45	Jürgen Axmacher	1963	m	Troisdorfer LG M.U.T.	1:53:54,0
231.	108	45.	M45	Gerd Zerwas	1962	m		1:53:57,0
232.	539	9.	MJA	Andre Fidelak	1990	m	SIBI	1:54:08,0
233.	482	58.	M40	Thomas Becker	1967	m		1:54:08,0
234.	481	46.	M45	Hermann Schneider	1960	m		1:54:12,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
235.	333	47.	M45	Hans-Josef Homscheid	1960	m	vericos	1:54:13,0
236.	465	28.	M35	Michael Hessheimer	1973	m		1:54:15,0
237.	461	36.	M50	Herbert Hülder	1959	m	SV Windhagen	1:54:32,0
238.	636	59.	M40	Marco Kock	1967	m	SSF Bonn Triathlon	1:54:34,0
239.	559	48.	M45	Vinzenz Mewis	1961	m	LT Siebengebirge	1:54:36,0
240.	457	15.	MHK	Markus Mielke	1989	m	SIBI	1:54:36,0
241.	4	20.	M55	Hans Becker	1951	m	LAZ Puma Troisdorf Siegburg	1:54:36,0
242.	202	29.	M35	Uwe Weißenfels	1970	m	Birkenstock	1:54:52,0
243.	535	30.	M35	Mark Flatten	1971	m	SIBI	1:55:00,0
244.	156	31.	M35	Jörg Praßel	1971	m	Luftpumpe Seidenhahn	1:55:06,0
245.	126	60.	M40	Andreas Metz	1965	m		1:55:21,0
246.	500	32.	M35	Karsten Hippe	1973	m	Team Erdinger Alkoholfrei	1:55:23,0
247.	587	16.	MHK	Christoph Kill	1982	m		1:55:31,0
248.	91	49.	M45	Michael Bassemir	1964	m	Falkensteiner	1:55:43,0
249.	540	10.	MJA	Christian Füllner	1990	m	SIBI	1:55:58,0
250.	338	37.	M50	Joachim Meiser	1958	m	LTF Nurmi Urexweiler	1:56:01,0
251.	654	21.	M55	Erwin Kneip	1951	m		1:56:11,0
252.	638	50.	M45	Dieter Thomas	1960	m	LT Siebengebirge	1:56:18,0
253.	696	22.	M55	Peter Bersch	1951	m		1:56:24,0
254.	193	38.	M50	Frank Niefanger	1959	m		1:56:24,0
255.	569	51.	M45	Sven Asmus	1962	m	Just4Fun Niederkassel	1:56:25,0
256.	875	18.	M30	Wind	1977	m		1:56:30,0
257.	588	17.	MHK	Mathias Kill	1984	m		1:56:34,0
258.	207	19.	M30	Artur Kyas	1978	m	Birkenstock	1:56:35,0
259.	36	39.	M50	Martin Auen	1958	m	LT Siebengebirge	1:56:37,0
260.	577	52.	M45	Jörg Kesting	1964	m		1:56:40,0
261.	398	53.	M45	Rainer Fritz	1962	m		1:56:50,0
262.	861	54.	M45	Herbert Kuntze	1964	m	SV Metternich	1:57:05,0
263.	483	55.	M45	Werner Salz	1962	m		1:57:06,0
264.	661	40.	M50	Oskar Germscheid	1956	m	Rheinhöhenlauf	1:57:10,0
265.	647	33.	M35	Erik Wagner	1974	m		1:57:17,0
266.	267	18.	MHK	Sebastian Hühner	1980	m	www.tinnitus.fm	1:57:20,0
267.	51	41.	M50	Lothar Siebert	1958	m	Team Siebert	1:57:21,0
268.	361	56.	M45	Peter Hauptenthal	1962	m	LTF Nurmi Urexweiler	1:57:24,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
269.	153	61.	M40	Jürgen Schmelzer	1968	m		1:57:33,0
270.	862	19.	MHK	Sebastian Quadflieg	1985	m	Bundespolizei	1:57:38,0
271.	568	62.	M40	Dirk Güß	1967	m	De Friedaachs Fründe	1:57:38,0
272.	294	23.	M55	Dieter Wolter	1954	m	LTF Nurmi Urexweiler	1:57:46,0
273.	258	63.	M40	Michael Horn	1965	m	LT Siebengebirge	1:57:48,0
274.	154	42.	M50	Martin Wachs	1955	m		1:57:50,0
275.	381	57.	M45	Frank Taufebach	1962	m		1:57:54,0
276.	158	64.	M40	Ralf Schettler	1965	m	Kanu Club Königswinter	1:58:07,0
277.	668	58.	M45	Josef Höhner	1964	m	TUS Asbach	1:58:14,0
278.	468	65.	M40	Werner Schmitz	1968	m		1:58:31,0
279.	310	66.	M40	Christian Sachgau	1966	m		1:58:31,0
280.	480	67.	M40	Wolfgang Walgenbach	1965	m		1:58:36,0
281.	255	34.	M35	Martin Weber	1973	m		1:58:42,0
282.	478	59.	M45	Erich Jungbluth	1963	m		1:58:44,0
283.	305	60.	M45	Armin Merget	1963	m		1:58:50,0
284.	214	35.	M35	Konrad Hausen	1974	m	Rheinhöhenlauf	1:59:01,0
285.	224	68.	M40	Andreas Robbers	1968	m	Rheinhöhenlauf	1:59:02,0
286.	867	69.	M40	Jörg Rosenbach	1966	m		1:59:08,0
287.	646	70.	M40	Guido Schmidt-Haupt	1968	m	LG Siebengebirge	1:59:08,0
288.	491	61.	M45	Ulrich Homscheid	1961	m		1:59:11,0
289.	565	62.	M45	Bernhard Nunner	1961	m		1:59:18,0
290.	489	71.	M40	Harald Hild	1965	m		1:59:19,0
291.	240	36.	M35	Thomas Laufenberg	1972	m	Team Angi	1:59:24,0
292.	354	43.	M50	Eckhard Schwanhold	1957	m		1:59:27,0
293.	442	44.	M50	Egbert Rosteijs	1956	m		1:59:31,0
294.	521	3.	M60	Alan Stühm	1946	m	LT Siebengebirge	1:59:36,0
295.	626	24.	M55	Jaber Nafez	1952	m		1:59:37,0
296.	603	72.	M40	Dieter Kroell	1966	m		1:59:37,0
297.	430	37.	M35	Ingo Hensgens	1970	m	Wirtgen Roadrunners	1:59:38,0
298.	340	63.	M45	Herbert Engels	1962	m	SV Windhagen	1:59:38,0
299.	61	73.	M40	Pascal Thull	1966	m	LT Siebengebirge	1:59:38,0
300.	263	64.	M45	Edgar Ferenschild	1960	m		1:59:46,0
301.	863	11.	MJA	Jan Patterer	1990	m	Sibi	1:59:47,0
302.	440	74.	M40	Thomas Hausen	1966	m		1:59:49,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
303.	335	20.	MHK	Carl Kersten	1982	m	vericos	1:59:52,0
304.	45	4.	M60	Ralph Scubiac	1948	m		1:59:52,0
305.	501	75.	M40	Gunnar Steinseifer	1966	m		2:00:04,0
306.	506	76.	M40	Sigmar Kemmler	1969	m		2:00:05,0
307.	415	77.	M40	Dirk Wevelsiep	1965	m	Tri Power Rhein-Sieg	2:00:06,0
308.	343	20.	M30	Ralf Bockshecker	1978	m		2:00:10,0
309.	509	78.	M40	Andreas Marquardt	1967	m		2:00:11,0
310.	149	38.	M35	Andreas Leinhaas	1971	m		2:00:11,0
311.	604	45.	M50	Wolfgang Reuß	1959	m		2:00:24,0
312.	517	46.	M50	Ulrich Dr. Gerigk	1956	m	Malteser Krankenhaus Bonn / Rhein-Sieg	2:00:33,0
313.	344	21.	M30	Michael Mandt-Krewinkel	1977	m	St.Seb. Brenig	2:00:35,0
314.	610	21.	MHK	Aleksandar Medjed	1982	m	1. SF Brüser Berg e.V.	2:00:43,0
315.	395	79.	M40	Martin Kaiser	1968	m		2:01:04,0
316.	449	22.	M30	Matthias Longin	1978	m	BZfAR	2:01:14,0
317.	260	5.	M60	Dr. Eike Gabel	1948	m		2:01:38,0
318.	147	23.	M30	Thorsten Bonn	1978	m	LT Siebengebirge	2:01:40,0
319.	303	24.	M30	Michael Gensty	1978	m		2:02:39,0
320.	287	47.	M50	Stefan Dr. Schön	1959	m		2:02:39,0
321.	245	4.	MJB	Patrick Alfter	1993	m		2:02:47,0
322.	549	6.	M60	Friedhelm Homberg	1947	m		2:02:49,0
323.	494	39.	M35	Arno Nonnen	1970	m	Arno Nonnens running group	2:03:04,0
324.	131	65.	M45	Frank Pohl	1963	m	LT Hennef / Sieg	2:03:20,0
325.	424	48.	M50	Dieter Weber	1957	m	Condition Cologne	2:03:22,0
326.	270	22.	MHK	Christopher Zent	1989	m		2:03:23,0
327.	598	25.	M55	Hans Höller	1950	m	Martinus-Gymnasium Linz	2:03:38,0
328.	242	26.	M55	Herbert Richter	1951	m	SSF Bonn Triathlon	2:03:57,0
329.	594	27.	M55	Peter Lehnert	1953	m	VFL Waldbreitbach	2:03:58,0
330.	150	25.	M30	Andreas Hoß	1978	m		2:04:06,0
331.	23	66.	M45	Hans-Georg Möllmann	1961	m	Bocholter WSV	2:04:08,0
332.	614	40.	M35	Birger Jüchter	1972	m	Team Erdinger Alkoholfrei	2:04:12,0
333.	197	80.	M40	Ingo Frömbgen	1968	m		2:04:15,0
334.	196	67.	M45	Jürgen Zimmermann	1962	m		2:04:15,0
335.	666	81.	M40	Ingo Ungard	1965	m		2:04:27,0
336.	620	82.	M40	Markus Schumacher	1968	m		2:04:35,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
337.	625	26.	M30	Dominik Schallmo	1979	m		2:04:36,0
338.	191	12.	MJA	Marius Frenzel	1991	m		2:04:36,0
339.	371	68.	M45	Josef Buslei	1963	m	Mittwochskicker	2:04:44,0
340.	698	83.	M40	Dr Dietmar Burkhardt	1965	m		2:04:49,0
341.	109	69.	M45	Adalbert Klesz	1961	m		2:04:55,0
342.	226	49.	M50	Thomas Brügggen	1957	m	SSF Bonn Triathlon	2:04:56,0
343.	572	28.	M55	Bruno Nimmerrichter	1954	m		2:05:14,0
344.	421	41.	M35	Michael Salz	1970	m	Team Erdinger alkoholfrei	2:05:15,0
345.	284	27.	M30	Alexander Geißler	1977	m		2:05:22,0
346.	386	50.	M50	Rudolf Horzella	1956	m	SV Vettelschoss	2:05:23,0
347.	673	84.	M40	Ingo Löhner	1968	m	Flinke Föös	2:05:29,0
348.	855	85.	M40	Bernd Pohlen	1966	m		2:05:32,0
349.	297	86.	M40	Hans-Peter Landsberg	1966	m	Vfl Engelskirchen	2:05:52,0
350.	689	3.	SchA	Niklas Beckonert	1994	m	TV Eiche	2:05:55,0
351.	651	23.	MHK	Nico Luther	1983	m		2:05:58,0
352.	125	24.	MHK	Michael Behr	1982	m		2:05:59,0
353.	402	29.	M55	Richard Piotrowski	1954	m		2:06:00,0
354.	605	42.	M35	Stefan Kamp	1972	m		2:06:06,0
355.	331	1.	M65	Dietrich Wolf	1943	m	LT Siebengebirge	2:06:07,0
356.	122	70.	M45	Peter Westermann	1963	m	Holzlarer Lauftreff	2:06:45,0
357.	163	87.	M40	Claus Boelen-Theile	1966	m		2:06:58,0
358.	162	51.	M50	Frank Münch	1959	m		2:07:26,0
359.	352	43.	M35	H Schmidt	1970	m	LTF Nurmi Urexweiler	2:07:36,0
360.	252	52.	M50	Rudolf Paffen	1959	m		2:07:44,0
361.	444	88.	M40	Wolfgang Reith	1965	m	Meddy' s LWT Koblenz	2:08:01,0
362.	356	53.	M50	Raimund Bier	1959	m	LTF Nurmi Urexweiler	2:08:10,0
363.	232	44.	M35	Ingo Stech	1973	m		2:08:12,0
364.	514	89.	M40	Frank Haas	1969	m		2:08:13,0
365.	520	28.	M30	Ronny Differding	1975	m		2:08:14,0
366.	667	90.	M40	Henrich Kovacs	1966	m		2:08:26,0
367.	555	2.	M65	Johann-Martin Bauer	1944	m		2:08:51,0
368.	584	29.	M30	Guido Kathol	1975	m	DSD dasimmerdabei	2:08:57,0
369.	526	5.	MJB	Mirko Wagner	1993	m	SCL Linz/ Rhein 1922	2:09:18,0
370.	508	30.	M55	Jürgen Francke	1954	m	ohne Verein	2:09:31,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
371.	372	91.	M40	Michael Lanzerath	1965	m	AH Antweiler	2:09:37,0
372.	504	92.	M40	Frank Stein	1965	m	LT Siebengebirge	2:09:42,0
373.	102	93.	M40	Klaus Buchmüller	1965	m		2:10:22,0
374.	85	31.	M55	Wilfried Hörsch	1954	m	LT TV08 Lohmar	2:10:51,0
375.	117	54.	M50	Wolfgang Schmidt	1958	m	LT Siebengebirge	2:11:00,0
376.	44	94.	M40	Dirk Sander	1966	m		2:11:11,0
377.	97	95.	M40	Markus Schäfer	1969	m		2:11:18,0
378.	699	71.	M45	Dirk Riemehosten	1964	m	Turbo-Schnecken Lüdenscheid	2:11:21,0
379.	276	45.	M35	Markus Thull	1970	m	LT Hennef / Sieg	2:11:45,0
380.	586	96.	M40	Karl Wolter	1969	m	LT Siebengebirge	2:11:53,0
381.	83	97.	M40	André Lorenz	1969	m	LT Siebengebirge	2:11:53,0
382.	394	98.	M40	Rolf Schneider	1967	m		2:12:08,0
383.	66	72.	M45	Joachim Bielemeier	1963	m	SV Vettelschoß	2:12:09,0
384.	195	55.	M50	Josef Nies	1959	m	Team Erdinger Alkoholfrei	2:12:15,0
385.	645	73.	M45	Siegfried Salz	1960	m	ohne	2:12:25,0
386.	299	74.	M45	Walter Brüning	1963	m		2:12:57,0
387.	315	7.	M60	Bernhard Hönscheid	1949	m	SCRS	2:13:15,0
388.	537	13.	MJA	Gregor Reins	1990	m	SIBI	2:13:24,0
389.	33	99.	M40	Karl-Heinz Schmidt	1965	m	SV Vettelschoß	2:14:23,0
390.	542	25.	MHK	Sander Liessem	1989	m	SIBI	2:14:28,0
391.	55	75.	M45	Gregor Knopp	1962	m		2:14:35,0
392.	228	56.	M50	Norbert Breuer	1958	m	Team Erdinger Alkoholfrei	2:15:40,0
393.	13	76.	M45	Gerd Schumacher	1963	m		2:15:41,0
394.	30	57.	M50	Erwin Rüdell	1955	m	Windhagen	2:15:46,0
395.	556	58.	M50	Bruno Mies	1956	m		2:16:01,0
396.	42	77.	M45	Volker Jünemann	1964	m		2:17:12,0
397.	151	78.	M45	Franz Kremer	1963	m	LT Hennef / Sieg	2:17:58,0
398.	406	46.	M35	Marc Gebler	1970	m	Johnson&Johnson	2:18:18,0
399.	189	59.	M50	Ralf Friedrich	1956	m		2:18:18,0
400.	251	60.	M50	Reinhard Scharrer	1957	m	LG Rheinbach	2:18:54,0
401.	132	79.	M45	Jürgen Baumgärtner	1963	m	Turbo-Schnecken Lüdenscheid	2:19:30,0
402.	632	32.	M55	Hermann Schulte-Vennbur	1952	m	SFA	2:19:41,0
403.	261	33.	M55	Werner Eling	1950	m	TVE Netphen	2:20:04,0
404.	663	3.	M65	Hans-Peter Roller	1942	m		2:21:34,0

## 4. Rheinhöhenlauf am 26.09.2009

### Ergebnisliste MW+AK Halbmarathon (21,1 km)



MWPI	Startnr.	AK	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit	
405.	543	4.	SchA	Jakob Lehnert	1994	m	SIBI	2:22:18,0
406.	538	47.	M35	Frank Vierheilig	1971	m	SIBI	2:23:01,0
407.	178	80.	M45	Ulrich Schuster	1963	m	Rennschnecken 2000	2:23:06,0
408.	353	100.	M40	Dirk Lichtenthäler	1967	m		2:24:26,0
409.	37	61.	M50	Richard Melz	1956	m	LT Siebengebirge	2:25:11,0
410.	653	4.	M65	Hermann Dr.Nanz	1940	m	LT Siebengebirge	2:25:31,0
411.	407	101.	M40	Ralf Vogler	1967	m		2:26:25,0
412.	127	26.	MHK	Florian Sommer	1984	m		2:27:08,0
413.	139	81.	M45	Klaus Poppe	1961	m	Wanderfreunde Schöppe-Düster	2:27:40,0
414.	359	62.	M50	Josef Müller	1955	m		2:28:02,0
415.	90	30.	M30	Stefan Kohnert	1977	m		2:31:15,0
416.	544	5.	SchA	Tim Schulte Vennbur	1994	m	SIBI	2:31:18,0
417.	209	5.	M65	Klaus-Dieter Zobel	1944	m	zatopek46	2:32:18,0
418.	222	82.	M45	Jürgen Peters	1964	m		2:32:53,0
419.	114	83.	M45	Rainer Holstein	1960	m	LT Siebengebirge	2:32:56,0
420.	865	48.	M35	Olaf Schmitz	1971	m		2:33:08,0
421.	120	31.	M30	Holger Rohde	1976	m		2:33:11,0
422.	336	32.	M30	Engin Kara	1976	m	vericos	2:35:26,0
423.	124	63.	M50	Helmut Dohmen	1956	m	CT Zandegiacomo	2:40:34,0
424.	184	49.	M35	Thorsten Laabs	1971	m		2:49:35,0
425.	298	27.	MHK	Tim Kämmerling	1988	m		2:52:11,0
426.	225	102.	M40	Thomas Kämmerling	1965	m		2:52:11,0

Anzahl Teilnehmer: 426