



Ergebnis AK: Hörsterberg-Volkslauf + Bad Pyrmont + Humfeld

Marathon 42,195 km Hörsterberg-Lauf / Bad Pyrmont / Humfeld / Bad Salzuflen- Klassen

				Hörste	B.Pyrmont	Humfeld	B.Salzuflen	<u>die 3 besten</u>	
Frauen									
Seniorinnen W 35									
1.	Brehm, Karen	1971	w	Enger	---	4.24.56	4.37.05	4.19.20	13.21.21
Seniorinnen W 40									
1.	Martina Sohl	1962	w	Tri Team TG Lage	---	4.28.27	3.59.05	4.09.04	12.36.36
2.	Ihmels, Elke	1966	w	TV Hohne	5:11:42	5.30.34	5.20.30	4.58.45	15.30.57
Seniorinnen W 45									
1.	Körner-Downes, Monika	1958	w	Mike's Sport Shop / TG Lage	3.52.58	---	3.44.12	4.14.53	11.52.03
Männer									
MHK									
1.	Rüsenberg, Michael	1983	m	SV 21 Steinheim	3:23:39	3.51.30	3.36.06	3.48.36	10.47.21
2.	Schaffrinski, Peter	1978	m	TV 09 Pivitsheide	4:23:56	--	3.41.13	3.35.13	11.40.22
Senioren M 35									
1.	von Palombini, Jobst	1969	m	VfL Bückeburg	---	3.14.04	3.42.12	3.16.19	10.12.35
2.	Werning, Andreas	1969	m	LG Zenit Wöbbel	3:51:32	3.42.11	3.51.35	---	11.24.18

Marathon 42,195 km Hörsterberg-Lauf / Bad Pyrmont / Humfeld / Bad Salzuflen - Klassen

					Hörste	B.Pyrmont	Humfeld	B.Salzuflen	<u>die 3 besten Läufe</u>
3.	Ludwig, Jürgen	1967	m	Welthungerhilfe Baden-Baden	---	3.42.11	3.51.35	3.53.59	11.27.45
4.	Kallenbach, Marco	1969	m	Di-Do-Sa Lage-Müssen	3:58:07	4.10.34	---	4.17.19	12.26.00
Senioren M 40									
1.	Ewert, Dirk	1965	m	Lage	3:38:15	---	3.52.58	3.58.16	11.29.29
Senioren M 45									
1.	Grass, Björn	1961	m	Non-Stop-Ultra	3:05:38	---	3.06.58	3.25.50	9.38.26
2.	Beckmann, Stefan	1959	m	Borken	3:27:23	3.32.38	3.50.14	----	10.49.15
3.	Moning, Andreas	1957	m	Randringhaus. Rennschnecken	3:28:57	---	3:36:48	3.50.20	10.56.05
4.	Theuerkorn, Thomas	1961	m	Grüne Handschuhe Bielefeld	3:42:46	3.52.49	---	4.00.02	11.35.39
5.	Meyer, Dieter	1958	m	Laufspaß SW Sende	---	4.21.49	3.46.51	3.49.36	11.58.16
6.	Ebbert, Norbert	1959	m	Bad Wildungen	---	3.57.29	4.02.21	4.25.24	12.25.14
7.	Lehmeier, Bernd	1957	m	TG Lage	6.17.35	---	4.04.54	4.06.39	14.29.08
Senioren M 50									
1.	Rüsenberg, Michael	1956	m	TV Steinheim	3:51:04	4.24.47	3.49.43	4.18.19	11.59.06
2.	Schwabe, Wolfgang	1954	m	100 Marathon Club	---	5.11.57	4.33.32	4.48.29	13.32.58
Senioren M 55									
1.	Götz, Manfred	1950	m	Non Stop Ultra Brakel	3:44:20	3.42.57	3.42.33	3.42.24	11.06.46
2.	Massek, Peter	1947	m	LG 92 Bad Salzuflen	4:19:58	4.20.11	4.01.05	---	12.41.14
3.	Braun, Helmut	1951	m	Grüne Handschuhe Bielefeld	5:25:17	5.21.51	4.59.08	5.14.15	15.35.14
Senioren M 65									
1.	Spieker, Johann	1939	m	100 Marathon Club	4:20:45	3.59.43	3.48.11	4.13.08	12.01.02
2.	Grotendiek, Wolfgang	1941	m	Kanu-Verein Bad Oeynhausen	---	4.28.35	4.04.42	4.11.56	12.44.13
3.	Rösner, Karl-Ernst	1938	m	100 Marathon Club	---	4.29.39	4.10.45	4.29.19	13.09.43

Marathon 42,195 km Hörsterberg-Lauf / Bad Pyrmont / Humfeld / Bad Salzuflen - Gesamt

					Hörste	B.Pyrmont	Humfeld	B.Salzuflen	<u>die 3 besten Läufe</u>
Frauen									
1.	Körner-Downes, Monika	1958	w	Mike's Sport Shop / TG Lage	3:52:58	---	3:44.12	4:14.53	11:52.03
2.	Martina Sohl	1962	w	Tri Team TG Lage	---	4:28.27	3:59.05	4:09.04	12:36.36
3.	Brehm, Karen	1971	w	Enger	---	4:24.56	4:37.05	4:19.20	13:21.21
4.	Ihmels, Elke	1966	w	TV Hohne	5:11:42	5:30.34	5:20.30	4:58.45	15:30.57
Männer									
1.	Grass, Björn	1961	m	Non-Stop-Ultra	3:05:38	---	3:06.58	3:25.50	9:38.26
2.	von Palombini, Jobst	1969	m	VfL Bückeburg	---	3:14.04	3:42.12	3:16.19	10:12.35
3.	Rüsenberg, Michael	1983	m	SV 21 Steinheim	3:23:39	3:51.30	3:36.06	3:48.36	10:47.21
4.	Beckmann, Stefan	1959	m	Borken	3:27:23	3:32.38	3:50.14	----	10:49.15
5.	Moning, Andreas	1957	m	Randringhaus. Rennschnecken	3:28:57	---	3:36:48	3:50.20	10:56.05
6.	Götz, Manfred	1950	m	Non Stop Ultra Brakel	3:44:20	3:42.57	3:42.33	3:42.24	11:07.54
7.	Werning, Andreas	1969	m	LG Zenit Wöbbel	3:51:32	3:42.11	3:51.35	---	11:24.18
8.	Ludwig, Jürgen	1967	m	Welthungerhilfe Baden- Baden	---	3:42.11	3:51.35	3:53.59	11:27.45
9.	Ewert, Dirk	1965	m	Lage	3:38:15	---	3:52.58	3:58.16	11:29.29
10.	Theuerkorn, Thomas	1961	m	Grüne Handschuhe Bielefeld	3:42:46	3:52.49	---	4:00.02	11:35.39
11.	Schaffrinski, Peter	1978	m	TV 09 Pivitsheide	4:23:56	--	3:41.13	3:35.13	11:40.22
12.	Meyer, Dieter	1958	m	Laufspaß SW Sende	---	4:21.49	3:46.51	3:49.36	11:58.16
13.	Rüsenberg, Michael	1956	m	TV Steinheim	3:51:04	4:24.47	3:49.43	4:18.19	11:59.06
14.	Spieker, Johann	1939	m	100 Marathon Club	4:20:45	3:59.43	3:48.11	4:13.08	12:01.02
15.	Ebbert, Norbert	1959	m	Bad Wildungen	---	3:57.29	4:02.21	4:25.24	12:25.14
16.	Kallenbach, Marco	1969	m	Di-Do-Sa Lage-Müssen	3:58:07	4:10.34	---	4:17.19	12:26.00
17.	Massek, Peter	1947	m	LG 92 Bad Salzuflen	4:19:58	4:20.11	4:01.05	---	12:41.14
18.	Grotendiek, Wolfgang	1941	m	Kanu-Verein Bad Oeynhaus	---	4:28.35	4:04.42	4:11.56	12:44.13
19.	Rösner, Karl-Ernst	1938	m	100 Marathon Club	---	4:29.39	4:10.45	4:29.19	13:09.43
20.	Schwabe, Wolfgang	1954	m	100 Marathon Club	---	5:11.57	4:33.32	4:48.29	13:32.58
21.	Lehmeier, Bernd	1957	m	TG Lage	6:17.35	---	4:04.54	4:06.39	14:29.08
22.	Braun, Helmut	1951	m	Grüne Handschuhe Bielefeld	5:25:17	5:21.51	4:59.08	5:14.15	15:35.14

Nordic-Walking 10 km Hörsterberg-Lauf / Bad Pyrmont / Humfeld / Bad Salzuflen - Gesamt

				Hörste	B.Pyrmont	Humfeld	B.Salzuflen	<u>die 3 besten Läufe</u>
Männer								
1.	Nicolaisen, Sascha	1978	m	www.speedwalking.de ---	55.44	1.00.43	1.01.53	2.58.20
2.	Prüssner, Jürgen	1952	m	Tri Team Retzen ---	1.10.58	1.09.17	1.09.43	3.29.58
3.	Schnelle, Heinz	1939	m	Wanderfreunde Bad Salzuflen ---	1.26.36	1.29.42	1.29.29	4.25.47
Frauen								
1.	Brand, Nadine	W 35	m	TuS Humfeld ---	1.17.41	1.17.12	1.19.52	3.54.45

An dieser Stelle bedanken wir uns bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer an unserer 1. Mike´s Sport Shop Marathon Tour und Mike´s Sport Shop Walking Tour. Was die doch recht späte Siegerehrung angeht, versprechen wir für das nächste Jahr Besserung. Vorschläge, die Tour noch attraktiver zu machen, nehmen wir auch gerne entgegen.

Wir freuen uns, wenn auch bei unserer 2. Mike´s Sport Shop Marathon Tour, die mit dem Hörster Berglauf am 13.Mai begonnen hat, wieder eine rege Teilnahme sein wird. Enden wird die Tour dann in Bad Salzuflen 2008.

Wir sehen uns beim nächsten Lauf in Bad Pyrmont am 28.Juli 2007. Wir wünschen allen eine gute und verletzungsfreie Trainingszeit.

Infos und Fragen unter www.mikes-sportshop.de / mikes-sportshop@t-online.de oder 05261-974900 bzw. im Laden in der HAFERTRASSE 21 in Lemgo.

