

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Ergebnisliste AK Bezirksbestenkämpfe 5 km Straßenlauf

AKPI	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit
Mittelstrecke 5 km						
w						
weibliche Jugend U14 w12						
1.	454	Nele Bachem	2007	w	TSV Lelm	0:30:32,9
m						
männliche Jugend U14 m12						
1.	451	Aaron Giese	2007	m	LG Braunschweig	0:22:28,1
männliche Jugend U16 M14						
1.	452	Claas Eilert Brinkmann	2005	m	TSV Eintracht Wolfshagen	0:20:42,7
männliche Jugend U16 M15						
1.	453	Nils Bachem	2004	m	TSV Lelm	0:27:32,5

Anzahl Teilnehmer: 4

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Ergebnisliste AK Bezirksmeisterschaften 10 km

AKPI	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit
Langstrecke 10 km						
w						
Seniorinnen W35						
1.	560	Elisabeth Frewer	1984	w	TSV Germania Helmstedt	0:45:17,0
2.	548	Sandra Klementz	1981	w	LAV 07 Bad Harzburg	0:48:34,2
3.	550	Nadine Thoens	1980	w	LAV 07 Bad Harzburg	0:49:41,1
4.	549	Janine Schütz	1981	w	LAV 07 Bad Harzburg	0:54:23,4
5.	547	Daniela Herold	1984	w	LAV 07 Bad Harzburg	0:57:14,9
Seniorinnen W45						
1.	581	Michaela Milch	1972	w	TSV Lelm	0:48:43,3
2.	552	Annett Hofrichter	1972	w	LG Nordharz	0:51:51,2
3.	561	Daniela Sander	1973	w	TSV Germania Helmstedt	0:53:08,1
Seniorinnen W50						
1.	553	Anja Doerks	1968	w	LG Nordharz	0:49:13,5
Seniorinnen W55						
1.	562	Ingrid Stolle	1962	w	TSV Germania Helmstedt	0:58:34,1
Seniorinnen W65						
1.	563	Rita Susenburger	1954	w	TSV Germania Helmstedt	0:55:13,0
Seniorinnen W70						
1.	585	Ilona Woelke	1947	w	LG Salzgitter	1:11:16,2
Seniorinnen W75						
1.	587	Erika Pfeuffer	1941	w	MTV Jahn Schladen	1:11:26,3
m						
Männer						
1.	564	Lukas Greite	1999	m	TSV Lelm	0:37:19,6
2.	527	Benedikt Enders	1998	m	LG Braunschweig	0:37:51,5
3.	541	Florian Nolte	1993	m	TSV Eintracht Wolfshagen	0:39:22,7
4.	554	Hamo Hamo	1998	m	TSV Germania Helmstedt	0:47:16,1
Senioren M30						
1.	555	Valentin van Dijk	1985	m	TSV Germania Helmstedt	0:37:06,5
2.	565	Jonas Kolbe	1989	m	TSV Lelm	0:38:39,0
3.	528	Dominik Bennett	1987	m	LG Braunschweig	0:43:18,4
Senioren M35						
1.	566	Reiner Scheuner	1983	m	TSV Lelm	0:40:25,3
2.	567	Thomas Tröße	1984	m	TSV Lelm	0:43:01,3
3.	534	Oliver Koch	1982	m	Läufer-Team Oker	0:45:38,6
4.	568	Steffen Volkmer	1980	m	TSV Lelm	0:47:05,2
Senioren M40						
1.	556	Dennis Bauwe	1977	m	TSV Germania Helmstedt	0:42:30,2
2.	557	René Eggert	1977	m	TSV Germania Helmstedt	0:45:48,5
3.	569	Ragnar Märker	1976	m	TSV Lelm	0:47:44,9

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Ergebnisliste AK Bezirksmeisterschaften 10 km

AKPI	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	Verein	Zeit
4.	543	Sven Ahrens	1975	m	LAV 07 Bad Harzburg	0:49:37,6
5.	570	Markus Runde	1976	m	TSV Lelm	0:51:52,5

Senioren M45

1.	572	Stefan Milch	1972	m	TSV Lelm	0:37:28,6
2.	588	Jean Hellmuth	1970	m	VfB Fallersleben	0:38:18,7
3.	535	Mattias Band	1970	m	Läufer-Team Oker	0:39:48,9
4.	544	Michael Biermann	1972	m	LAV 07 Bad Harzburg	0:44:12,8
5.	536	Marc Fischer	1973	m	Läufer-Team Oker	0:45:39,6
6.	545	Rolf Müller	1970	m	LAV 07 Bad Harzburg	0:46:46,7
7.	529	Frank Scharf	1973	m	LG Braunschweig	0:47:56,2
8.	571	Harry Bachem	1972	m	TSV Lelm	0:48:37,5
9.	537	Lars Jung	1973	m	Läufer-Team Oker	0:48:50,8

Senioren M50

1.	530	Christian Sich	1967	m	LG Braunschweig	0:39:57,1
2.	574	Daniel Tjiang	1965	m	TSV Lelm	0:43:46,7
3.	573	Hartmut Diedrich	1968	m	TSV Lelm	0:44:28,0
4.	558	Thomas Exner	1967	m	TSV Germania Helmstedt	0:46:51,8

Senioren M55

1.	531	Dirk Achtzehn	1963	m	LG Braunschweig	0:43:08,9
2.	575	Lothar Becke	1961	m	TSV Lelm	0:43:54,1
3.	576	Thomas Köhler	1964	m	TSV Lelm	0:44:28,9
4.	533	Dirk Heumann	1964	m	VfR Wilsche-Neubokel	0:45:54,6
5.	546	Stephan Sippel	1964	m	LAV 07 Bad Harzburg	0:55:23,1

Senioren M60

1.	586	Ralf Krüger	1958	m	MTV Jahn Schladen	0:46:32,0
2.	542	Rolf Nolte	1955	m	TSV Eintracht Wolfshagen	0:46:49,6
3.	582	Klaus-Peter Hertel	1956	m	SV Union Salzgitter	0:50:33,0
4.	539	Heinz Mahlmann	1958	m	Läufer-Team Oker	1:03:03,3
5.	583	Manfred Spittler	1955	m	SV Union Salzgitter	1:03:42,2

Senioren M65

1.	577	Heinz-Werner Monien	1954	m	TSV Lelm	0:49:59,6
2.	584	Peter Siems	1951	m	SV Union Salzgitter	0:51:08,7

Senioren M70

1.	559	Lutz Bretschneider	1948	m	TSV Germania Helmstedt	0:58:49,0
----	-----	--------------------	------	---	------------------------	-----------

Senioren M75

1.	532	Gerhard Flachowsky	1944	m	LG Braunschweig	0:55:57,5
2.	578	Ulrich Labes	1941	m	TSV Lelm	1:04:00,4

Anzahl Teilnehmer: 57

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf Durchlauf Frauen

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. LAV 07 Bad Harzburg 1		2:32:38,87		
548	Sandra Klementz	0:48:34,2	Seniorinnen W35	1981
550	Nadine Thoens	0:49:41,1	Seniorinnen W35	1980
549	Janine Schütz	0:54:23,4	Seniorinnen W35	1981
2. TSV Germania Helmstedt 1		2:33:38,25		
560	Elisabeth Frewer	0:45:17,0	Seniorinnen W35	1984
561	Daniela Sander	0:53:08,1	Seniorinnen W45	1973
563	Rita Susenburger	0:55:13,0	Seniorinnen W65	1954

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Mannschaftswertung Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf W30 u.älter

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. LAV 07 Bad Harzburg 1		2:32:38,87		
548	Sandra Klementz	0:48:34,2	Seniorinnen W35	1981
550	Nadine Thoens	0:49:41,1	Seniorinnen W35	1980
549	Janine Schütz	0:54:23,4	Seniorinnen W35	1981
2. TSV Germania Helmstedt 1		2:33:38,25		
560	Elisabeth Frewer	0:45:17,0	Seniorinnen W35	1984
561	Daniela Sander	0:53:08,1	Seniorinnen W45	1973
563	Rita Susenburger	0:55:13,0	Seniorinnen W65	1954

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf Durchlauf Männer

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. TSV Lelm 1 1:53:27,32				
564	Lukas Greite	0:37:19,6	Männer	1999
572	Stefan Milch	0:37:28,6	Senioren M45	1972
565	Jonas Kolbe	0:38:39,0	Senioren M30	1989
2. LG Braunschweig 1 2:00:57,54				
527	Benedikt Enders	0:37:51,5	Männer	1998
530	Christian Sich	0:39:57,1	Senioren M50	1967
531	Dirk Achtzehn	0:43:08,9	Senioren M55	1963
3. TSV Germania Helmstedt 1 2:05:25,30				
555	Valentin van Dijk	0:37:06,5	Senioren M30	1985
556	Dennis Bauwe	0:42:30,2	Senioren M40	1977
557	René Eggert	0:45:48,5	Senioren M40	1977
4. TSV Lelm 2 2:07:13,44				
566	Reiner Scheuner	0:40:25,3	Senioren M35	1983
567	Thomas Tröbe	0:43:01,3	Senioren M35	1984
574	Daniel Tjiang	0:43:46,7	Senioren M50	1965
5. Läufer-Team Oker 1 2:11:07,33				
535	Mattias Band	0:39:48,9	Senioren M45	1970
534	Oliver Koch	0:45:38,6	Senioren M35	1982
536	Marc Fischer	0:45:39,6	Senioren M45	1973
6. TSV Lelm 3 2:12:51,13				
575	Lothar Becke	0:43:54,1	Senioren M55	1961
573	Hartmut Diedrich	0:44:28,0	Senioren M50	1968
576	Thomas Köhler	0:44:28,9	Senioren M55	1964
7. LAV 07 Bad Harzburg 1 2:20:37,26				
544	Michael Biermann	0:44:12,8	Senioren M45	1972
545	Rolf Müller	0:46:46,7	Senioren M45	1970
543	Sven Ahrens	0:49:37,6	Senioren M40	1975
8. TSV Lelm 4 2:23:27,78				
568	Steffen Volkmer	0:47:05,2	Senioren M35	1980
569	Ragnar Märker	0:47:44,9	Senioren M40	1976
571	Harry Bachem	0:48:37,5	Senioren M45	1972
9. LG Braunschweig 2 2:27:12,30				
528	Dominik Bennett	0:43:18,4	Senioren M30	1987
529	Frank Scharf	0:47:56,2	Senioren M45	1973
532	Gerhard Flachowsky	0:55:57,5	Senioren M75	1944
10. TSV Germania Helmstedt 2 2:32:56,98				
558	Thomas Exner	0:46:51,8	Senioren M50	1967
554	Hamo Hamo	0:47:16,1	Männer	1998
559	Lutz Bretschneider	0:58:49,0	Senioren M70	1948
11. SV Union Salzgitter 1 2:45:24,08				
582	Klaus-Peter Hertel	0:50:33,0	Senioren M60	1956

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf Durchlauf Männer

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
584	Peter Siems	0:51:08,7	Senioren M65	1951
583	Manfred Spittler	1:03:42,2	Senioren M60	1955
12. TSV Lelm 5		2:45:52,68		
577	Heinz-Werner Monien	0:49:59,6	Senioren M65	1954
570	Markus Runde	0:51:52,5	Senioren M40	1976
578	Ulrich Labes	1:04:00,4	Senioren M75	1941

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Mannschaftswertung Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf M30-M35

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. TSV Lelm 1 2:02:05,75				
565	Jonas Kolbe	0:38:39,0	Senioren M30	1989
566	Reiner Scheuner	0:40:25,3	Senioren M35	1983
567	Thomas Tröbe	0:43:01,3	Senioren M35	1984

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Mannschaftswertung Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf M40- M45

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. TSV Lelm 1		2:13:51,19		
572	Stefan Milch	0:37:28,6	Senioren M45	1972
569	Ragnar Märker	0:47:44,9	Senioren M40	1976
571	Harry Bachem	0:48:37,5	Senioren M45	1972
2. Läufer-Team Oker 1		2:14:19,48		
535	Mattias Band	0:39:48,9	Senioren M45	1970
536	Marc Fischer	0:45:39,6	Senioren M45	1973
537	Lars Jung	0:48:50,8	Senioren M45	1973
3. LAV 07 Bad Harzburg 1		2:20:37,26		
544	Michael Biermann	0:44:12,8	Senioren M45	1972
545	Rolf Müller	0:46:46,7	Senioren M45	1970
543	Sven Ahrens	0:49:37,6	Senioren M40	1975

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Mannschaftswertung Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf M50-M55

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. TSV Lelm 1 2:12:08,97				
574	Daniel Tjiang	0:43:46,7	Senioren M50	1965
575	Lothar Becke	0:43:54,1	Senioren M55	1961
573	Hartmut Diedrich	0:44:28,0	Senioren M50	1968

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Mannschaftswertung Bezirksmeisterschaften 10 km Straßenlauf M60 u. älter

Startnr.	Name	Zeit	AK	Jahrg.
Langstrecke 10 km				
1. SV Union Salzgitter 1 2:45:24,08				
582	Klaus-Peter Hertel	0:50:33,0	Senioren M60	1956
584	Peter Siems	0:51:08,7	Senioren M65	1951
583	Manfred Spittler	1:03:42,2	Senioren M60	1955

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Zieleinlaufliste Bezirksbestenkämpfe 5 km StraßenlaufMittelstrecke 5

GesPl	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	AK	Verein	Zeit
Mittelstrecke 5 km							
5.	1 452	Claas Eilert Brinkmann	2005	m	MJ U16 M14	TSV Eintracht Wolfshagen	0:20:42,7
10.	2 451	Aaron Giese	2007	m	MJ U14 M12	LG Braunschweig	0:22:28,1
24.	3 453	Nils Bachem	2004	m	MJ U16 M15	TSV Lelm	0:27:32,5
37.	4 454	Nele Bachem	2007	w	WJ U14 W12	TSV Lelm	0:30:32,9

Anzahl Teilnehmer: 4

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Zieleinlaufliste Bezirksmeisterschaften 10 km StraßenlaufLangstrecke

GesPl	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	AK	Verein	Zeit	
Langstrecke 10 km								
1.	1	555	Valentin van Dijk	1985	m	M30	TSV Germania Helmstedt	0:37:06,5
2.	2	564	Lukas Greite	1999	m	M	TSV Lelm	0:37:19,6
4.	3	572	Stefan Milch	1972	m	M45	TSV Lelm	0:37:28,6
5.	4	527	Benedikt Enders	1998	m	M	LG Braunschweig	0:37:51,5
6.	5	588	Jean Hellmuth	1970	m	M45	VfB Fallersleben	0:38:18,7
7.	6	565	Jonas Kolbe	1989	m	M30	TSV Lelm	0:38:39,0
8.	7	541	Florian Nolte	1993	m	M	TSV Eintracht Wolfshagen	0:39:22,7
9.	8	535	Mattias Band	1970	m	M45	Läufer-Team Oker	0:39:48,9
10.	9	530	Christian Sich	1967	m	M50	LG Braunschweig	0:39:57,1
11.	10	566	Reiner Scheuner	1983	m	M35	TSV Lelm	0:40:25,3
13.	11	556	Dennis Bauwe	1977	m	M40	TSV Germania Helmstedt	0:42:30,2
14.	12	567	Thomas Tröbe	1984	m	M35	TSV Lelm	0:43:01,3
15.	13	531	Dirk Achtzehn	1963	m	M55	LG Braunschweig	0:43:08,9
16.	14	528	Dominik Bennett	1987	m	M30	LG Braunschweig	0:43:18,4
17.	15	574	Daniel Tjiang	1965	m	M50	TSV Lelm	0:43:46,7
18.	16	575	Lothar Becke	1961	m	M55	TSV Lelm	0:43:54,1
20.	17	544	Michael Biermann	1972	m	M45	LAV 07 Bad Harzburg	0:44:12,8
21.	18	573	Hartmut Diedrich	1968	m	M50	TSV Lelm	0:44:28,0
22.	19	576	Thomas Köhler	1964	m	M55	TSV Lelm	0:44:28,9
24.	20	560	Elisabeth Frewer	1984	w	W35	TSV Germania Helmstedt	0:45:17,0
26.	21	534	Oliver Koch	1982	m	M35	Läufer-Team Oker	0:45:38,6
27.	22	536	Marc Fischer	1973	m	M45	Läufer-Team Oker	0:45:39,6
29.	23	557	René Eggert	1977	m	M40	TSV Germania Helmstedt	0:45:48,5
30.	24	533	Dirk Heumann	1964	m	M55	VfR Wilsche-Neubokel	0:45:54,6
33.	25	586	Ralf Krüger	1958	m	M60	MTV Jahn Schladen	0:46:32,0
35.	26	545	Rolf Müller	1970	m	M45	LAV 07 Bad Harzburg	0:46:46,7
36.	27	542	Rolf Nolte	1955	m	M60	TSV Eintracht Wolfshagen	0:46:49,6
37.	28	558	Thomas Exner	1967	m	M50	TSV Germania Helmstedt	0:46:51,8
39.	29	568	Steffen Volkmer	1980	m	M35	TSV Lelm	0:47:05,2
40.	30	554	Hamo Hamo	1998	m	M	TSV Germania Helmstedt	0:47:16,1
43.	31	569	Ragnar Märker	1976	m	M40	TSV Lelm	0:47:44,9
44.	32	529	Frank Scharf	1973	m	M45	LG Braunschweig	0:47:56,2
48.	33	548	Sandra Klementz	1981	w	W35	LAV 07 Bad Harzburg	0:48:34,2
49.	34	571	Harry Bachem	1972	m	M45	TSV Lelm	0:48:37,5
51.	35	581	Michaela Milch	1972	w	W45	TSV Lelm	0:48:43,3
52.	36	537	Lars Jung	1973	m	M45	Läufer-Team Oker	0:48:50,8
53.	37	553	Anja Doerks	1968	w	W50	LG Nordharz	0:49:13,5
56.	38	543	Sven Ahrens	1975	m	M40	LAV 07 Bad Harzburg	0:49:37,6
57.	39	550	Nadine Thoens	1980	w	W35	LAV 07 Bad Harzburg	0:49:41,1
58.	40	577	Heinz-Werner Monien	1954	m	M65	TSV Lelm	0:49:59,6
60.	41	582	Klaus-Peter Hertel	1956	m	M60	SV Union Salzgitter	0:50:33,0
61.	42	584	Peter Siems	1951	m	M65	SV Union Salzgitter	0:51:08,7
63.	43	552	Annett Hofrichter	1972	w	W45	LG Nordharz	0:51:51,2
64.	44	570	Markus Runde	1976	m	M40	TSV Lelm	0:51:52,5
68.	45	561	Daniela Sander	1973	w	W45	TSV Germania Helmstedt	0:53:08,1
70.	46	549	Janine Schütz	1981	w	W35	LAV 07 Bad Harzburg	0:54:23,4
72.	47	563	Rita Susenburger	1954	w	W65	TSV Germania Helmstedt	0:55:13,0
73.	48	546	Stephan Sippel	1964	m	M55	LAV 07 Bad Harzburg	0:55:23,1
75.	49	532	Gerhard Flachowsky	1944	m	M75	LG Braunschweig	0:55:57,5

22. Helmstedter Stadtlauf "Rund um die Wälle" 2019

Zieleinlaufliste Bezirksmeisterschaften 10 km StraßenlaufLangstrecke

GesPl	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	AK	Verein	Zeit
76.	50 547	Daniela Herold	1984	w	W35	LAV 07 Bad Harzburg	0:57:14,9
79.	51 562	Ingrid Stolle	1962	w	W55	TSV Germania Helmstedt	0:58:34,1
81.	52 559	Lutz Bretschneider	1948	m	M70	TSV Germania Helmstedt	0:58:49,0
89.	53 539	Heinz Mahlmann	1958	m	M60	Läufer-Team Oker	1:03:03,3
91.	54 583	Manfred Spittler	1955	m	M60	SV Union Salzgitter	1:03:42,2
93.	55 578	Ulrich Labes	1941	m	M75	TSV Lelm	1:04:00,4
96.	56 585	Ilona Woelke	1947	w	W70	LG Salzgitter	1:11:16,2
97.	57 587	Erika Pfeuffer	1941	w	W75	MTV Jahn Schladen	1:11:26,3

Anzahl Teilnehmer: 57