

Einzelergebnisse 2010				
Name	Platz	AK	Zeit	Bemerkung
10.01.2010 Dreikönigslauf in Biersdorf				
1.000 m				
Joshua Zahren	2	MSC	0:04:14	
4.000 m				
Albert Thiex	26	Gesamt	0:24:13	
12.000 m				
Manfred Margraff	8	M40	0:53:41	
Peter Gaspers	2	M60	0:59:52	
Leo Lichter	6	M55	0:59:56	
Klaus Lenz	7	M55	1:00:27	
Inge Roth	4	W50	1:08:38	
Doris Wallenborn	5	W40	1:11:22	
Irene Kollig	2	W55	1:17:11	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	1:17:12	
Monika Leufgen	5	W45	1:24:30	
Ingrid Meyers	6	W50	1:22:09	
4.000 m Walking				
Irene Kollig	2	Gesamt	00:28:28	
Friedel Heinen	4	Gesamt	0:28:39	
23.01.2010 Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Kaiserslautern				
3.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	4	M60	0:18:15	
Uschi Klink	1	W65	0:20:10	
30.01.2010 Deutsche Meisterschaften in Frankfurt				
3.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	6	M60	0:18:26	
Uschi Klink	2	W65	0:20:28	
26.01.2010 Decklauf auf dem Schiff / Karibik				
5.000 m				
Manfred Margraff	2	M40	0:25:14	
Johann Leuther	18	M60	0:33:32	
Martha Metlen	19	W55	0:34:00	

Karl-Heinz Schröder	20	M65	0:34:12	
Irene Kollig	23	W55	0:34:54	
Albert Thiex	25	M60	0:35:19	
Friedel Heinen	32	M55	0:38:51	
Eva Thiex	33	W55	0:39:55	
28.01.2010 Strandlauf auf Grand Caymen				
6.000 m				
Manfred Margraff	3	M40	0:30:15	
Martha Metlen	16	W55	0:39:34	
Johann Leuther	19	M60	0:41:30	
Friedel Heinen	22	M55	0:42:53	
Irene Kollig	23	W55	0:43:00	
Karl-Heinz Schröder	24	M65	0:43:02	
Albert Thiex	26	M60	0:44:34	
29.01.2010 Treppenlauf auf dem Schiff / Karibik				
14 Stockwerke				
Manfred Margraff	1	M40	0:01:57	
Martha Metlen	16	W55	0:03:00	
Johann Leuther	17	M60	0:03:02	
Friedel Heinen	19	M55	0:03:06	
Karl-Heinz Schröder	20	M65	0:03:07	
Irene Kollig	22	W55	0:03:09	
Albert Thiex	23	M60	0:03:10	
Eva Thiex	32	W55	0:03:25	
31.01.2010 Stadtlauf in Cartagena / Kolumbien				
7.000 m				
Manfred Margraff	4	M40	0:33:00	
Martha Metlen	16	W55	0:41:58	
Irene Kollig	17	W55	0:42:02	
Karl-Heinz Schröder	21	M65	0:45:15	
Johann Leuther	22	M60	0:45:25	
Albert Thiex	28	M60	0:51:54	
Friedel Heinen	31	M55	1:02:14	
01.02.2010 Promenadenlauf in Panama				
5.000 m				
Manfred Margraff	1	M40	0:20:14	
Martha Metlen	12	W55	0:26:12	

Johann Leuther	14	M60	0:27:13	
Karl-Heinz Schröder	16	M65	0:28:00	
Albert Thiex	19	M60	0:30:55	
Eva Thiex	21	W55	0:32:47	

02.02.2010 Berglauf in Costa Rica

7.000 m				
Manfred Margraff	1	M40	0:30:52	
Martha Metlen	15	W55	0:39:49	
Irene Kollig	17	W55	0:42:14	
Johann Leuther	19	M60	0:42:28	
Karl-Heinz Schröder	19	M65	0:42:28	
Friedel Heinen	21	M55	0:45:51	
Albert Thiex	30	M60	0:47:56	

03.02.2010 Berglauf in Honduras

10.000 m				
Manfred Margraff	2	M40	0:46:51	
Martha Metlen	15	W55	0:59:13	
Irene Kollig	16	W55	1:00:38	
Karl-Heinz Schröder	19	M65	1:02:37	
Friedel Heinen	23	M55	1:04:13	
Johann Leuther	26	M60	1:05:08	
Albert Thiex	32	M60	1:29:52	

04.02.2010 Promenadenlauf in Mexiko

8.000 m				
Manfred Margraff	1	M40	0:33:52	
Martha Metlen	16	W55	0:41:52	
Irene Kollig	17	W55	0:42:26	
Karl-Heinz Schröder	19	M65	0:44:08	
Friedel Heinen	22	M55	0:45:27	
Johann Leuther	27	M60	0:47:46	
Albert Thiex	28	M60	0:48:04	

06.02.2010 Crosslauf in Gerolstein

7.200 m				
Rudi Welter	4	M55	0:42:37	

21.02.2010 Cross-Duathlon in Trier**5 km laufen / 25 km Rad fahren / 5 km laufen**

Manfred Gillenkirch	24	M40	2:38:49
---------------------	----	-----	---------

2,5 km laufen / 12,5 km Rad fahren / 2,5 km laufen

Patrick Gillenkirch	4	M16	1:04:52
---------------------	---	-----	---------

13.03.2010 Erlebnislauf in Schweich**10.000 m**

Elmar Holper	6	M45	0:43:04
--------------	---	-----	---------

Werner Schroth	5	M55	0:53:04
----------------	---	-----	---------

Werner Abels	12	M40	0:54:45
--------------	----	-----	---------

Rita Brandenburg	4	W50	0:55:09
------------------	---	-----	---------

Harald Thiex	13	M35	0:55:58
--------------	----	-----	---------

Edmund Wanken	14	M45	0:59:28
---------------	----	-----	---------

Ute Bretz	5	W45	1:02:35
-----------	---	-----	---------

Gudrun Schroth	1	W55	1:02:35
----------------	---	-----	---------

Halbmarathon

Manfred Margraff	4	M40	1:38:04
------------------	---	-----	---------

Britta Kribs	1	W20	1:46:26
--------------	---	-----	---------

Waltraud Holper	2	W40	1:48:25
-----------------	---	-----	---------

Marcel Raskopp	16	M40	1:49:24
----------------	----	-----	---------

Robert Dingels	12	M50	1:51:07
----------------	----	-----	---------

Leo Lichter	2	M55	1:51:08
-------------	---	-----	---------

Peter Gaspers	4	M60	1:52:04
---------------	---	-----	---------

Klaus Lenz	3	M55	1:52:07
------------	---	-----	---------

Carmen Brandt-Schmorleiz	4	W45	2:01:26
--------------------------	---	-----	---------

Irene Kollig	2	W55	2:08:57
--------------	---	-----	---------

Karl-Heinz Schröder	2	M65	2:18:01
---------------------	---	-----	---------

Marion Gutmann	7	W45	2:23:40
----------------	---	-----	---------

Margret Akkermans	8	W45	2:23:41
-------------------	---	-----	---------

Monika Leufgen	9	W45	2:44:08
----------------	---	-----	---------

10.000 m Walking

Friedel Heinen	2	Gesamt	1:05:30
----------------	---	--------	---------

Eva Thiex	3	Gesamt	1:13:32
-----------	---	--------	---------

Albert Thiex	4	Gesamt	1:15:41
--------------	---	--------	---------

20.03.2010 Crosslauf in Birgel**8.000 m**

Patrick Gillenkirch	3	M20	0:32:06
---------------------	---	-----	---------

Manfred Gillenkirch	8	M45	0:37:28	
Rudi Welter	2	M55	0:38:14	
Johann Leuther	4	M60	0:43:28	
21.03.2010 Mittelmosellauf in Leiwen				
10.000 m				
Manfred Margraff	6	M40	0:40:37	
Elmar Holper	10	M45	0:41:18	
27.03.2010 Bendersbachtallauf in Föhren				
25.200 m				
Peter Gaspers				ohne Zeitmessung
Monika Leufgen				
03.04.2010 Osterlauf in Haag				
10.000 m				
Manfred Margraff	6	M40	0:42:09	
04.04.2010 Volkslauf in Berlin-Wartenberg				
12.300 m				
Elmar Holper	2	M45	0:53:23	
Waltraud Holper	1	W40	0:55:50	Gesamtsiegerin der Frauen
05.04.2010 Osterlauf in Leudesdorf				
5.400 m				
Albert Thiex	2	M60	0:33:28	
10.800 m				
Manfred Margraff	5	M40	0:45:50	
10.04.2010 Westdeutsche Meisterschaften im Straßengehen in Euskirchen				
5.000m Straßengehen				
Irene Kollig	1	W55	0:33:01	WD- und RLP-Meisterin
Uschi Klink	1	W60	0:33:03	WD- und RLP-Meisterin
10.000 m Straßengehen				
Jos Hummer	1	M60	1:04:05	Westdeutscher Meister
Karl-Heinz Schröder	2	M65	1:17:52	Rheinland-Pfalz-Meister

Albert Thiex	4	M60	1:17:57	
20.000 m Straßengehen				
Klaus Lenz	1	M55	2:10:31	WD- und RLP-Meister
Jos, Karl-Heinz und Albert holten außerdem den WD-Meistertitel mit der Mannschaft.				
18.04.2010 Zeppelinlauf in Mülheim / Mosel				
10.000 m				
Armin Bachels	4	M35	0:48:36	
24.04.2010 Volkslauf in Geichlingen				
1.000 m				
Joshua Zahren	1	M10	0:04:17	
10.000 m				
Jörg Thelen	1	MHK	0:46:03	
Armin Bachels	2	M35	0:50:20	
Rita Brandenburg	1	W50	1:00:10	
Johann Leuther	4	M60	1:03:07	
Albert Thiex	5	M60	1:09:09	
Halbmarathon				
Elmar Holper	1	M45	1:40:44	
Robert Dingels	5	M50	1:46:11	
5.000 m Walking				
Robert Neumann			0:45:15	
Waltraud Schaal			0:45:15	
10.000 m Walking				
Eva Thiex			1:19:53	
25.04.2010 Marathon in London				
Marathon				
Manfred Margraff	1375	M40	3:50:40	
Leo Lichter	290	M55	4:03:47	
25.04.2010 Marathon in Hamburg				
Marathon				
Peter Gaspers	166	M60	4:16:28	
Klaus Lenz	441	M55	4:16:29	

Karl-Heinz Schröder	118	M65	4:53:01	
Irene Kollig	101	W55	4:53:02	
Monika Leufgen	572	W45	5:20:32	
Ingrid Meyers	362	W50	5:20:32	
25.04.2010 Marathon in Bonn				
Halbmarathon				
Marcel Raskopp	121	M40	1:37:50	
Gompelmann Annemie	45	W50	2:02:08	
Jeanette Klein	117	W30	2:10:19	
Maria Dietzen	172	W45	2:16:20	
Anita Balitzki	15	W60	2:19:52	
Marathon				
Manfred Gillenkirch	113	M45	4:12:36	
01.05.2010 Lehwaldlauf in Mehren				
5.000 m				
Barbara Lemmen	4	W45	0:25:24	
10.000 m				
Manfred Margraff	2	M40	0:41:00	
02.05.2010 Bezirksmeisterschaften in Daun				
Lukas Krämer		M14		
80 m Hürden	4		15,01 sec.	
100 m	2		13,37 sec.	VL 13,29 sec.
Lena Staudinger		W12		
Weitsprung	2		4,27 m	Bezirksmeisterin
75 m	6		11,39 sec.	VL 11,34 sec.
Hochsprung	1		1,35 m	Bezirksmeisterin
02.05.2010 Marathon in St.Wendel				
Halbmarathon				
Elmar Holper	33	M45	1:35:32	
Armin Bachels	59	M35	1:44:06	
Klaus-Peter Schilli	60	M55	2:00:43	
Harald Thiex	98	M35	2:02:58	
Ute Bretz	75	W45	2:21:13	

Marathon				
Waltraud Holper	4	W40	3:42:58	
Britta Kribs	3	W20	3:43:07	
Carmen Brandt-Schmorleiz	6	W45	4:12:30	
Margret Akkermans	13	W45	4:56:17	
Angelique van der Kroef	5	W50	4:56:17	
Marion Gutmann	14	W45	4:56:21	

08.05.2010 Ruwer-Riesling Lauf in Mertesdorf

10.000 m				
Jörg Thelen	4	M20	0:40:24	
Elmar Holper	15	M45	0:41:47	
Robert Dingels	11	M50	0:43:57	
Klaus Lenz	12	M55	0:45:49	
Dieter Burmeister	6	M65	0:48:37	
Willi Hoffmann	19	M55	0:53:01	
Karl-Heinz Schröder	9	M65	0:54:28	
Irene Kollig	5	W55	0:55:09	
Monika Leufgen	21	W45	0:58:35	
Albert Thiex	15	M60	1:04:22	

7.500 m Walking

Friedel Heinen	1	M55	0:47:27	Gesamtsieger
Irene Kollig	1	W55	0:50:00	
Eva Thiex	2	W55	0:55:06	
Robert Neumann	2	M60	1:08:14	
Waltraud Schaal	7	W55	1:08:14	

08.05.2010 Kreismeisterschaften im Mehrkampf in Bitburg

Dreikampf				
Joshua Zahren	1	M10	886 P.	50 / 75 m; Weit; Schlagball 8,50 sec; 3,70 m; 28,50 m
				Kreismeister
Lina Hermes	2	W12	964 P.	12,63 sec; 3,35 m; 23,00 m;

08.05.2010 Rennsteiglauf in Thüringen

72.700 m				
Manfred Margraff	168	M40	8:06:16	
Das war eine tolle Leistung und damit die längste Strecke, die je ein aktuelles LG-Mitglied bei einem Wettkampf gelaufen ist.				
Halbmarathon				
Rita Brandenburg	98	W50	2:17:50	
Dieter Thoma	601	M40	2:34:56	

09.05.2010 Volkslauf in Clerf / L**5.000 m**

Albert Thiex		M60	0:31:58
--------------	--	-----	---------

13.05.2010 Run for fun in Echternach / L**10.000 m**

Manfred Margraff	22	M40	0:40:20
Jörg Thelen	17	M20	0:40:57
Patrick Gillenkirch	3	M16	0:41:50
Klaus Lenz	11	M55	0:46:26
Dieter Burmeister	3	M65	0:47:41
Willi Hoffmann	21	M55	0:54:12
Karl-Heinz Schröder	7	M65	0:54:12
Irene Kollig	3	W55	0:54:13
Tanja Schoos	10	W30	0:59:06
Albert Thiex	18	M60	1:02:47
Friedel Heinen	26	M55	1:05:48

15.05.2010 Mürmeslauf in Ellscheid**4.800 m**

Albert Thiex	3	M60	0:27:35
--------------	---	-----	---------

9.600 m

Rita Brandenburg	1	W50	0:50:59
------------------	---	-----	---------

22.05.2010 Mitternachtslauf in Kröv**9.400 m**

Jörg Thelen	21	M20	0:37:24
Guido Leonardy	16	M35	0:40:37
Peter Gaspers	5	M60	0:43:21
Inge Roth	11	W50	0:49:00
Tanja Schoos	3	W30	0:49:54
Irene Kollig	3	W55	0:51:02
Monika Leufgen	36	W45	0:57:13
Ingrid Meyers	26	W50	1:00:31
Franziska Lafleur	11	W55	1:02:45

3.800 m Walking

Friedel Heinen	1	M	0:22:10
Irene Kollig	1	W	0:24:01

23.05.2010 Volkslauf in Ferschweiler

6.000 m				
Guido Leonardy	2	M35	0:26:10	

24.05.2010 Volkslauf in Ormont

1.000 m				
Joshua Zahren	1	M10	0:03:57	
Sophia Staudinger	4	W9	0:04:34	
Dorothee Elsen	2	W8	0:04:52	

2.000 m				
Lena Staudinger	1	W12	0:08:24	
Lina Hermes	2	W12	0:08:34	

4.500 m				
Barbara Lemmen	2	W	0:24:22	

10.000 m				
Manfred Margraff	1	M40	0:42:44	
Britta Kribs	1	W20	0:46:19	
Elmar Holper	2	M45	0:46:21	
Klaus Lenz	4	M55	0:49:06	
Hildegard Willems	3	W45	0:55:33	
Martina Serve	4	W45	0:55:34	
Tanja Schoos	2	W30	0:57:00	
Jeanette Klein	3	W30	0:58:01	
Karl-Heinz Schröder	3	M65	0:58:32	
Monika Leufgen	5	W45	1:04:20	
Ulrike Peifer	6	W45	1:06:16	

24.05.2010 Volkslauf in Daleiden

Bambini				
Dorothee Elsen	3	Gesamt	0:00:46	

1.000 m				
Laura Schoos	2	Schi C	0:03:40	
Dorothee Elsen	5	Schi D	0:04:37	

2.000 m				
Lena Staudinger	1	Schi B	0:08:29	
Lina Hermes	3	Schi B	0:08:53	
Johanna Elsen	6	Schi B	0:09:01	

Alina Schoos	4	Schi A	0:09:30	
5.000 m				
Maren Holper	3	WJ B	0:26:05	
Klaus Lenz	27	M	0:27:43	
Waltraud Holper	5	W	0:28:14	
Elena Schmitz	5	WJ B	0:32:26	
Gottfried Schmitz	51	M	0:32:26	
10.000 m				
Sebastian Simmen	1	M20	0:41:09	
Elmar Holper	1	M45	0:42:25	
Guido Leonardy	2	M35	0:43:05	
Waltraud Holper	1	W40	0:45:37	Gesamtsiegerin der Frauen
Klaus Lenz	2	M55	0:47:39	
Dieter Burmeister	3	M65	0:47:54	
Werner Dimmer	4	M40	0:51:06	
Martha Serve	2	W45	0:51:12	
Inge Roth	1	W50	0:51:30	
Martha Metlen	1	W55	0:51:44	
Rita Brandenburg	2	W50	0:53:31	
Tanja Schoos	1	W30	0:53:32	
Irene Kollig	2	W55	0:54:33	
Werner Schroth	5	M55	0:55:10	
Caroline Roth	1	W20	0:56:55	
Jörg Thelen	8	M20	0:56:55	
Johann Leuther	2	M60	0:57:10	
Karl-Heinz Schröder	5	M65	0:58:38	
Doris Wallenborn	3	W40	0:59:50	
Monika Leufgen	3	W45	1:01:09	
Ute Bretz	4	W45	1:02:49	
Gudrun Schroth	4	W55	1:03:57	
5.000 m Walking				
Irene Kollig	1	W	0:33:22	
03.06.2010 Volkslauf in Oberweis				
1.400 m				
Joshua Zahren	4	M10	0:05:38	
5.000 m				
Barbara Lemmen	6	W	0:25:13	
Manuel Reifers	37	M	0:28:07	

10.000 m				
Patrick Gillenkirch	3	M16	0:40:15	
Sebastian Simmen	6	M20	0:41:35	
Elmar Holper	14	M45	0:41:55	
Jörg Thelen	7	M20	0:42:02	
Guido Leonardy	8	M35	0:44:00	
Robert Dingels	12	M50	0:44:01	
Britta Kribs	2	W20	0:44:10	
Manfred Gillenkirch	28	M45	0:46:18	
Waltraud Holper	3	W40	0:46:32	
Klaus Lenz	7	M55	0:46:54	
Armin Bachels	11	M35	0:46:55	
Dieter Burmeister	3	M65	0:47:44	
Werner Dimmer	32	M40	0:50:36	
Daniel Adames	21	M20	0:51:24	
Inge Roth	6	M50	0:53:34	
Tanja Schoos	5	W30	0:53:38	
Werner Schroth	16	M55	0:53:44	
Angelique van der Kroef	7	W50	0:54:30	
Irene Kollig	5	W55	0:54:38	
Rita Brandenburg	9	W50	0:55:00	
Karl-Heinz Schröder	8	M65	0:55:31	
Johann Leuther	11	M60	0:58:52	
Margret Akkermans	15	W45	0:58:57	
Monika Leufgen	16	W45	0:59:29	
Albert Thiex	12	M60	1:01:46	
Gudrun Schroth	7	W55	1:03:45	
5.000 m Walking				
Friedel Heinen	2	M	0:29:47	
Willi Hoffmann	5	M	0:32:34	
Irene Kollig	1	W	0:32:55	
05.06.2010 „Rund um den Köchel“ in Marmagen				
10.000 m				
Carmen Brandt-Schmorleiz	3	W45	0:52:43	
12.06.2010 Kreismeisterschaften im Einzel in Bitburg				
Kugelstoßen				
Sylvia Scheuern	6	W13	5,69 m	
75 m				
Lena Staudinger	1	W12	11,46 sec	Kreismeisterin
Johanna Elsen	3	W12	12,40 sec	

Lina Hermes	4	W12	12,48 sec	
Sylvia Scheuern	8	W13	13,04 sec	
Weitsprung				
Lena Staudinger	1	W12	4,23 m	Kreismeisterin
Sylvia Scheuern	6	W13	3,50 m	
Lina Hermes	5	W12	3,45 m	
Johanna Elsen	6	W12	3,34 m	
Christopher Krämer	4	M10	3,00 m	
1.000 m				
Christopher Krämer	3	M10	4:29 min	
4x75 m Staffel				
Sylvia Lena Lina Johanna	1	Schi B	47,51 sec	Kreismeister
12.06.2010 Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Bahngehen in Diez				
5.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	2	M60	0:30:24	
Klaus Lenz	1	M55	0:30:59	Rheinland-Pfalz-Meister
Friedel Heinen	2	M55	0:30:59	
Irene Kollig	1	W55	0:33:24	Rheinland-Pfalz-Meisterin
Uschi Klink	1	W65	0:33:27	Rheinland-Pfalz-Meisterin
Willi Hoffmann	3	M55	0:37:14	
Albert Thiex	7	M60	0:38:45	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	0:39:56	Rheinland-Pfalz-Meister
13.06.2010 Eifel-Marathon in Waxweiler				
10.000 m				
Guido Leonardy	1	M35	0:43:10	
Armin Bachels	3	M35	0:47:46	
Leo Lichter	2	M55	0:51:44	
Horst Koll	2	M50	0:51:54	
Werner Schroth	3	M55	0:53:01	
Jeanette Klein	1	W30	0:57:00	
Willi Hoffmann	7	M55	0:57:25	
Anita Balitzki	1	W60	1:05:20	
Gudrun Schroth	1	W55	1:05:47	
Ingrid Meyers	4	W50	1:10:35	
Halbmarathon				
Harald Glandien	3	M45	1:39:05	
Klaus Lenz	3	M55	1:51:49	

Carmen Brandt-Schmorleiz	1	W45	1:59:44	
Gottfried Schmitz	13	M45	2:06:02	
Doris Wallenborn	1	W40	2:11:56	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	2:18:12	
Monika Leufgen	3	W45	2:29:57	
Marathon				
Manfred Margraff	14	M40	4:03:00	
Team Marathon				
Elmar Holper u. Britta Kribs	3	Mix	3:26:02	
20.06.2010 Bahngehen in Pirmasens				
5.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	2	M60	0:29:58	
Friedel Heinen	1	M55	0:30:24	
10.000 m Bahngehen				
Irene Kollig	2	W55	1:06:39	
Uschi Klink	3	W65	1:07:38	
27.06.2010 Trierer Stadtlauf				
10.000 m				
Manfred Margraff	18	M40	0:42:27	
Tanja Schoos	7	W30	0:54:56	
Friedel Heinen	45	M45	1:03:48	
Halbmarathon				
Jörg Thelen	16	M20	1:42:00	
Manfred Gillenkirch	40	M45	1:47:55	
Armin Bachels	36	M35	1:51:11	
Gottfried Schmitz	66	M45	1:55:58	
Irene Kollig	2	W55	2:04:47	
Willi Hoffmann	24	M55	2:24:42	
Doris Wallenborn	26	W40	2:25:40	
Ute Bretz	24	W45	2:28:37	
27.06.2010 Deutsch-Amerikanischer Freundschaftslauf in Binsfeld				
10.000 m				
Guido Leonardy	2	M35	0:44:43	
Peter Gaspers	2	M60	0:45:48	
Klaus Lenz	3	M55	0:49:42	

Werner Dimmer	3	M40	0:53:57	
Monika Leufgen	2	W45	1:03:14	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	1:03:15	
5.000 m Walking				
Karl-Heinz Schröder	3	M	0:33:57	
03.07.2010 Stadtlauf in Gerolstein				
5.000 m				
Friedel Heinen	13	M	0:30:21	
10.000 m				
Patrick Gillenkirch	3	M16	0:41:56	
Elmar Holper	6	M45	0:42:43	
Britta Kribs	2	W20	0:44:05	
Waltraud Holper	1	W40	0:46:08	
Rudi Welter	8	M55	0:49:37	
Werner Dimmer	15	M40	0:50:41	
Werner Schroth	10	M55	0:52:29	
Irene Kollig	3	W55	0:54:25	
Karl-Heinz Schröder	6	M65	0:55:44	
Monika Leufgen	8	W45	1:00:36	
Albert Thiex	6	M60	1:02:43	
Ulrike Peifer	9	W45	1:04:05	
Ute Bretz	17	W45	1:04:31	
Gudrun Schroth	5	W55	1:05:53	
Ingrid Meyers	3	W50	1:06:58	
03.07.2010 Himmelsgeister Halbmarathon				
Halbmarathon				
Manfred Margraff	49	M40	1:41:03	
11.07.2010 Triathlon in Echternach / L				
500 m schwimmen / 20 km Rad fahren / 5 km laufen				
Jörg Thelen	26	M20	1:07:45	
15. - 24.07.2010 Senioren-Europa-Meisterschaften in Nyiregyhaza / HUN				
5.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	12	M60	0:30:26	
Irene Kollig	14	W50	0:33:21	
Uschi Klink	4	W65	0:34:38	

10.000 m Straßengehen				
Irene Kollig	15	W50	1:08:07	
Uschi Klink	4	W65	1:09:52	
20.000 m Straßengehen				
Jos Hummer	15	M60	2:16:05	
Uschi wurde Europameisterin im 10 km Straßengehen mit der Mannschaft.				
Das ist der größte Erfolg in der Geschichte der LG.				
18.07.2010 Walkingtag in Arenrath				
7.000 m				
Klaus Lenz			0:41:15	
Heinz Thiel			0:57:09	
Albert Thiex			0:57:09	
25.07.2010 Volkslauf in Noswendel				
5.000 m				
Sebastian Simmen	2	M	0:18:25	
30.07.2010 Straßenlauf in Platten				
5.000 m Walking				
Heinz Thiel	5	M	0:38:44	
31.07.2010 Vokslauf in Ralingen				
4.500 m				
Guido Leonardy	1	M	0:19:09	Gesamtsieger
10.000 m				
Sebastian Simmen	9	M20	0:40:53	
Jörg Thelen	10	M20	0:41:54	
Elmar Holper	16	M45	0:42:19	
Manfred Margraff	21	M40	0:43:17	
Waltraud Holper	3	W40	0:45:30	
Klaus Lenz	11	M55	0:48:01	
Helmut Göbel	8	M65	0:53:25	
Irene Kollig	3	W55	0:53:41	
Karl-Heinz Schröder	10	M65	0:55:32	
Albert Thiex	13	M60	1:04:01	
4.500 m Walking				
Heinz Thiel	2	M	0:35:05	

07.08.2010 Volkslauf am Schwarzen Mann

1.500 m				
Lena Staudinger	1	W12	0:05:31	
Joshua Zahren	2	M10	0:05:33	
Laura Schoos	2	W11	0:05:38	
Lina Hermes	3	W12	0:06:06	
Sophia Staudinger	2	W9	0:06:23	
Lisa Baustert	2	W10	0:06:36	
Johanna Elsen	4	W12	0:06:37	
5.000 m				
Maren Holper	1	WJ B	0:29:14	
Albert Thiex	11	M	0:29:37	
Halbmarathon				
Elmar Holper	3	M45	1:39:29	
Manfred Margraff	11	M40	1:41:11	
Jörg Thelen	3	M20	1:42:01	
Britta Kribs	2	W20	1:44:10	
Waltraud Holper	3	W40	1:48:00	
Manfred Gillenkirch	8	M45	1:48:00	
Dominic Proes	5	M20	1:48:24	
Klaus Lenz	7	M55	1:50:03	
Martha Serve	5	W45	2:04:18	
Martha Metlen	2	W55	2:04:31	
Doris Wallenborn	9	W40	2:09:08	
Willi Hoffmann	9	M55	2:10:55	
Rita Brandenburg	3	W50	2:11:01	
Gudrun Schroth	3	W55	2:24:20	
Ulrike Peifer	7	W45	2:34:37	
Ute Bretz	8	W45	2:34:37	
Irene Kollig	4	W55	2:40:40	
Karl-Heinz Schröder	4	M65	2:40:40	

14.08.2010 Volkslauf in Pronsfeld

Bambini				
Dorothee Elsen	1	W		
Nina Wallenborn	2	W		
1.000 m				
Joshua Zahren	1	M10	0:03:52	
Laura Schoos	2	W11	0:04:05	
Tim Heckenbach	4	M10	0:04:13	
Markus Pütz	2	M11	0:04:18	

Dorothee Elsen	1	W7	0:04:34	
Lisa Baustert	2	W10	0:04:34	
Annika Urfels	6	W9	0:05:02	
2.000 m				
Lina Hermes	2	W12	0:09:32	
Johanna Elsen	3	W12	0:10:26	
5.000 m				
Simone Scheuern	2	W16	0:22:49	
Astrid Kill	1	W18	0:23:49	
Barbara Lemmen	1	W45	0:25:06	
Willi Hoffmann	3	M55	0:25:31	
Johann Leuther	3	M60	0:27:04	
Erwin Kill	6	M50	0:27:10	
Thomas Zwicker	3	M40	0:27:41	
Ulrike Peifer	3	W45	0:30:24	
Waltraud Holper	4	W40	0:31:35	
Harald Urfels	3	M35	0:37:08	
10.000 m				
Manfred Margraff	5	M40	0:40:44	
Björn Grass	8	M45	0:40:46	
Patrick Gillenkirch	3	M16	0:40:47	
Sebastian Simmen	6	M20	0:40:49	
Jörg Thelen	8	M20	0:42:25	
Guido Leonardy	6	M35	0:43:40	
Peter Gaspers	5	M60	0:43:58	
Waltraud Holper	2	W40	0:45:25	
Robert Dingels	10	M50	0:47:52	
Manfred Gillenkirch	23	M45	0:47:52	
Dominic Proes	10	M20	0:48:01	
Dieter Burmeister	5	M65	0:48:19	
Tanja Schoos	2	W30	0:50:30	
Sebastian Wanken	12	M20	0:53:07	
Irene Kollig	2	W55	0:53:20	
Werner Schroth	12	M55	0:53:43	
Marlene Wanken	8	W45	0:59:58	
Katja Wanken	7	W20	1:00:56	
Gudrun Schroth	4	W55	1:01:49	
Albert Thiex	19	M60	1:02:54	
Karl-Heinz Schröder	10	M65	1:03:47	
Johann Leuther	21	M60	1:34:32	
5.000 m Walking				
Irene Kollig	1	W	0:33:27	
Klaus Lenz	2	M	0:34:15	
Uschi Klink	1	W	0:34:34	

Eva Thiex	2	W	0:36:40	
Karl-Heinz Schröder	4	M	0:36:41	
Harald Thiex	5	M	0:38:30	
Herbert Thielen	6	M	0:38:34	
Friedel Heinen	11	M	0:40:08	
Martha Metlen	3	W	0:40:39	
Arnold Baier	7	M	0:40:40	
Marianne Peters	4	W	0:40:50	
Renate Bungartz	5	W	0:41:51	
Anita Balitzki	6	W	0:41:52	
Annika Hons	18	W	0:43:23	
Reinhold Balitzki	9	M	0:43:28	
Peter Lochen	10	W	0:43:29	
Marlene Wanken	7	W	0:47:44	
Robert Neumann	12	M	0:47:45	
Waltraud Schaal	8	W	0:52:27	
Annemie Schmitz	9	W	0:52:28	

28.08.2010 Gehertag in Groß-Gerau

5.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	3	M60	0:30:06	
Friedel Heinen	2	M55	0:30:48	
Albert Thiex	8	M60	0:37:39	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	0:38:31	
10.000 m Bahngehen				
Klaus Lenz	1	M55	1:01:15	Gesamtsieger
Irene Kollig	1	W55	1:06:28	Gesamtsiegerin

28.08.2010 Maare-Mosel-Lauf in Gillenfeld

10.000 m				
Sebastian Simmen	1	M20	0:37:33	
Guido Leonardy	2	M35	0:40:54	
Halbmarathon				
Elmar Holper	8	M45	1:37:25	
Britta Kribs	1	W20	1:41:42	
Waltraud Holper	4	W40	1:43:12	
Gottfried Schmitz	25	M45	1:51:39	
Rudi Welter	13	M55	1:51:42	
Monika Leufgen	27	W45	2:19:29	
Ingrid Meyers	21	W50	2:30:41	

02.09.2010 Läuferabend in Schweich

400 m				
Jörg Thelen	4	M20	0:00:56	
3.000 m				
Jörg Thelen	7	M20	0:11:06	

04.09.2010 Volkslauf in Bleialf

1.000 m				
Sophia Staudinger	2	SchiD	0:04:38	
2.000 m				
Lena Staudinger	1	SchiB	0:08:36	Gesamtsiegerin
Lina Hermes	3	SchiB	0:09:40	
5.000 m				
Sebastian Simmen	3	M	0:19:49	
Guido Leonardy	6	M	0:20:27	
Simone Scheuern	1	WJ B	0:23:43	Gesamtsiegerin
Barbara Lemmen	2	W	0:25:20	
Reinhold Scholzen	19	M	0:27:24	
Britta Kribs	4	W	0:27:42	
Waltraud Holper	5	W	0:27:42	
Heinrich Schröder	22	M	0:27:56	
Irene Kollig	6	W	0:28:10	
Elmar Holper	26	M	0:30:10	
Elke Schmitz	10	W	0:30:50	
Elena Schmitz	6	WJ B	0:32:08	
Gottfried Schmitz	29	M	0:32:09	
Monika Leufgen	12	W	0:32:15	
Hiltrud Kockelmann	16	W	0:33:51	
10.000 m				
Jörg Thelen	2	M20	0:41:54	
Manfred Margraff	3	M40	0:42:01	
Sebastian Simmen	3	M20	0:42:08	
Elmar Holper	2	M45	0:42:12	
Britta Kribs	2	W20	0:45:48	
Waltraud Holper	1	W40	0:47:04	
Dieter Burmeister	1	M65	0:49:32	
Dominic Proes	5	M20	0:49:38	
Werner Dimmer	10	M40	0:50:36	
Gottfried Schmitz	7	M45	0:50:40	
Klaus Lenz	7	M55	0:51:50	
Tanja Schoos	1	W30	0:51:53	

Harald Thiex	6	M35	0:52:34	
Martha Serve	1	W45	0:52:39	
Martha Metlen	1	W55	0:52:50	
Doris Wallenborn	2	W40	0:54:00	
Willi Hoffmann	8	M55	0:54:02	
Johann Leuther	6	M60	0:56:52	
Nicole Hermes	3	W30	0:57:43	
Irene Kollig	3	W55	0:58:48	
Karl-Heinz Schröder	4	M65	0:58:48	
Angelique van der Kroef	2	W50	0:59:25	
Monika Leufgen	3	W45	1:02:37	
Albert Thiex	7	M60	1:13:24	
5.000 m Walking				
Klaus Lenz	1	M	0:28:29	
04.09.2010 Deutsche Meisterschaften im Bahngehen in Bühlertal / Baden				
5.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	6	M60	0:30:05	
Uschi Klink	3	W60	0:34:36	
12.09.2010 Stadtlauf in Bitburg				
10.000 m				
Sebastian Simmen	4	M20	0:41:16	
Guido Leonardy	1	M35	0:41:17	
Manfred Margraff	9	M40	0:42:26	
Jörg Thelen	6	M20	0:43:12	
Elmar Holper	10	M45	0:44:03	
Jochen Burmeister	5	M35	0:45:50	
Robert Dingels	12	M50	0:47:52	
Waltraud Holper	4	W40	0:48:02	
Manfred Gillenkirch	23	M45	0:48:16	
Dieter Burmeister	4	M65	0:48:16	
Werner Schroth	8	M55	0:53:10	
Tanja Schoos	5	W30	0:53:56	
Leo Lichter	10	M55	0:54:19	
Karl-Heinz Schröder	9	M65	0:57:34	
Albert Thiex	13	M60	1:03:02	
Gudrun Schroth	5	W55	1:04:08	
5.000 m				
Dominik Gillenkirch	2	M14	0:21:29	
Heinrich Schröder	25	M	0:27:43	

5.300 m Walking				
Klaus Lenz	1	M	0:39:07	Gesamtsieger
12.09.2010 Bezirksmeisterschaften im Mehrkampf in Bitburg				
Dreikampf				50 / 75 m; Weit; Schlagball
Joshua Zahren	3	M10	869 P.	8,37 sec; 3,70 m; 25,00 m
Christopher Krämer	10	M10	642 P.	9,87 sec; 3,05 m; 23,50 m
Lisa Baustert	11	W10	761 P.	9,49 sec; 2,99 m; 15,00 m
Lina Hermes	8	W12	920 P.	12,54 sec; 3,45 m; 18,00 m
12.09.2010 Brückenlauf in Köln				
15.000 m				
Dieter Thoma	469	M40	1:50:04	
17.09.2010 Flutlichtmeeting in Trier				
10.000 m				
Jörg Thelen	1	M20	0:39:19	
Elmar Holper	6	M45	0:39:49	PB
Waltraud Holper	1	W40	0:44:21	PB
24.09.2010 Kreismeisterschaften in Bitburg				
1.500 m				
Patrick Gillenkirch	1	MJ B	0:05:01	Kreismeister
Manfred Gillenkirch	1	M45	0:05:54	Kreismeister
Werner Dimmer	2	M40	0:06:31	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	0:07:20	Kreismeister
Albert Thiex	1	M60	0:07:41	Kreismeister
100 m				
Karl-Heinz Schröder	2	M65	18,12 sec	
Kugelstoßen 7,26 kg				
Werner Dimmer	1	M40	9,05 m	Kreismeister
25.09.2010 Deutscher Gehertag in Ludweiler				
5.000 m Bahngehen				

Friedel Heinen	2	M55	0:29:51	
Klaus Lenz	3	M55	0:30:14	
Irene Kollig	1	W55	0:32:50	
Uschi Klink	1	W65	0:34:33	
Karl-Heinz Schröder	1	M65	0:39:05	
10.000 m Bahngehen				
Jos Hummer	1	M60	1:02:01	
25.09.2010 Eifelsteiglauf in Gerolstein				
10.000 m				
Albert Thiex				ohne Zeitmessung
10.000 m Walking				
Silvia Schilz				ohne Zeitmessung
Waltraud Schaal				
Robert Neumann				
26.09.2010 Stadtlaf in Polch				
10.000 m				
Guido Leonardy	9	M35	0:42:24	
02.10.2010 Deutscher Geherpokal in Diez				
5.000 m Bahngehen				
Friedel Heinen	2	M55	0:30:12	
Klaus Lenz	3	M55	0:31:18	
Jos Hummer	5	M60	0:31:33	
Irene Kollig	1	W55	0:32:34	
Uschi Klink	1	W65	0:35:16	
Jos, Irene, Uschi, Klaus, und Friedel belegten den 3. Platz in der Teamwertung im Süd-West-Geherpokal.				
03.10.2010 Marathon in Köln				
Halbmarathon				
Rudi Welter	40	M55	1:45:49	
Stephan Mohrs	162	M50	1:49:14	
Anita Balitzki	11	W60	2:11:59	
Marathon				
Manfred Gillenkirch	375	M45	4:04:40	
Carmen Brandt-Schmorleiz	88	W45	4:24:37	
Marion Wagner	11	W60	4:52:57	

Monika Leufgen	209	W45	5:27:02	
03.10.2010 Viezfestlauf in Welschbillig				
1.250 m				
Lena Staudinger	1	W12	0:04:56	
Lina Hermes	3	W12	0:05:40	
Christopher Krämer	14	M10	0:06:04	
10.000 m				
Sebastian Simmen	3	M25	0:41:33	
Guido Leonardy	2	M35	0:34:01	
Patrick Gillenkirch	2	M16	0:43:50	
Jörg Thelen	5	M25	0:44:21	
Manfred Margraff	7	M40	0:46:09	
Jochen Burmeister	5	M35	0:46:24	
Leo Lichter	11	M55	0:51:40	
Werner Dimmer	14	M40	0:53:02	
Irene Kollig	2	W55	0:55:13	
Reinhold Scholzen	19	M40	0:58:36	
Johann Leuther	10	M60	0:59:52	
Karl-Heinz Schröder	3	M65	1:00:41	
Gudrun Schroth	6	W55	1:05:27	
Werner Schroth	19	M55	1:05:29	
Albert Thiex	12	M60	1:05:46	
5.200 m Walking				
Friedel Heinen	2	M	0:32:55	
Hiltrud Kockelmann	1	W	0:39:28	
10.000 m Walking				
Willi Hoffmann	2	M	1:11:08	
17.10.2010 Marathon in Echternach / L				
Halbmarathon				
Sebastian Simmen	3	M20	1:27:46	
Guido Leonardy	10	M35	1:31:22	
Jörg Thelen	7	M20	1:37:25	
Elmar Holper	13	M45	1:38:16	
Britta Kribs	1	W20	1:38:17	
Waltraud Holper	7	W40	1:44:30	
Werner Schroth	12	M55	1:54:52	
Willi Hoffmann	17	M55	2:06:40	
Margret Akkermans	17	W45	2:08:06	
Gudrun Schroth	4	W55	2:13:26	

Marathon				
Manfred Margraff	49	M40	4:01:01	
20.10.2010 Bahnlauf in St. Vith				
5.000 m				
Jörg Thelen	11	Gesamt	0:19:16	
06.11.2010 Rursee- Walking				
16.500 m Walking				
Friedel Heinen	1	M55	1:56:50	
Irene Kollig	2	W55	2:02:24	
13.11.2010 DEULUX-Lauf in Langsur				
10.000 m				
Sebastian Simmen	20	M20	0:39:52	
Patrick Gillenkirch	6	M16	0:41:29	
Elmar Holper	22	M45	0:41:30	
Guido Leonardy	28	M35	0:42:21	
Waltraud Holper	7	W40	0:45:41	
Dominik Gillenkirch	5	M14	0:45:47	
Manfred Gillenkirch	78	M45	0:47:31	
Dieter Burmeister	7	M65	0:48:09	
Tanja Schoos	21	W30	0:55:36	
Cilli Burmeister	9	W55	0:57:14	
Karl-Heinz Schröder	18	M65	0:57:32	
Irene Kollig	11	W55	0:58:14	
Werner Schroth	50	M55	0:59:53	
Albert Thiex	27	M60	0:59:54	
Monika Leufgen	55	W45	1:01:08	
Anita Balitzki	6	W60	1:02:14	
Gudrun Schroth	19	W55	1:03:40	
Friedel Heinen	57	M55	1:03:47	als Geher
27.11.2010 Brubbellauf in Wallenborn				
6.120 m				
Guido Leonardy	1	M35	0:24:25	
10.200 m				

Willi Hoffmann	15	M55	0:59:06	
Karl-Heinz Schröder	3	M65	1:00:02	
Albert Thiex	5	M60	1:02:18	
6.120 m Walking				
Friedel Heinen	1	Gesamt	0:38:29	
04.12.2010 Kreismeisterschaften im Crosslauf in Waxweiler				
900 m				
Joshua Zahren	1	M10	0:04:41	Kreismeister
Sophia Staudinger	1	W9	0:04:45	Kreismeisterin
Laura Schoos	1	W11	0:04:48	Kreismeisterin
Christopher Krämer	2	M10	0:04:57	
1.800 m				
Lukas Krämer	1	M14	0:09:17	Kreismeister
Lena Staudinger	2	W12	0:09:32	
Lina Hermes	3	W12	0:10:24	
7.200 m				
Elmar Holper	1	M45	0:37:21	Kreismeister
Jörg Thelen	2	M20	0:37:28	
Britta Kribs	1	W20	0:40:21	Kreismeisterin
Waltraud Holper	1	W40	0:43:32	Kreismeisterin
Werner Dimmer	1	M40	0:47:47	Kreismeister
Thomas Kockelmann	3	M20	0:49:04	
7.000 m Walking				
Klaus Lenz	2	Gesamt	0:48:05	
Friedel Heinen	3	Gesamt	0:48:05	
Albert Thiex	4	Gesamt	0:52:51	
12.12.2010 Adventslauf in Zell				
5.000 m				
Guido Leonardy	4	M35	0:19:16	
Thomas Kockelmann		M20	0:23:56	
Irene Kollig	4	W55	0:27:59	
Albert Thiex	5	M60	0:28:08	
Friedel Heinen	12	M55	0:30:23	als Geher
31.12.2010 Silvesterlauf in Trier				
5.000 m				
Irene Kollig	8	W55	0:29:18	

Monika Leufgen	44	W45	0:30:37	
8.000 m				
Guido Leonardy	1	M35	0:28:10	
Sebastian Simmen	14	M20	0:33:22	
Jörg Thelen	17	M20	0:34:12	
Leo Lichter	27	M55	0:40:51	
Willi Hoffmann	38	M55	0:43:44	
Karl-Heinz Schröder	4	M65	0:47:39	
Albert Thiex	17	M60	0:52:21	
5.000 m Walking				
Friedel Heinen	2	M55	0:29:59	
Irene Kollig	1	W55	0:34:17	
Guido, Sebastian und Jörg belegten außerdem den 2. Platz in der Mannschaftswertung.				