

Einzelergebnisse 2013

Name	Platz	AK	Zeit	Bemerkung
01.01.2013 New Years Run in Camp Marmal / Afghanistan				
5.300 m				
Sebastian Simmen	4	Gesamt	00:20:21	
12.01.2013 Bezirksmeisterschaften im Crosslauf in Laufeld				
1.300 m				
Dorothee Elsen	4	W10	00:06:14	
1.450 m				
Joshua Zahren	1	M13	00:05:30	Bezirksmeister
2.080 m				
Lina Hermes	2	W15	00:10:15	
Johanna Elsen	3	W15	00:10:16	
13.01.2013 Decklauf auf der Aidasol				
5.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:24:53	
Irene Kollig	9	Gesamt	00:31:48	
Johann Leuther	12	Gesamt	00:33:56	
Friedel Heinen	13	Gesamt	00:34:44	
14.01.2013 Berglauf auf Madeira				
7.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:32:03	
Irene Kollig	9	Gesamt	00:42:40	
Friedel Heinen	12	Gesamt	00:46:42	
Johann Leuther	13	Gesamt	00:47:05	
15.01.2013 Lauf auf La Palma				
6.000 m				
Manfred Margraff	2	Gesamt	00:26:28	
Irene Kollig	12	Gesamt	00:35:34	
Friedel Heinen	13	Gesamt	00:35:57	
Johann Leuther	14	Gesamt	00:38:30	
16.01.2013 Lauf auf Gran Canaria				
7.000 m				
Manfred Margraff	2	Gesamt	00:30:29	
Irene Kollig	11	Gesamt	00:39:18	
Friedel Heinen	13	Gesamt	00:42:07	
Johann Leuther	14	Gesamt	00:42:13	

17.01.2013 Lauf auf Fuerteventura

6.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:27:18	
Friedel Heinen	8	Gesamt	00:34:38	
Irene Kollig	11	Gesamt	00:35:52	
Johann Leuther	14	Gesamt	00:39:05	

18.01.2013 Lauf auf Lanzarote

6.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:28:04	
Irene Kollig	9	Gesamt	00:36:33	
Friedel Heinen	13	Gesamt	00:41:06	
Johann Leuther	14	Gesamt	00:41:35	

27.01.2013 Marathon in Marrakesch / MA

Halbmarathon				
Johann Leuther			02:40:45	

09.02.2013 Fastnachtslauf in Wasserliesch

10.000 m				
Manfred Margraff	5	M45	00:43:12	

22.02.2013 Gozo Run auf Malta

4.800 m				
Johann Leuther			00:29:00	

24.02.2013 Malta Marathon

Halbmarathon				
Johann Leuther	28	M65	02:39:03	

03.03.2013 Zeppelinlauf in Müheim / Mosel

Halbmarathon				
Elmar Holper	6	M45	01:36:16	
Manfred Margraff	7	M45	01:36:50	
Stephan Krumm	4	M50	01:37:43	
Rita Brandenburg	2	W55	01:55:43	

09.03.2013 Fährturmlauf in Schweich

5.000 m				
Mattjeu Akkermans	4	M50	00:30:26	
Margret Akkermans	1	W45	00:30:26	
10.000 m				
Manfred Margraff	11	M45	00:42:57	

Peter Gaspers	6	M60	00:44:03	
Marcel Raskopp	23	M45	00:45:46	
Dieter Burmeister	1	M70	00:46:10	
Ingrid Kleusch	8	W50	00:49:46	
Harald Thiex	29	M40	00:50:13	
Rita Brandenburg	4	W55	00:51:34	
Werner Schroth	16	M60	00:52:36	
Gudrun Schroth	7	W55	00:58:12	
Karl-Heinz Schröder	6	M70	01:01:31	
Johann Leuther	22	M60	01:03:12	
Monika Leufgen	20	W50	01:04:50	
Irene Kollig	9	W55	01:08:47	
Friedel Heinen	30	M55	01:08:47	
5.000 m Walking				
Friedel Heinen	3	M	00:31:59	

10.03.2013 Hallenserie Prüm / Bitburg / Speicher

Weit; 2x30m Lauf; Hoch; Kugelstoßen; 30m Hürden; Schocken; Stabweitsprung

Lena Staudinger	1	W15	11 Punkte	
4,80 m; 9,8 s; 1,40 m; 7,58 m; - ; - ; -				
Dorothee Elsen	2	W10	22 Punkte	
3,02 m; 10,9 s; 0,95 m; 6,39 m; 6,34 s; 8,46 m; 3,03 m				

16.03.2013 Crosslauf in Birgel

8.000 m				
Manfred Margraff	4	M45	00:37:50	

17.03.2013 Mittelmosellauf in Leiwen

10.000 m				
Manfred Margraff	4	M45	00:42:47	
Johann Leuther	8	M60	01:02:40	

23.03.2013 Bendersbachtallauf in Föhren

7.600 m Wlking				
Albert Thiex			01:01:00	
25.200 m				
Manfred Margraff			02:13:00	
Peter Gaspers			02:17:00	
Ingrid Kleusch			02:28:00	
Irene Kollig			03:13:00	
Karl-Heinz Schröder			03:13:00	
Monika Leufgen			03:13:00	
Friedel Heinen			03:10:00	Walking
Klaus Lenz			03:10:00	Walking

24.03.2013 Marathon in Bratislava / SK				
Halbmarathon				
Johann Leuther		M60	02:32:49	

01.04.2013 Osterlauf in Üxheim / Leudersdorf				
10.800 m				
Manfred Margraff	7	M45	00:48:29	
Claudia Kettmus	4	W35	01:07:30	

07.04.2013 Westdeutsche Meisterschaften in Ahlen				
10.000 m				
Klaus Lenz	1	M60	01:10:56	Westdeutscher Meister
Karl-Heinz Schröder	1	M60	01:20:27	Westdeutscher Meister
Albert Thiex	2	M70	01:20:28	Westdeutscher Vize-Meister
Klaus, Karl-Heinz und Albert belegten auch den 1. Platz mit der Mannschaft.				

14.04.2013 Marathon in Bonn				
Halbmarathon				
Marcel Raskopp	149	M45	01:41:03	
Rita Brandenburg	6	W55	01:53:16	
Marathon				
Manfred Gillenkirch	95	M50	04:19:53	

14.04.2013 Decklauf auf der AIDA				
5.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:24:44	
Martha Metlen	2	Gesamt	00:31:15	
Friedel Heinen	3	Gesamt	00:31:23	
Irene Kollig	4	Gesamt	00:32:18	
Karl-Heinz Schröder	5	Gesamt	00:32:56	
Claudia Kettmus	6	Gesamt	00:33:36	
Johann Leuther	7	Gesamt	00:34:21	
Ute Bretz	8	Gesamt	00:36:53	
Ingrid Meyers	9	Gesamt	00:36:55	
Albert Thiex	10	Gesamt	00:37:40	
Hanne Backes	11	Gesamt	00:38:58	
Eva Thiex	12	Gesamt	00:42:01	
Renate Bungartz	12	Gesamt	00:42:01	
Andrea Schneider	14	Gesamt	00:43:20	
Margareta Plinius	15	Gesamt	00:51:00	

15.04.2013 Lauf in La Goulette (Tunis)				
6.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:26:17	
Martha Metlen	2	Gesamt	00:32:10	

Friedel Heinen	3	Gesamt	00:32:22	
Irene Kollig	4	Gesamt	00:33:16	
Karl-Heinz Schröder	5	Gesamt	00:34:07	
Claudia Kettmus	6	Gesamt	00:34:37	
Johann Leuther	7	Gesamt	00:36:59	
Ingrid Meyers	8	Gesamt	00:41:40	
Hanne Backes	9	Gesamt	00:41:48	
Albert Thiex	10	Gesamt	00:46:54	
Renate Bungartz	11	Gesamt	00:47:14	
Eva Thiex	11	Gesamt	00:47:14	
Ute Bretz	13	Gesamt	00:47:35	
Andrea Schneider	14	Gesamt	00:49:31	
Margareta Plinius	15	Gesamt	00:50:40	

16.04.2013 Berglauf in Palermo

4.500 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:22:19	
Friedel Heinen	2	Gesamt	00:28:36	
Irene Kollig	3	Gesamt	00:29:05	
Karl-Heinz Schröder	3	Gesamt	00:29:05	
Claudia Kettmus	5	Gesamt	00:29:32	
Martha Metlen	6	Gesamt	00:31:54	
Ute Bretz	7	Gesamt	00:33:48	
Eva Thiex	7	Gesamt	00:33:48	
Johann Leuther	9	Gesamt	00:33:50	
Hanne Backes	10	Gesamt	00:34:17	
Albert Thiex	11	Gesamt	00:35:48	
Renate Bungartz	12	Gesamt	00:36:13	
Ingrid Meyers	13	Gesamt	00:43:14	
Andrea Schneider	13	Gesamt	00:43:14	
Margareta Plinius	15	Gesamt	00:48:14	

17.04.2013 Stadtlauf in Neapel

4.500 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:19:56	
Martha Metlen	2	Gesamt	00:22:54	
Friedel Heinen	3	Gesamt	00:23:52	
Irene Kollig	4	Gesamt	00:25:23	
Karl-Heinz Schröder	5	Gesamt	00:25:31	
Johann Leuther	6	Gesamt	00:27:24	
Ute Bretz	7	Gesamt	00:27:59	
Albert Thiex	7	Gesamt	20:27:59	
Eva Thiex	9	Gesamt	00:28:59	
Ingrid Meyers	10	Gesamt	00:30:37	
Hanne Backes	11	Gesamt	00:31:28	
Renate Bungartz	12	Gesamt	00:36:28	
Andrea Schneider	12	Gesamt	00:36:28	
Margareta Plinius	12	Gesamt	00:36:28	
Claudia Kettmus	12	Gesamt	00:36:28	

18.04.2013 Promenadenlauf in Rom				
6.000 m				
Manfred Margraff	1	Gesamt	00:28:26	
Martha Metlen	2	Gesamt	00:32:30	
Friedel Heinen	3	Gesamt	00:33:05	
Claudia Kettmus	4	Gesamt	0:0:34:12	
Karl-Heinz Schröder	5	Gesamt	00:35:57	
Irene Kollig	5	Gesamt	00:35:57	
Johann Leuther	7	Gesamt	00:39:29	
Ute Bretz	8	Gesamt	00:41:35	
Albert Thiex	8	Gesamt	00:41:35	
Eva Thiex	10	Gesamt	00:43:22	
Ingrid Meyers	11	Gesamt	00:43:26	
Hanne Backes	12	Gesamt	00:45:01	
Renate Bungartz	13	Gesamt	00:47:10	
Andrea Schneider	14	Gesamt	00:52:10	
Margareta Plinius	14	Gesamt	00:52:10	
24.04.2013 Altburger Drachenlauf in Schalkenmehren				
5.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:20:55	Gesamtsieger
27.04.2013 Kammerwaldlauf in Geichlingen				
1.000 m				
Joshua Zahren	1	MJ U14	00:04:02	
Annika Urfels	4	WJ U14	00:05:08	
5.000 m				
Jörg Thelen	3	M	00:23:30	
Joshua Zahren	3	MJ U18	00:24:05	
Lina Hermes	1	WJ U18	00:25:32	
Christopher Krämer	5	MJ U18	00:29:12	
10.000 m				
Leo lichter	1	M60	00:54:44	
Halbmarathon				
Manfred Margraff	2	M45	01:37:08	
Elmar Holper	3	M45	01:37:20	
Guido Giernez	2	M50	01:51:08	
Peter Gaspers	2	M60	01:52:52	
Rita Brandenburg	1	W55	01:57:02	
Ingrid Kleusch	1	W50	01:58:47	
Klaus Lenz	3	M60	02:14:48	
Irene Kollig	2	W55	02:21:50	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	02:21:51	

5.000 m Walking				
Albert Thiex			00:34:44	
Hermann Nesges			00:35:43	
Rainer Probst			00:36:39	
10.000 m Walking				
Friedel Heinen			01:06:04	
01.05.2013 Lehwaldlauf in Mehren				
10.000 m				
Manfred Margraff	1	M45	00:42:14	
5.000 m Walking				
Albert Thiex	3	M	00:36:56	
04.05.2013 Ruwer-Riesling Lauf in Mertesdorf				
10.000 m				
Sebastian Simmen	7	M30	00:42:58	
Dieter Burmeister	1	M70	00:46:50	
Ingrid Kleusch	8	W50	00:50:00	
Werner Schroth	9	M60	00:50:52	
Rita Brandenburg	3	W55	00:51:16	
Irene Kollig	5	W55	00:56:01	
Gudrun Schroth	8	W55	00:57:14	
04.05.2013 Westdeutsche Meisterschaften in Ahlen				
5.000 m Bahngehen				
Klaus Lenz	1	M60	00:33:28	Westdeutscher Meister
Willi Hoffmann	2	M60	00:39:27	Westdeutscher Vize-Meister
Karl-Heinz Schröder	2	M70	00:40:30	Westdeutscher Vize-Meister
09.05.2013 Westumer Murre Lauf in Sinzig				
Halbmarathon				
Manfred Margraff	4	M45	01:37:17	
11.05.2013 Mürmeslauf in Ellscheid				
4.800 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:18:55	
Albert Thiex	2	M60	00:29:06	
10.000 m				
Sebastian Simmen	2	M30	00:42:49	
Manfred Margraff	3	M45	00:44:41	

12.05.2013 Marathon in Mainz				
Halbmarathon				
Elmar Holper	33	M45	01:29:47	
Marathon				
Waltraud Holper	33	W45	04:03:53	
15.05.2013 Stadionmeeting in Mayen				
5.000 m				
Sebastian Simmen	5	M30	00:18:46	
18.05.2013 Mitternachtslauf in Kröv				
3.800 m				
Sebastian Simmen	5	Gesamt	00:13:34	
9.400 m				
Sebastian Simmen	8	M30	00:39:22	
Peter Gaspers	3	M60	00:43:45	
Inge Roth	4	W55	00:49:30	
Monika Leufgen	28	W50	01:00:02	
20.05.2013 Volkslauf in Ormont				
1.000 m				
Dorothee Elsen	1	W10	00:04:21	
2.000 m				
Joshua Zahren	2	M13	00:07:45	
Carolin Pütz	1	W14	00:10:16	
Annika Urfels	4	W12	00:10:17	
4.500 m				
Sebastian Simmen	3	M	00:17:56	
Christopher Krämer	6	MJ U18	00:25:10	
Erik Krämer	10	M	00:25:28	
Lina Hermes	5	WJ U18	00:26:07	
Johanna Elsen	6	WJ U18	00:26:15	
10.000 m				
Manfred Margraff	1	M45	00:42:27	
Stephan Krumm	4	M50	00:45:36	
Boris Klasen	2	M35	00:47:26	
Ingrid Kleusch	1	W50	00:51:45	
Werner Schroth	1	M60	00:52:23	
Irene Kollig	1	W55	00:56:33	
Gudrun Schroth	2	W55	00:58:45	
Friedel Heinen	6	M55	00:58:59	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	00:59:02	

Claudia Kettmus	2	W35	00:59:03	
4.500 m Walking				
Friedel Heinen	1	M	00:28:34	
Irene Kollig	1	W	00:32:35	
Albert Thiex	4	M	00:35:06	

25.05.2013 Meulenwaldlauf in Hetzerath

5.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:19:07	Gesamtsieger

26.05.2013 Mittelrhein Marathon in Koblenz

Halbmarathon				
Peter Gaspers	11	M60	01:46:45	
Ingrid Kleusch	10	W50	01:51:05	
Harald Thiex	91	M40	01:55:06	
Inge Roth	2	W55	01:55:30	
Doris Wallenborn	20	W45	01:58:11	
Monika Leufgen	52	W50	02:24:56	

30.05.2013 Volkslauf in Oberweis

5.000 m				
Albert Thiex	46	M	00:32:29	
10.000 m				
Manfred Margraff	13	M45	00:43:06	
Dominik Gillenkirch	3	MJ U18	00:43:35	
Peter Gaspers	5	M60	00:46:16	
Dieter Burmeister	1	M70	00:46:41	
Werner Schroth	8	M60	00:49:50	
Leo Lichter	9	M60	00:49:56	
Ingrid Kleusch	7	W50	00:49:56	
Rita Brandenburg	4	W55	00:51:49	
Irene Kollig	5	W55	00:54:24	
Gudrun Schroth	8	W55	00:56:27	
Friedel Heinen	20	M55	00:56:30	
Karl-Heinz Schröder	3	M70	00:56:36	
Monika Leufgen	19	W50	01:02:01	
5.000 m Walking				
Friedel Heinen	2	M	00:29:50	
Irene Kollig	1	W	00:34:06	

09.06.2013 Eifelmarathon in Waxweiler

10.000 m				
Sebastian Simmen	1	M35	00:41:29	Gesamtsieger
Marcel Raskopp	1	M45	00:46:23	

Bruno Hemmerling	1	M65	00:48:22	
Dieter Burmeister	1	M70	00:48:35	
Martha Metlen	1	W55	00:54:28	
Doris Urfels	1	W35	00:55:33	
Annemie Gompelmann	2	W55	00:56:35	
Marita Glandien	3	W55	00:58:59	
Johann Leuther	5	M60	01:07:29	
Ingrid Meyers	5	W55	01:09:10	
Halbmarathon				
Guido Gierenz	4	M50	01:43:49	
Gottfried Schmitz	9	M45	01:46:39	
Harald Glandien	10	M45	01:47:48	
Peter Gaspers	1	M60	01:54:59	
Harald Thiex	12	M40	01:57:45	
Ingrid Kleusch	1	W50	01:58:13	
Petra Schneider	3	W45	02:01:18	
Helmut Nösches	10	M50	02:03:16	
Inge Roth	1	W55	02:03:51	
Leo Lichter	3	M60	02:04:12	
Doris Wallenborn	4	W45	02:12:06	
Monika Leufgen	6	W50	02:35:40	
Marathon				
Britta Kribs	1	W20	04:02:05	
Elmar Holper	8	M45	04:07:48	
Stephan Krumm	6	M50	04:07:49	
Manfred Gillenkirch	8	M50	04:48:29	
Friedel Heinen	13	M55	05:08:33	
Irene Kollig	3	W55	05:19:00	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	05:19:00	
Ultra Marathon 51.400 m				
Manfred Margraff	8	M45	05:05:11	
Waltraud Holper	4	W45	06:03:12	
15.06.2013 Stadtlauf in Gerolstein				
5.000 m				
Andreas Hansen	33	M	00:24:57	
Guido Gierenz	44	M	00:27:32	
Lina Hermes	33	W	00:28:00	
Hanna Proll	40	W	00:29:13	
Lena Staudinger	41	W	00:29:13	
Albert Thiex	49	M	00:29:43	
10.350 m				
Sebastian Simmen	2	M30	00:41:15	
Dominik Gillenkirch	2	MJ U18	00:45:46	
Patrick Gillenkirch	15	M20	00:45:47	

Marcel Raskopp	12	M45	00:46:01	
Guido Gierenz	17	M50	00:46:22	
Stephan Krumm	21	M50	00:47:24	
Dieter Burmeister	1	M70	00:48:42	
Ingrid Kleusch	5	W50	00:51:39	
Werner Schroth	10	M60	00:52:03	
Manfred Gillenkirch	28	M50	00:52:15	
Leo Lichter	11	M60	00:52:37	
Irene Kollig	4	W55	00:54:59	
Karl-Heinz Schröder	4	M70	01:00:29	

5.000 m Walking

Friedel Heinen	1	M	00:28:57	Gesamtsieger
Hermann Nesges	3	M	00:34:01	
Hiltrud Kockelmann	2	W	00:34:49	

15.06.2013 Nordseelauf in Greetsiel

11.800 m				
Willi Hoffmann	24	M60	01:08:24	
Johann Leuther	26	M60	01:10:18	

16.06.2013 Nordseelauf auf Borkum

11.600 m				
Willi Hoffmann	18	M60	01:14:20	
Johann Leuther	20	M60	01:15:41	

17.06.2013 Nordseelauf in Butjadingen

12.200 m				
Willi Hoffmann	16	M60	01:18:55	
Johann Leuther	17	M60	01:22:38	

18.06.2013 Nordseelauf in Wangerland

5.200 m				
Willi Hoffmann	18	M60	00:33:44	
Johann Leuther	19	M60	00:34:56	

18.06.2013 Nordseelauf in Neuharlingersiel

7.000 m				
Willi Hoffmann	18	M60	00:45:20	
Johann Leuther	19	M60	00:46:02	

20.06.2013 Nordseelauf auf Langeoog

10.300 m				
Willi Hoffmann	23	M60	01:07:39	
Johann Leuther	24	M60	01:09:06	

21.06.2013 Nordseelauf in Otterndorf				
10.000 m				
Johann Leuther	22	M60	01:05:55	
22.06.2013 Nordseelauf in Neuwerk-Cuxhaven				
11.900 m				
Johann Leuther	35	M60	01:35:06	
23.06.2013 Kreismeisterschaften in Prüm				
Kugelstoßen				
Lea Christen	2	W13	7,00 m	
Schlagball				
Dorothee Elsen	1	W10	21,50 m	Kreismeisterin
Weitsprung				
Sophia Staudinger	4	W12	3,40 m	
Dorothee Elsen	3	W10	3,19 m	
Hochsprung				
Lena Staudinger	2	W15	1,42 m	
Hanna Proll	5	W15	1,25 m	
Speerwurf				
Lena Staudinger	1	W15	21,90 m	Kreismeisterin
Hanna Proll	4	W15	17,52 m	
800 m				
Lena Staudinger	1	W15	2:57 min	Kreismeisterin
Hanna Proll	3	W15	3:02 min	
28.06.2013 Birnenlauf in Plein				
5.500 m				
Sebastian Simmen	2	Gesamt	00:21:23	
30.06.2013 Stadtlauf in Trier				
10.000 m				
Johann Leuther	23	M60	01:01:53	
Halbmarathon				
Boris Klasen	27	M35	01:45:15	
Friedel Heinen	44	M55	02:20:39	
Irene Kollig	4	W55	02:20:40	

30.06.2013 Deutsch-Amerikanischer Freundschaftslauf in Binsfeld				
5.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:19:14	Gesamtsieger
Albert Thiex	2	M60	00:31:30	
10.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:40:22	
Manfred Margraff	1	M45	00:43:02	
Peter Gaspers	2	M60	00:47:13	
Ingrid Kleusch	1	W50	00:49:41	
Monika Leufgen	2	W50	01:02:48	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	01:02:49	
5.000 m Walking				
Klaus Lenz	1	M60	00:30:28	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	00:34:32	
27.07.2013 Kirmeslauf in Lützkampen				
300 m Bambini				
Lara Gerads	1	W	00:01:58	
Phillip Gerads	2	M	00:02:36	
1.000 m				
Andreas Hansen	2	MJ U12	00:04:03	
Dorothee Elsen	1	WJ U12	00:04:05	
2.000 m				
Lina Hermes	1	WJ U16	00:08:50	
Johanna Elsen	2	WJ U16	00:08:53	
Hanna Proll	3	WJ U16	00:08:56	
27.07.2013 Sommernachtslauf in Ralingen				
10.000 m				
Patrick Gillenkirch	9	M20	00:40:34	
Sebastian Simmen	4	M30	00:40:40	
Dominik Gillenkirch	2	MJ U18	00:42:40	
Dieter Burmeister	1	M70	00:46:54	
Peter Gaspers	7	M60	00:47:16	
Werner Schroth	13	M60	00:51:46	
Irene Kollig	3	W55	00:53:21	
Karl-Heinz Schröder	5	M70	00:58:22	
Reinhold Scholzen	36	M45	00:58:24	
Monika Leufgen	13	W50	01:02:57	
Friedel Heinen	21	M55	01:04:38	

02.08.2013 Straßenlauf in Platten				
5.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:19:31	
10.000 m				
Sebastian Simmen	2	M30	00:43:13	
03.08.2013 Volkslauf in Heimbach-Weis				
10.000 m				
Manfred Margraff	7	M45	00:47:17	
10.08.2013 Volkslauf in Pronsfeld				
200 m Bambini	ohne Zeitmessung			
Michelle Ehlert				
Alexander Schmidt				
Phillip Gerads				
Jonathan Kribs				
Jasmin van der Kolk				
Fenja Reintgen				
Christian Schmidt				
1.000 m				
Andreas Hansen	2	M11	00:04:13	
Dorothee Elsen	1	W10	00:04:13	
2.000 m				
Joshua Zahren	1	M13	00:07:53	
Markus Pütz	1	M14	00:08:59	
Moritz Glandien	2	M14	00:09:08	
Lina Hermes	2	W15	00:09:17	
Johanna Elsen	3	W15	00:09:29	
Carolin Pütz	1	W14	00:09:51	
5.000 m				
Boris Klasen	2	M35	00:22:15	
Lena Staudinger	3	WJ U18	00:25:20	
Leo Lichter	1	M60	00:25:23	
Erwin Kill	4	M50	00:25:43	
Robert Dingels	5	M50	00:25:46	
Niklas Urfels	2	MJ U18	00:26:01	
Lina Hermes	4	WJ U18	00:26:20	
Frank Eicks	2	M45	00:26:24	
Sylvia Scheuern	5	WJ U18	00:27:20	
Waltraud Holper	3	W45	00:27:50	
Anita Balitzki	1	W60	00:28:44	
Marion Eicks	2	W40	00:29:07	
Markus Pütz	4	MJ U18	00:30:48	
Christopher Krämer	5	MJ U18	00:30:51	

10.000 m				
Patrick Gillenkirch	7	M20	00:39:35	
Sebastian Simmen	5	M30	00:40:56	
Elmar Holper	9	M45	00:41:52	
Stephan Krumm	9	M50	00:42:30	
Jörg Thelen	9	M30	00:42:46	
Peter Gaspers	6	M60	00:45:05	
Peter Zwicker	13	M30	0.45:18	
Gottfried Schmitz	13	M45	00:45:19	
Dieter Burmeister	1	M70	00:46:07	
Daniel Christen	2	MJ U18	00:47:53	
Boris Klasen	13	M35	00:48:39	
Petra Schneider	3	W40	00:49:51	
Ingrid Kleusch	7	W50	00:49:54	
Rita Brandenburg	2	W55	00:50:53	
Irene Kollig	3	W55	00:52:29	
Gaby Hansen		W45	00:55:03	
Edmund Wanken	26	M50	00:55:44	
Waltraud Holper	9	W45	00:55:48	
Gudrun Schroth	7	W55	00:57:03	
Claudia Kettmus	7	W35	00:59:13	
Friedel Heinen	31	M55	01:04:40	Walking
Leo Lichter	15	M60	01:13:11	
5.000 m Walking				
Rainer Probst	5	M	00:35:08	
Hermann Nesges	6	M	00:35:35	
Friedel Heinen	10	M	00:42:48	
11.08.2013 Marathon in Monschau				
Marathon				
Manfred Margraff	48	M45	04:05:25	
12.08.2013 Insellauf auf Sipan / Kroatien				
9.000 m				
Johann Leuther			01:05:17	
13.08.2013 Insellauf auf Korcula / Kroatien				
13.000 m				
Johann Leuther			01:40:05	
14.08.2013 Lauf in Mostar / Bosnien				
5.000 m				
Johann Leuther			00:35:48	

15.08.2013 Insellauf auf Korcula / Kroatien				
8.000 m				
Johann Leuther			01:06:10	
16.08.2013 Insellauf auf Prezba / Kroatien				
4.000 m				
Johann Leuther			00:34:45	
16.08.2013 Insellauf auf Lastovo / Kroatien				
6.000 m				
Johann Leuther			00:45:08	
17.08.2013 Insellauf auf Mljet / Kroatien				
10.000 m				
Johann Leuther			01:20:24	
Dies war bereits der 64. Insellauf von Johann				
24.08.2013 Volklauf in Bleialf				
300 m Bambini				
Michelle Ehlert	1	W	00:01:16	
Fenja Reintgen	8	W	00:02:04	
1.000 m				
Dorothee Elsen	1	W10	00:04:10	Gesamtsiegerin
Andreas Hansen	1	M11	00:04:18	
2.000 m				
Joshua Zahren	4	M13	00:08:49	
Johanna Elsen	1	W15	00:09:15	
Sophia Staudinger	2	W12	00:09:58	
Annika Urfels	5	W12	00:11:51	
Carolin Pütz	2	W14	00:11:52	
5.000 m				
Sebastian Simmen	2	M	00:18:59	
Boris Klasen	10	M	00:22:26	
Niklas Urfels	10	MJ U18	00:25:49	
Doris Urfels	4	W	00:25:51	
Waltraud Holper	5	W	00:25:53	
Lina Hermes	5	WJ U18	00:28:32	
Heinrich Schröder	21	M	00:28:50	
Hanna Proll	6	WJ U18	00:28:58	
Johanna Elsen	7	WJ U18	00:29:15	
Lena Staudinger	9	WJ U18	00:29:33	

Sylvia Scheuern	10	WJ U18	00:30:04	
Christopher Krämer	13	MJ U18	00:31:14	
Willi Hoffmann	23	M	00:33:13	
Albert Thiex	24	M	00:34:24	
10.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:41:40	
Peter Zwicker	3	M30	00:45:52	
Boris Klasen	2	M35	00:48:00	
Jörg Gerads	3	M40	00:49:15	
Martha Metlen	1	W55	00:54:28	
Robert Dingels	5	M50	00:56:29	
Gaby Hansen	3	W45	00:56:52	
Arno Wangen	7	M40	00:58:53	
Ute Bretz	6	W50	01:06:10	
Hanne Backes	3	W55	01:09:25	
Waltraud Holper	11	W45	01:19:20	
Halbmarathon				
Elmar Holper	6	M45	01:35:23	
Jochen Burmeister	3	M40	01:36:30	
Jörg Thelen	6	M30	01:38:05	
Harald Glandien	7	M45	01:40:35	
Stephan Krumm	4	M50	01:42:33	
Manfred Margraff	9	M45	01:43:13	
Dieter Burmeister	2	M70	01:48:45	
Peter Gaspers	3	M60	01:50:17	
Ingrid Kleusch	4	W50	01:51:47	
Rita Brandenburg	1	W55	01:52:31	
Petra Schneider	3	W40	01:54:49	
Leo Lichter	5	M60	01:56:18	
Manfred Gillenkirch	11	M50	01:59:36	
Doris Wallenborn	2	W45	02:02:50	
Gudrun Schroth	3	W55	02:07:24	
Werner Schroth	9	M60	02:07:24	
Edmund Wanken	13	M50	02:10:32	
Irene Kollig	4	W55	02:15:00	
Karl-Heinz Schröder	4	M70	02:15:00	
Friedel Heinen	12	M55	02:21:08	
7.800 m Walking				
KLaus Lenz	2	M	00:48:21	
Richard Winandy	3	M	00:48:34	
Rainer Probst	5	M	00:55:14	
Hermann Nesges	6	M	00:56:03	
Willi Hoffmann	9	M	00:59:38	
Albert Thiex	11	M	01:02:51	
Peter Kockelmann	15	M	01:06:46	

31.08.2013 Maare-Mosel-Lauf in Gillenfeld				
10.000 m				
Patrick Gillenkirch	8	M20	00:40:04	
Halbmarathon				
Harald Glandien	11	M45	01:37:16	
Peter Gaspers	3	M60	01:44:43	
Ingrid Kleusch	3	W50	01:52:23	
Inge Roth	1	W55	02:00:28	
Harald Thiex	33	M40	02:00:32	
Doris Wallenborn	13	W45	02:09:34	
Irene Kollig	6	W55	02:14:19	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	02:14:20	
Monika Leufgen	19	W50	02:41:40	
06.09.2013 Läufermeeting in Schweich				
3.000 m				
Sebastian Simmen	6	M	00:10:40	
08.09.2013 Stadtlauf in Bitburg				
5.000 m				
Werner Dimmer	18	M	00:25:49	
Heinrich Schröder	29	M	00:29:04	
10.000 m				
Patrick Gillenkirch	8	M20	00:39:46	
Sebastian Simmen	5	M30	00:40:45	
Jörg Thelen	7	M30	00:41:28	
Jochen Burmeister	5	M40	00:42:07	
Elmar Holper	8	M45	00:42:11	
Dominik Gillenkirch	3	MJ U18	00:42:51	
Peter Gaspers	8	M60	00:47:42	
Ingrid Kleusch	4	W50	00:49:18	
Leo Lichter	10	M60	00:49:24	
Rita Brandenburg	2	W55	00:49:56	
Waltraud Holper	5	W45	00:50:07	
Irene Kollig	4	W55	00:53:05	
Karl-Heinz Schröder	4	M70	00:56:26	
Gudrun Schroth	7	W55	00:56:38	
Werner Schroth	16	M60	00:56:39	
Anita Balitzki	5	W60	01:00:03	
Ute Bretz	10	W50	01:03:47	
5.300 m Walking				
KLaus Lenz	1	M	00:35:33	
Albert Thiex	2	M	00:42:28	

13.09.2013 Flutlichtmeeting in Trier				
10.000 m				
Sebastian Simmen	2	M30	00:38:47	
Jörg Thelen	4	M30	00:40:08	
14.09.2013 Breitensportfest in Bernkastel-Kues				
3.000 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:10:55	
14.09.2013 Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Diez				
5.000 m Bahngehen				
Friedel Heinen	1	M55	00:33:16	Rheinland-Pfalz-Meister
KLaus Lenz	2	M60	00:34:56	Rheinland-Pfalz-Vize-Meister
Karl-Heinz Schröder	1	M70	0_37:59	Rheinland-Pfalz-Meister
Albert Thiex	3	M60	00:41:39	
15.09.2013 Bezirksmeisterschaften im Mehrkampf in Bitburg				
Vierkampf				100 m; Weit; Kugel; Hoch
Lena Staudinger	2	W15	1773 Pkte	14,46 s; 4,39 m; 8,37 m; 1,40 m
Lena wurde außerdem Bezirksmeisterin mit der Mannschaft				
27.09.2013 Kreismeisterschaften in Bitburg				
Kugelstoßen				
Werner Dimmer	1	M40	9,45 m	
Weitsprung				
Lena Staudinger	1	W15	4,81 m	
Lina Hermes	3	W15	4,23 m	
Johanna Elsen	4	W15	4,15 m	
Hanna Proll	5	W15	3,47 m	
100 m				
Lina Hermes	1	W15	14,27 s	
Johanna Elsen	2	W15	14,41 s	
1.500 m				
Sebastian Simmen	1	M30	00:04:57	
Dominik Gillenkirch	3	MJ U18	00:05:01	
Karl-Heinz Schröder	1	M70	00:07:15	
4x100m Staffel				
Lina, Johanna, Hanna, Lena	2	WJ U16	57,06 s	

29.09.2013 Marathon in Berlin

Marathon				
Peter Gaspers	268	M60	03:57:50	
Inge Roth	141	W55	04:15:14	
Monika Leufgen	1063	W50	05:11:19	

05.10.2013 Viezfestlauf in Welschbillig

1.250 m				
Joshua Zahren	12	MJ U14	00:04:50	Gesamtsieger
Dorothee Elsen	2	WJ U12	00:05:20	
Hanna Proll	2	WJ U16	00:05:25	
Andreas Hansen	2	WJ U12	00:05:26	
Johanna Elsen	3	WJ U16	00:05:36	
10.000 m				
Jochen Burmeister	4	M40	00:41:17	
Sebastian Simmen	4	M30	00:41:58	
Dominik Gillenkirch	2	MJ U18	00:44:36	
Manfred Margraff	12	M45	00:46:14	
Rita Brandenburg	1	W55	00:50:52	
Leo Lichter	8	M60	00:51:49	
Irene Kollig	3	W55	00:54:05	
Werner Dimmer	24	M40	00:58:10	
Karl-Heinz Schröder	4	M70	00:59:55	

12.10.2013 Läufermeeting in Föhren

10.000 m				
Jörg Thelen	1	M30	00:40:39	
Werner Dimmer	12	M40	00:51:36	

13.10.2013 Marathon in Köln

Halbmarathon				
Bernd Schneider	458	M40	01:52:45	
Stephan Mohrs	359	M50	01:54:32	
Annemie Gompelmann	34	W55	02:02:37	
Anita Balitzki	23	W60	02:09:21	
Margret Akkermans	392	W45	02:17:34	
Mathias Akkermans	728	M50	02:17:34	
Marathon				
Gottfried Schmitz	260	M45	03:40:50	
Elmar Holper	286	M45	03:43:02	
Peter Zwicker	193	M30	03:45:15	
Rita Brandenburg	9	W55	03:55:26	
Boris Klasen	280	M35	03:56:26	
Ingrid Kleusch	22	W50	03:57:09	
Petra Schneider	53	W40	03:59:13	

Gudrun Schroth	22	W55	04:18:11	
Edmund Wanken	437	M50	04:27:00	
Irene Kollig	31	W55	04:41:26	
Karl-Heinz Schröder	10	M70	04:41:26	

18.10.2013 Walking in Palma / E

10.000 m Walking				
Friedel Heinen	1	M	01:03:37	
Irene Kollig	1	W	01:08:26	

20.10.2013 Lauf in Palma / E

10.000 m				
Irene Kollig	13	W55	00:55:42	
Friedel Heinen	87	M55	01:08:09	
Johann Leuther	52	M60	01:10:06	Johanns 65. Insellauf !!!

20.10.2013 StrongmanRun in Differdingen / L

24.500 m StrongmanRun				
Jörg Thelen	103	M	02:19:53	
Caroline Roth	136	W	03:21:38	

03.11.2013 Wurzelweglauf in Konz

10.000 m				
Nikolai Wirtz	2	M20	00:46:14	
Sebastian Simmen	3	M30	00:47:28	

03.11.2013 Rursee Marathon in Simmerath-Einruhr

Marathon				
Manfred Margraff	33	M45	03:57:59	

09.11.2013 Rheinland-Pfalz-Hallen-Meisterschaften in Kaiserslautern

3.000 m Bahngehen				
Friedel Heinen	3	M55	00:18:21	Rheinland-Pfalz-Meister
Albert Thiex	2	M60	00:20:00	Rheinland-Pfalz-Vize-Meister
Karl-Heinz Schröder	2	M70	00:23:24	Rheinland-Pfalz-Meister

09.11.2013 DEULUX-Lauf in Langsur

10.000 m				
Jochen Burmeister	20	M40	00:39:23	
Sebastian Simmen	23	M30	00:42:03	
Manfred Margraff	39	M45	00:43:19	
Dominik Gillenkirch	11	MJ U18	00:43:57	
Dieter Burmeister	2	M70	00:45:55	
Peter Gaspers	11	M60	00:46:30	

Leo Lichter	21	M60	00:48:56	
Irene Kollig	5	W55	00:52:53	
Monika Leufgen	57	W50	01:05:27	
Johann Leuther	43	M60	01:06:52	

23.11.2013 Brubbellauf in Wallenborn

1.000 m				
Dorothee Elsen	1	W10	00:03:56	
2.000 m				
Johanna Elsen	1	W15	00:09:46	
6.120 m				
Johanna Elsen	1	W15	00:34:09	
10.200 m				
Manfred Margraff	2	M45	00:43:55	
Rita Brandenburg	1	W55	00:50:59	
Ingrid Kleusch	3	W50	00:51:11	
Inge Roth	2	W55	00:53:39	
Karl-Heinz Schröder	2	M70	01:03:56	
6.120 m Walking				
Albert Thiex	2	M60	00:45:21	

30.11.2013 Crosslauf-Kreismeisterschaften in Waxweiler

900 m				
Marie Borghard	1	W9	00:04:31	Kreismeisterin
Lelan Dederichs	4	M7	00:04:57	
Michelle Ehlert	1	W7	00:05:15	Kreismeisterin
Nina Krämer	2	W7	00:05:16	
Max Flesch	1	M6	00:05:26	Kreismeister
1.800 m				
Joshua Zahren	1	M13	00:07:48	Kreismeister
Johanna Elsen	1	W15	00:09:27	Kreismeisterin
3.600 m				
Joshua Zahren	1	MJ U18	00:20:19	Kreismeister
Christopher Krämer	2	MJ U18	00:24:55	
7.200 m				
Jörg Thelen	2	M30	00:32:08	
Manfred Margraff	3	M45	00:33:38	
Richard Winandy	3	M50	00:35:21	
Gottfried Schmitz	4	M45	00:37:52	
Dieter Burmeister	1	M70	00:39:49	Kreismeister
Helmut Nösges	4	M50	00:40:57	

7.000 m Walking				
Friedel Heinen	2	M	00:42:39	
Albert Thiex	4	M	00:49:40	
08.12.2013 Berglauf in Kiris / Türkei				
12.000 m				
Johann Leuther			01:39:34	
15.12.2013 Adventslauf in Zell				
5.000 m				
Jörg Thelen	6	M30	00:19:36	
Jörg Thelen	9	M30	00:25:20	
Caroline Roth	11	W20	00:27:31	
21.12.2013 Crosslauf in Ellscheid				
8.000 m				
Manfred Margraff	3	M45	00:34:01	
Caroline Roth	2	W20	00:43:59	
31.12.2013 Silvesterlauf in Trier				
5.000 m				
Ingrid Kleusch	10	W50	00:24:06	
Annemie Gompelmann	5	W55	00:25:29	
Monika Leufgen	43	W50	00:30:51	
8.000 m				
Jörg Thelen	14	M30	00:33:09	
Sebastian Simmen	27	M30	00:35:17	
Dieter Burmeister	1	M70	00:38:41	
Peter Gaspers	10	M60	00:39:03	
Leo Lichter	13	M60	00:40:45	
Karl-Heinz Schröder	3	M70	00:47:29	
5.000 m Walking				
Albert Thiex	2	M60	00:36:10	