

Einzelergebnisse 2019				
Name	Platz	AK	Zeit	Bemerkung
06.01.2019 Crosslauf in Mehren				
8.800 m				
Sylvia Weber	1	W45	45:54:00	
Michael Apel	8	M45	53:12:00	
12.01.2019 Crosslauf in Lüxem				
7.340 m				
Michael Apel	8	M45	42:02:00	
19.01.2019 Bezirksmeisterschaften Crosslauf Bengel				
5.500 m				
Albert Thiex	1	M70	44:33:00	Bezirksmeister
Dieter Burmeister	1	M75	35:02:00	Bezirksmeister
Gunther Berger	3	M75	40:04:00	
Karl-Heinz Schröder	4	M75	41:09:00	
7.700 m				
Jeanette Klein	2	W40	45:00:00	
Domenik Schröder	3	M30	37:13:00	
Michael Apel	4	M45	50:52:00	
02.02.2019 Crosslauf in Gladbach				
7.700 m				
Michael Apel	13	M45	45:12:00	
09.02.2019 Süchteltal Ultra				
64 km				
Domenik Schröder	1	M30	7:07:00:00	
10.02.2019 Rheinland-Meisterschaften Crosslauf Trier				
5.500 m				
Albert Thiex	1	M70	37:02:00	Rheinlandmeister
Dieter Burmeister	1	M75	29:31:00	Rheinlandmeister
Gunther Berger	3	M75	34:02:00	
Karl-Heinz Schröder	4	M75	35:46:00	
Mannschaftsrheinlandmeister M 75				
Dieter Burmeister - Gunther Berger - Karl-Heinz Schröder				
24.02.2019 Eifelsteig Crosslauf in Gerolstein Büscheich				
8.800 m				
Sylvia Weber	1	W45	38:04:00	
Michael Apel	5	M45	44:53:00	
24.02.2019 35. Winterlaufserie des LSV Porz / Köln				
Halbmarathon				

Lisa Baustert	1	WJU20	1:39:43:00	
Patrick Gillenkirch	3	M	1:22:02:00	
15.03.2019 Hallenserie Schüler 2019 Gesamtergebnis				
Name	Platz	AK	Punkte	
Hannah Kockelmann	2	W10	16	
Mia Koßmann	5	W11	41	
Elena Abels	7	W12	39	
Lena Heckemanns	1	W13	16	
Michelle Ehlert	2	W13	20	
Lina Koßmann	4	W13	26	
Annika Staus	5	W13	27	
Lara Gerads	6	W13	30	
Jakob Kockelmann	2	M8	27	
Elias Engeln	9	M10	68	
Phillip Gerads	5	M11	36	
Lukas Engeln	1	M14	9	
Nick Müller	3	M14	25	
Das Ergebnis setzt sich aus insgesamt 7 Disziplinen zusammen: 2 x 30 m, Weit, Hoch, Kugel, Hürden, Schocken, Stabweit oder -hochsprung. Je kleiner die Punktzahl, desto besser die Platzierung. Viele Altersklassen waren mit weit mehr als 10 Teilnehmern besetzt.				
23.03.2019 Rheinland – Meisterschaften 10 Km Straßenlauf in Niederfischbach				
Gunther Berger	1	M75	58:34:00	Rheinlandmeister
Karl-Heinz Schröder	2	M75	1:03:22:00	Vizerheinlandmeister
Albert Thiex	5	M70	1:07:06:00	
Mannschaftsrheinlandmeister in der Klasse M 70 - M 90 Gunther Berger, Karl-Heinz Schröder u. Albert Thiex				
30.03.2019 Cretes de Spa				
55 km - 2.060 Höhenmeter				
Domenik Schörder	23	M	5:57:47:00	
Sylvia Weber	3	MW	6:19:42:00	
30.03.2019 8. Fährturmlauf in Schweich				
5 Km Gesundheitslauf ohne Zeitnahme				
Albert Thiex			32:59:00	Handgestoppt
5 km Fitnesslauf				
Sandra Koch	2	W30	22:57:00	
10 km Bitburger Hauptlauf				
Sebastian Simmen	15	M35	43:15:00	
Herbert Meyers	17	M50	44:34:00	
Richard Winandy	12	M55	45:31:00	
Lisa Baustert	1	WJ U20	45:33:00	
Patrick Gillenkirch	17	M20	45:35:00	
Harald Klasen	39	M40	51:07:00	
Dieter Burmeister	1	M75	52:09:00	
Michael Apel	33	M45	53:39:00	
Gunther Berger	6	M75	1:00:35:00	
31.03.2019 36. Clärrwer Loof (Luxemburg)				

10 km			
Manfred Margraff	5	M50	53:12:00
Michael Apel	22	M45	57:14:00
6 km			
Albert Thiex	2	M70	40:38:00
06.04.2019 36. Zeppelinlauf Mülheim			
10 km Bitburger Hauptlauf			
Richard Winandy	7	M55	45:07:00
Dieter Burmeister	1	M75	52:00:00
Gunther Berger	5	M75	1:01:21:00
Walking 5 km			
Wolfgang Schaller	1	M60	46:51:00
Jedermannlauf 5 km			
Albert Thiex	1	M70	33:44:00
07.04.2019 36. Deutsche Post Marathon Bonn			
Marathon			
Patrick Gillenkirch	14	MHK	3:26:12:00
Gottfried Schmitz	13	M50	3:27:22:00
Elmar Holper	32	M55	4:17:18:00
Elke Schmitz	7	W50	4:19:59:00
Britta Kribs	14	W30	4:23:07:00
Jan Becker	71	M40	4:32:33:00
Elmar Hennes	77	M40	4:41:51:00
Roland Ney	100	M45	4:43:00:00
Jennifer Weber	17	W30	4:44:58:00
Jeanette Klein	14	W40	4:55:02:00
Frank Denter	104	M45	4:55:59:00
Halbmarathon			
Thomas Alff	99	M35	1:37:09:00
Bernd Schneider	85	M50	1:40:33:00
Lisa Baustert	7	WU2	1:40:39:00
Monika Schmitz	8	W40	1:41:16:00
Petra Schneider	14	W45	1:48:26:00
Michael Apel	351	M45	2:02:34:00
Reinhold Scholzen	405	M50	2:03:35:00
Doris Wallenborn	91	W50	2:05:32:00
Karl-Heinz Schröder	4	M75	2:26:08:00
13.04.2019 Airport Night Run Berlin			
10 km			
Andreas Gnad	101	M50	53:39:00
Alois Bormes	57	M60	1:08:56:00
Albert Thiex	17	M70	1:12:56:00
22.04.2019 Osterlauf in Leudersdorf			
5,4 km			
Michael Apel	2	M45	29:32:00
10,8 km			
Karl-Heinz Schröder	1	M75	1:16:48:00

27.04.2019 Volkslauf in Geichlingen			
10 km			
Martin Assmann	1	M60	53:13:00
Michael Apel	2	M45	57:24:00
Rita Hoffmann-Pfeiffer	1	W50	1:07:59:00
Monika Leufgen	1	W55	1:16:54:00
21 km			
Stephan Krumm	1	M55	1:47:39:00
Jeanette Klein	1	W40	1:57:34:00
Frank Denter	3	M45	1:57:34:00
Inge Roth	1	W60	2:19:23:00
Karl-Heinz Schröder	1	M75	2:44:49:00
30 km			
Gottfried Schmitz	1	M50	2:34:52:00
Manfred Margraff	4	M50	3:01:48:00
1000 m			
Lina Koßmann	1	WJU14	4:59:00
Annika Staus	2	WJU14	5:07:00
Mia Koßmann	3	WKU12	5:24:00
5000 m Walking			
Richard Winandy		M55	34:39:00
Peter Dahm		M65	37:07:00
Martha Scheuern		W65	40:40:00
Michael Scheuern		M70	37:50:00
01.05.2019 Lohner's Vulkan-Marathon in Mendig			
Marathon			
Gottfried Schmitz	5	M50	3:51:25:00
Britta Kribs	1	W30	3:51:26:00
Frank Denter	10	M45	4:19:45:00
Jeanette Klein	2	W40	4:19:46:00
Verena Pinten	3	W35	4:37:21:00
Halbmarathon			
Manfred Margraff	21	M50	1:59:06:00
Jennifer Weber	14	W30	2:18:09:00
Karl-Heinz Schröder	2	M75	2:36:02:00
Monika Leufgen	13	W55	2:50:39:00
10 km			
Gunther Berger	4	M75	1:08:30:00
01.05.2019 Lehwaldlauf in Mehren			
10 km			
Michael Apel	4	M45	53:51:00
02.-04.05.2019 Alpine Trailrun Festival in Innsbruck			
K85 - 87 Km - 3.400 Höhenmeter			
Domenik Schörder	49	M	13:37:09:00
K65 - 67,5 Km - 2.300 Höhenmeter			
Sylvia Weber	5	MW	9:17:56:00
04.05.2019 Riesling Lauf in Mertesdorf			
10 km Bitburger Hauptlauf			

Patrick Gillenkirch	4	M20	36:06:00		
Sebastian Simmen	12	M35	43:43:00		
Lisa Baustert	2	U20	44:08:00		
Dieter Burmeister	1	M75	49:23:00		
Michael Apel	33	M45	51:08:00		
Gunther Berger	5	M75	56:08:00		
Rita Hoffmann-Pfeiffer	6	W50	58:18:00		
5 km Walking					
Maria Heinen	1	W55	36:04:00		
Ewald Heinen	1	M60	37:18:00		
Wolfgang Schaller	2	M55	46:58:00		
04.05.2019 TrailRun in Urbar					
22 km					
Joachim Jakobi	19	SMM	2:45:47:00		
05.05.2019 Guthenberg Marathon Mainz					
Marathon					
Waltraud Holper	18	W50	4:26:05:00		
Iris Thelen	37	WHK	4:26:35:00		
Elmar Holper	79	M55	4:26:04:00		
Elmar Hennes	96	M40	4:26:04:00		
Roland Ney	100	M45	4:26:05:00		
05.05.2019 Frühlingslauf in Frechen					
5 km					
Dieter Thoma	13	M50	33:27:00		
11.05.2019 Bezirksmeisterschaften in Gerolstein					
Elena Abels	11	75m Lauf	13,4	Sek.	
W12	14	Weitsprung	2,72	m	
Lena Heckemanns	4	75m Lauf	11,66	Sek.	
W13	7	Weitsprung	3,78	m	
	6	60m Hürden	13,35	Sek.	
Michelle Ehlert	2	Kugelst.	6,74	m	
W13	9	60m Hürden	13,86	Sek.	
Nina Krämer	5	Hochsprung	1,15	m	
W13	12	Weitsprung	3,36	m	
	10	75m Lauf	12,75	Sek.	
Emily Weiers	3	800m Lauf	03:57	Min.	
W13	13	Weitsprung	2,73	m	
	11	75m Lauf	14,39	Sek.	
Nick Müller	3	100m Lauf	15,59	Sek.	
M14	4	80m Hürden	16,99	Sek.	
	7	Weitsprung	3,42	m	
	5	Speerwurf	14,96	m	
Lukas Engeln	3	80m Hürden	16,31	Sek.	
M14	1	Hochsprung	1,48	m	Bezirksmeister
	3	Weitsprung	4,55	m	
	4	Speerwurf	19,38	m	
12.05.2019 DKV Urban-Trail in Luxembourg					

18 km				
Caroline Roth			2:14:09:00	
12.05.2019 Volkslauf in Hürth				
5 km				
Dieter Thoma	2	M50	30:34:00	
18.05.2019 Rennsteiglauf				
Marathon				
Jennifer Weber	44	W30	5:16:31:00	
19.05.2019 Rheinland-Meisterschaften Blockwettkampf Neuwied				
Lukas Engeln	6	80m Hürden	15,99	Sek.
M14		Hochsprung	1,48	m
		Weitsprung	4,54	m
		Speerwurf	19,1	m
		100m Lauf	13,55	Sek.
25.05.19 Kreismeisterschaften in Prüm				
Annika Staus	5	Weitsprung	3,60	m
	2	75 m	11,4	Sek
	3	800 m	3:19	Min
Phillip Gerards	1	Schlagball	33,50	m Kreismeister
	2	50 m	8,7	Sek
01.06.2019 Marathon in Luxemburg				
Marathon				
Elke Schmitz	1	W50	4:02:05:00	
Petra Schneider	7	W45	4:09:37:00	
Gottfried Schmitz	21	M50	3:35:18:00	
Bernd Schneider	25	M50	3:46:59:00	
Roland Ney	132	M45	4:33:49:00	
Manfred Gillenkirch	83	M55	5:14:51:00	
Jan Becker	181	M40	5:13:09:00	
Manfred Margraff	130	M50	5:13:10:00	
Joachim Jakobi	143	M50	5:35:32:00	
Halbmarathon				
Celina Gretz	15	W20	1:46:43:00	
Rita Hoffmann-Peiffer	107	W50	2:29:32:00	
Monika Leufgen	55	W55	2:43:23:00	
Karl-Heinz Jenniges	6	M60	1:46:15:00	
01.06.2019 Stadtlauf in Gerolstein				
5 km Walking				
Richard Winandy	2	M	31:21:00	
Wolfgang Schaller	9	M	46:32:00	
10 km Bitburger Hauptlauf				
Gunther Berger	3	M75	1:08:10:00	
02.06.19 Senioren Leichtathletik Rheinlandmeisterschaften in Bitburg				
Gunther Berger				
5000m	1	M75	28,36	Min Rheinlandmeister

1500m	1	M75	7,53 Min	Rheinlandmeister	
800m	1	M75	3,53 Min	Rheinlandmeister	
Karl-Heinz Schröder					
800 m	2	M75	4,12 Min		
400 m	2	M75	1,36 Min		
200 m	2	M75	43,63 Sek		
Albert Thiex					
1500 m	3	M70	8,48 Min		
800 m	3	M70	4,28 Min		
400 m	2	M70	1,56 Min		
Werner Dimmer					
Kugel	2	M45	8,74 m		
Monika Schmitz					
1500 m	2	W40	6,28 Min		
800 m	2	W40	3,10 Min		
400 m	3	W40	1,20 Min		
200 m	4	W40	37,13 Sek		
08.06.2019 Mitternachtslauf in Kröv					
9400 m					
Michael Apel	17	M45	48:29:00		
Arno Wangen	19	M45	50:33:00		
10.06.2019 NRW-Meisterschaften in Mönchengladbach					
5000 m Bahngehen					
Albert Thiex	3	M70	40:37:00		
Karl-Heinz Schröder	2	M75	42:14:00		
10.06.2019 Volkslauf in Ormont					
9200 m Hauptlauf					
Judith Peiker	1	W35	49:38:00		
Michael Apel	3	M45	50:07:00		
Joachim Jakobi	8	M50	52:50:00		
Gaby Poszich	1	W50	54:00:00		
Sibylle Esch	2	W50	56:25:00		
Jens Plischke	3	M55	56:26:00		
16.06.2019 EIFEL-Marathon in Waxweiler					
Ultra-Marathon					
Gottfried Schmitz	5	M50	4:50:30:00		
Sylvia Weber	1	W45	5:06:50:00		
Katharina Bobermann	2	W45	5:40:29:00		
Waltraud Holper	3	W50	6:07:32:00		
Marathon					
Monika Schmitz	4	W40	4:15:04:00		
Stephan Krumm	2	M55	4:18:37:00		
Elmar Holper	6	M55	4:37:58:00		
Bruno Ney	11	M45	4:51:38:00		
Elmar Hennes	9	M40	4:51:38:00		
Manfred Marggraf	19	M50	5:10:10:00		
Karlz-Heinz Schröder	1	M75	6:18:23:00		
Halbmarathon					

Jörg Thelen	4	M35	1:41:25:00		
Peter Gaspers	1	M70	2:00:41:00		
Michael Apel	8	M45	2:05:52:00		
Jan Becker	9	M40	2:07:15:00		
Judith Peiker	4	W35	2:13:39:00		
Mario Merkes	9	M45	2:14:01:00		
Doris Wallenborn	5	W50	2:16:30:00		
Rita Hoffmann-Pfeiffer	10	W50	2:35:19:00		
Sport-RETT-Fitnesslauf 10 km					
Albert Thiex	2	M70	1:13:07:00		
Walking 10 km					
Richard Winandy	1	M	1:50:38:00		
Hermann Nesges	2	M	2:04:55:00		
Friedel Heinen	3	M	2:04:56:00		
Rainer Probst	5	M	2:15:00:00		
Peter Kockelmann	7	M	2:26:59:00		
20.06.2019 Volkslauf in Oberweis					
10 km Bitburger Hauptlauf					
Lisa Baustert	1	WJ U20	49:29:00		
Dieter Burmeister	1	M75	50:37:00		
Michael Apel	15	M45	53:58:00		
Rita Hoffmann-Pfeiffer	8	W50	1:00:59:00		
Gunther Berger	4	M75	1:08:52:00		
Walking 5 km					
Ewald Heinen	1	M	35:22:00		
Maria Heinen	1	W	36:14:00		
06.07.2019 Kondelwaldlauf in Bengel					
10 km					
Manfred Margraff		M50	56:29:00		
Michael Apel		M45	57:22:00		
19.07.2019 Straßenlauf in Platten					
5 km					
Albert Thiex	3	M70	34:01:00		
10 km					
Michael Apel	7	M45	55:01:00		
Gunter Berger	1	M75	1:02:32:00		
Rita Hoffmann-Pfeiffer	5	W50	1:04:20:00		
5 km Walking					
Michael Scheuern	1	M70	35:31:00		
Ewald Heinen	1	M60	35:52:00		
Eva Thiex	1	W65	36:26:00		
Martha Scheuern	2	W65	36:30:00		
Adelheit Weimann	2	W60	39:44:00		
Edelgard Kickertz	3	W60	39:45:00		
Anneliese Thiex	4	W60	41:35:00		
27.07.2019 Saarschleifen TrailRun					
18,3 km					
Michael Apel	2	M45	1:41:00:00		

10.08.2019 Brohlbachtal - Lauf in Gamlen				
10 km				
Gunter Berger	2	M75	1:04:28:00	
5 km Walking				
Albert Thiex		M70	39:26:00	
11.08.2019 Monschau				
Ultramarathon				
Gottfried Schmitz	9	M50	5:18:26:00	
Marathon				
Bruno Ney	27	M45	4:27:01:00	
Roland Ney	32	M45	4:35:53:00	
Manfred Margraff	35	M50	4:42:06:00	
Jeanette Klein	10	W40	5:09:23:00	
Frank Denter	40	M45	5:09:22:00	
Monika Leufgen	9	W55	5:53:01:00	
17.08.2019 Radweglauf in Hermeskeil				
10 km Bitburger Hauptlauf				
Patrick Gillenkirch	4	M20	37:13:00	
Richard Winandy	10	M55	45:42:00	
Lisa Baustert	2	WJU20	48:37:00	
Dieter Burmeister	1	M75	50:50:00	
Michael Apel	20	M45	52:49:00	
Gunter Berger	5	M75	58:31:00	
5 km Walking				
Wolfgang Schaller	7	M	53:09:00	
24.08.2019 Rheinland-Pfalz und Rheinland Meisterschaften in Diez				
5000 m Bahngehen				
Albert Thiex	1	M70	43:12:00	Rheinland-Pfalz und Rheinland Meister
31.08.2019 Maare-Mosel-Lauf Daun				
Halbmarathon				
Patrick Gillenkirch	3	M20	1:34:36:00	
Thomas Alff	4	M35	1:39:59:00	
Karl-Heinz Jenniges	1	M60	1:42:43:00	
Bruno Ney	7	M45	1:53:16:00	
Manfred Margraff	7	M50	1:54:27:00	
Michael Apel	15	M45	2:02:53:00	
Jennifer Weber	2	W30	2:04:06:00	
Frank Niederprüm	17	M55	2:05:09:00	
Monika Leufgen	7	W55	2:44:57:00	
10 km				
Lisa Baustert	1	W19	48:09:00	
26.08.-01.09. UTMB - Ultra Trail Running am Mont-Blanc				
CCC 101 km 6200 HM				
Domenik Schröder	769		22:16:40:00	
01.09.2019 Triathlon am Zieselsmaar				

500m schwimmen, 17,5 km Radeln, 5 km laufen				
Michael Apel	6		1:23:10:00	
07.09.2019 Wüstenhof-Halbmarathon in Weikersburg				
Halbmarathon				
Michael Apel	1	M45	1:57:58:00	Sieger in der Altersklasse
08.09.2019 Pfälzerwald Marathon in Pirmasens				
Marathon				
Manfred Margraff	9	M50	4:12:39:00	
Monika Leufgen	6	W55	5:43:45:00	
11.09.2019 Senioren-Europameisterschaften in Venedig				
10 km gehen				
Albert Thiex	16	M65	1:14:22:00	
14.09.2019 4. Leopard UTML Ultratrail du Müllerthal				
39 km Trail				
Jeanette Klein	9	1978	4:25:14:00	
Sylvia Weber	11	1974	4:33:07:00	
Gottfried Schmitz	96	1965	4:33:07:00	
Bruno Ney	106	1974	4:38:52:00	
Roland Ney	152	1971	4:53:10:00	
Frank Denter	173	1971	5:04:45:00	
Jennifer Weber	49	1986	5:40:24:00	
Jennifer Weber	49	1986	5:40:24:00	
15 km Shorty Trail				
Reinhold Scholzen	70	1967	1:41:53:00	
Inge Roth	24	1958	1:45:34:00	
Elke Schmitz	34	1969	1:48:17:00	
28.09.2019 Volks- und Strassenlauf in Pronsfeld				
10 km Bitburger Hauptlauf				
Patrick Gillenkirch	4	M20	37:10:00	
Dominik Gillenkirch	12	M20	45:37:00	
Elmar Holper	9	M55	45:40:00	
Herbert Meyers	5	M50	45:45:00	
Celina Gretz	8	W20	47:54:00	
Sylvia Weber	3	W45	48:03:00	
Monika Müller	5	W40	48:09:00	
Guido Gierenz	13	M55	49:15:00	
Stephan Krumm	14	M55	49:16:00	
Dieter Burmeister	1	M75	50:19:00	
Martin Assmann	4	M60	50:34:00	
Michael Apel	15	M45	53:12:00	
Joachim Jakobi	16	M50	57:51:00	
Gunter Berger	5	M75	58:30:00	
Elena Schmitz	9	W20	1:03:07:00	
Domenik Schröder	12	M30	1:26:08:00	
5 km Autohaus Mais Glandien Firmen-/ Jedermannlauf				
Joachim Jakobi	17	M	27:22:00	
Tanja Keil	21	W	33:24:00	

Albert Thiex	28	M	36:02:00	
Roland Ney	30	M	42:08:00	
5 km Immobilien Frank Eicks Walking/Nordic-Walking				
Wolfgang Ludes			32:59:00	
Peter Dahm			34:25:00	
Stefan Krumm			34:43:00	
Michel Scheuern			35:39:00	
Adelheid Weimann			36:24:00	
Ewald Heinen			36:50:00	
Maria Heinen			36:52:00	
Martha Scheuern			37:04:00	
Eva Thiex			37:06:00	
Ewald Heinen			38:33:00	
Edelgard Kickertz			40:03:00	
Stefan Elgas			40:23:00	
Ingrid Kleusch			40:44:00	
Dieter Burmeister			41:54:00	
Annelie Thiex			42:26:00	
Martina Meyers-Schlax			42:26:00	
Rainer Probst			43:12:00	
Wolfgang Schaller			49:06:00	
Albert Thiex			49:07:00	
5 km Jugend MJ/WJ U14, U16, U18, U20 (2000-2007)				
Lukas Engeln	3	MJU16	28:39:00	
Lina Koßmann	4	WJU14	29:08:00	
Rzazade Said	4	MJU16	29:20:00	
Elias Ney	5	MJU16	33:21:00	
1 km Kinder MK/WK U10, U12, U14, U16 (2004-2011)				
Lukas Geib	1	M12	03:56:00	
Bastian Hons	1	M09	04:08:00	
Hannah Kockelmann	1	W10	04:20:00	
Mia Koßmann	1	W11	04:33:00	
Tim Jakobi	4	M09	04:34:00	
Annika Staus	1	W13	04:39:00	
Philip Gerads	3	M11	04:42:00	
Marie Plinius	3	W10	04:42:00	
Saida Rzazade	1	W15	05:06:00	
Konstantin Kribs	5	M09	05:27:00	
Jonas Keil	4	M08	05:42:00	
Jonathan Kribs	4	M11	06:16:00	
05.10.2019 Föhren				
10 km Bitburger Hauptlauf				
Richard Winandy	8	M55	44:37:00	
Dieter Burmeister	1	M75	50:22:00	
Michael Apel	21	M45	50:31:00	
Gunter Berger	4	M75	58:16:00	
6.10.2019 Trail Marathon Heidelberg				
Marathon				
Jeanette Klein	2	W40	5:35:04:00	
Frank Denter	17	M45	5:21:43:00	

13.10.2019 Marathon Köln				
Marathon				
Gottfried Schmitz	47	M50	3:28:06:00	
Karl-Heinz Jenniges	22	M60	3:55:12:00	
Petra Schneider	57	W45	4:23:35:00	
Elke Schmitz	52	W50	4:26:24:00	
Jan Becker	347	M40	4:37:46:00	
Doris Wallenborn	90	W50	4:58:15:00	
Halbmarathon				
Celina Gretz	85	WHK	1:46:01:00	
Dominik Gillenkirch	518	MHK	1:52:21:00	
Michael Apel	404	M45	2:00:16:00	
Jens Plischke	328	M55	2:07:45:00	
Guido Weinand	587	M45	2:10:41:00	
Rita Hoffmann-Pfeiffer	257	W50	2:20:58:00	
Elena Schmitz	1073	WHK	2:23:51:00	
27.10.2019 Rheinlandmeisterschaft in Föhren				
Halbmarathon				
Patrik Gillenkirch	14	HK	1:23:03:00	
Domenik Schröder	4	M30	1:32:55:00	
Karl – Heinz Jenniges	4	M60	1:37:05:00	
Sylvia Weber	4	W45	1:44:18:00	
Frank Denter	4	M45	1:45:49:00	
Jan Becker	9	M40	1:50:51:00	
Michael Apel	7	M45	1:52:46:00	
Gunter Berger	1	M75	2:08:59:00	Rheinlandmeister
Rita Hoffmann	4	W50	2:14:38:00	
27.10.2019 Drachenlauf in Königswinter				
26 km				
Joachim Jakobi	55	M50	03:12:45:00	
03.11.2019 Rursee Marathon in Simmerath-Einruhr				
Ultramarathon 52 km				
Sylvia Weber	2	W45	5:11:53:00	
Gottfried Schmitz	6	M50	5:11:53:00	
Marathon				
Thomas Alff	7	M35	3:43:19:00	
Jennifer Weber	4	W30	4:35:42:00	
Manfred Margraff	27	M50	4:46:51:00	
Monika Leufgen	5	W55	6:18:50:00	
Lauf 16,5 km				
Ingrid Kleusch	3	W55	1:33:00:00	
Joachim Jakobi	60	M50	1:41:46:00	
Reinhold Scholzen	63	M50	1:42:35:00	
Judith Peiker	18	W35	1:47:58:00	
Doris Wallenborn	25	W50	1:50:37:00	
09.11.2019 Deulux Lauf Langsur				
10 km Bitburger Hauptlauf				

Patrick Gillenkirch	21	M20	37:35:00	
Dominik Gillenkirch	37	M20	42:33:00	
Richard Winandy	16	M55	44:55:00	
Lisa Baustert	4	WU20	49:46:00	
Dieter Burmeister	1	M75	50:14:00	
Gunter Berger	4	M75	56:45:00	
16.11.2019 Brubbellauf in Wallenborn				
10 km Hauptlauf				
Patrick Gillenkirch	3	M20	38:38:00	
Sylvia Weber	1	W40	49:38:00	
Lisa Baustert	1	W18	50:50:00	
Günter Berger	3	M75	1:03:04:00	
4,08 km Walking				
Albert Thiex	1	M65	32:09:00	
Klaus Lenz	2	M65	32:18:00	
23.11.2019 Crosslauf in Waxweiler				
7,2 km Lauf				
Patrick Gillenkirch	1	M30	30:02:00	Kreismeister
Dominik Gillenkirch	3	M30	35:43:00	
Jeanette Klein	3	W40	39:04:00	
Lisa Baustert	1	WU20	39:32:00	Kreismeister
Manfred Margraff	3	M50	39:59:00	
Joachim Jakobi	1	M55	41:18:00	Kreismeister
7,2 km Walking				
Richard Winandy	1	M55	45:36:00	
Peter Dahm	1	M65	48:10:00	
Michael Scheuern	1	M70	51:12:00	
Eva Thiex	1	W65	53:34:00	
Martha Scheuern	2	W65	53:34:00	
Klaus Lenz	2	M65	56:00:00	
Edelgard Kickertz	1	W60	56:38:00	
Albert Thiex	2	M70	1:00:30:00	
1,8 km				
Lina Koßmann	1	W13	9:47:00	Kreismeister
Lukas Engel	1	M15	8:16:00	Kreismeister
0,9 km				
Mia Koßmann	2	W11	4:36:00	
15.12.2019 Adventslauf in Zell				
5 km				
Lisa Baustert	2	WU20	23:30:00	
Gunter Berger	3	M75	29:29:00	
21.12.2019 Crosslauf in Ellscheid				
8 km				
Patrick Gillenkirch	3	M	33:27:00	
Lisa Baustert	1	W	40:49:00	
31.12.2019 Silvesterlauf in Trier				
8 km Volkslauf der Männer				

Jörg Thelen	10	M35	34:37:00		
Joachim Jakobi	44	M50	40:26:00		
Dieter Burmeister	1	M75	41:19:00		
Albert Thiex	4	M70	1:00:13:00		
5 km Volkslauf der Frauen					
Judith Peiker	17	W35	25:36:00		
Annemie Gompelmann	6	W60	27:41:00		