

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünn	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
W															
1.	289	Wiebke Fritz	1989	VfL Lingen	4	2:32:25	38:07	37:54	-	38:55	38:02	-	-	37:35	-
2.	99	Sarah Backsmann	1993	VfL Lingen	6	2:34:57	38:45	38:59	38:35	39:06	-	39:38	39:19	38:18	-
3.	151	Ulrike Knipper	1978	Lauffreunde Emsland	7	2:54:38	43:40	44:56	43:47	44:32	-	44:08	44:41	42:44	44:00
4.	55	Ivonne Blasch	1981		6	2:57:33	44:24	44:53	44:06	-	44:49	-	44:51	44:08	44:32
5.	154	Tatjana Flor	1987		5	3:13:51	48:28	49:25	47:56	47:52	49:31	-	48:39	-	-
6.	29	Sandra Over-Deymann	1972	Lauffreunde Emsland	8	3:13:52	48:28	48:28	50:09	48:55	50:24	51:32	50:44	47:28	49:03
7.	101	Anke Janning	1977		4	3:15:07	48:47	48:59	48:21	49:35	48:14	-	-	-	-
8.	292	Annette Wiemker	1966	LG Papenburg-Aschendorf	4	3:26:04	51:31	49:49	-	52:13	52:02	-	-	52:01	-
9.	149	Farah Jaber	1991		7	3:26:44	51:41	51:04	51:40	51:26	52:39	-	54:06	52:48	52:36
10.	148	Yvonne Trojahn	1984		4	3:27:19	51:50	51:54	51:52	51:25	52:09	-	-	-	-
11.	64	Sarah Traband	1996	Haselünner SV - Schwimmen	5	3:29:13	52:19	51:11	50:52	56:37	55:57	-	-	51:14	-
12.	207	Frauke Bruns	1986	SV Union Meppen	5	3:33:02	53:16	-	52:39	54:05	-	-	55:10	53:16	53:05
13.	110	Katrin Haake	1980	Lauffreunde Emsland	5	3:33:54	53:29	55:50	-	53:53	-	-	54:19	52:52	52:52
14.	37	Natascha Rohoff	1971		4	3:39:59	55:00	-	-	56:38	55:30	-	55:09	52:44	-
15.	77	Ulrike Grothe	1969	Lauffreunde Emsland	4	3:42:50	55:43	55:34	-	-	-	58:04	-	54:35	54:39
16.	223	Annette Beumer	1967	SC Spelle-Venhaus	4	3:45:20	56:20	-	-	58:18	56:22	-	55:28	55:13	-
17.	261	Hanna Ambraß	2007		6	3:49:12	57:18	57:20	-	1:01:5	57:04	59:46	55:59	-	58:51
18.	275	Beatrix Groeneveld	1967	TVBunde	4	4:29:51	1:07:28	1:06:20	-	1:06:5	-	-	1:10:05	1:06:2	-
19.*	267	Jana Wittig	1981		3	3:01:34	1:00:32	-	59:35	1:01:0	-	-	-	1:00:5	-
20.*	183	Rejane Radtke	1991	SUS Darne	2	1:34:24	47:12	-	47:06	47:19	-	-	-	-	-
21.*	235	Michaela Schröer	1969	Sigilta Sögel	2	2:01:28	1:00:44	-	1:00:03	1:01:2	-	-	-	-	-
22.*	163	Thea Schulte	1962	Marien Hospital Papenburg	2	2:31:25	1:15:43	1:17:35	-	-	-	-	-	1:13:5	-
23.*	98	Nina Büttner	1995	TuS Haren	1	40:14	40:14	-	40:14	-	-	-	-	-	-
24.*	185	Jasmin Niehaus	1983	Raspo Lathen	1	1:03:18	1:03:18	1:03:18	-	-	-	-	-	-	-
m															
1.	8	Dominik Went	1996	SV Brackwede	5	2:14:49	33:43	33:29	33:49	33:45	-	-	-	33:47	36:30
2.	209	Thomas Bruns	1978	Braunschweiger Laufclub	5	2:16:57	34:15	33:42	-	-	38:00	34:36	34:44	33:57	-
3.	66	René Smith	1988	Runners Stadskanaal	8	2:17:40	34:25	34:23	34:12	34:33	34:33	35:04	35:40	34:52	35:19
4.	95	Hendrik Schutte	1988	TuS Haren Leichtathletik	4	2:21:39	35:25	35:43	-	35:48	-	35:34	-	34:35	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünn	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
5.	9	Sebastian Heymann	1981	SVA Salzbergen	4	2:25:00	36:15	36:01	35:50	36:07	-	-	-	37:04	-
6.	19	Julian Schröer	1995	TuS Haren Triathlon	5	2:25:48	36:27	36:12	-	36:52	-	37:41	36:52	35:54	-
7.	269	Winfried Hacke	1969	SV Union Lohne	5	2:33:00	38:15	-	37:59	37:57	-	-	39:03	38:03	39:33
8.	238	Thomas Esders	1976	Albers Fördertechnik Team Haren	4	2:35:14	38:49	38:40	38:25	-	-	-	-	38:45	39:25
9.	126	Guido Bouwer	1971	LC Nordhorn	5	2:36:15	39:04	-	39:29	40:56	38:30	-	39:57	38:21	-
10.	210	Claas Hermsen	2002	LAV Meppen	8	2:36:28	39:07	39:55	38:52	39:48	39:47	41:14	39:32	38:19	40:44
11.	160	Christian Tappel	1990		4	2:36:39	39:10	39:22	-	38:58	38:56	-	39:24	-	-
12.	5	Frank Gerdemann	1975	TuS Haren Leichtathletik	6	2:36:43	39:11	38:45	38:50	-	40:57	42:10	-	39:37	39:32
13.	217	Joachim Leuschner	1987		6	2:37:15	39:19	40:01	39:09	-	39:48	39:47	-	38:54	39:27
14.	21	Jens Rischling	1972	ROSEN Germany	8	2:39:15	39:49	39:43	39:00	40:03	40:31	47:35	43:27	41:16	42:21
15.	242	Dieter Rolfes	1972	SV Grenzland Twist	4	2:39:59	40:00	-	40:36	-	-	-	40:00	38:55	40:30
16.	18	Dirk Gerdemann	1979	TuS Haren Leichtathletik	5	2:42:23	40:36	39:57	41:15	40:07	41:05	-	41:39	-	-
17.	190	Alwin Hockmann	1973	INJOY Papenburg	4	2:42:52	40:43	40:19	40:00	-	-	-	-	41:06	41:28
18.	191	Georg Achter	1966	TuS Haren	5	2:44:31	41:08	40:54	-	41:37	41:40	-	41:47	40:20	-
19.	125	Michael Sürken	1985	FTW	7	2:44:53	41:14	41:23	41:21	41:49	-	42:31	42:02	40:47	41:24
20.	284	Jürgen Berghaus	1988	SuS Darne Triathlon	4	2:45:11	41:18	-	-	41:41	40:22	40:53	-	-	42:17
21.	13	Andreas Gries	1963	SV Union Meppen	6	2:45:29	41:23	41:30	-	41:46	-	41:59	46:20	41:07	41:08
22.	229	Andreas Fockers	1986	SC Spelle-Venhaus	5	2:47:27	41:52	42:02	41:39	44:00	42:50	-	-	40:57	-
23.	278	Norbert Knief	1977	SV Dalum 1926 e.V.	4	2:49:10	42:18	-	43:25	42:05	42:19	-	-	41:23	-
24.	130	Stefan Eilermann	1975	SV Union Meppen	7	2:50:10	42:33	43:06	42:16	42:59	43:12	43:14	-	41:51	45:58
25.	244	Thomas Neehoff	1982		5	2:50:40	42:40	-	-	44:16	-	43:39	43:06	41:56	42:01
26.	150	Otto Lampen	1967	TuS Haren	8	2:51:58	43:00	43:04	42:48	43:05	43:30	43:20	43:54	43:03	43:13
27.	296	Alexander Kalinski	1985		6	2:52:30	43:08	-	44:26	44:28	-	44:06	43:23	42:24	42:38
28.	17	Jan Pieterse	1989	RSC Rütenbrock	6	2:53:16	43:19	43:33	43:34	43:07	-	-	44:01	43:03	44:02
29.	127	Armin Schiller	1976	SV Union Lohne Team Eddy	5	2:53:40	43:25	-	42:36	43:29	43:25	44:27	-	-	44:11
30.	15	Oliver Focks	1993	RSC Rütenbrock	5	2:54:01	43:31	-	44:22	44:14	-	43:57	43:22	42:30	-
31.	199	Gerrit Wemhoff	2006	SV Germania Twist	7	2:54:44	43:41	44:23	44:03	43:04	43:42	-	44:18	43:57	46:41
32.	228	Ulrich Wilke	1968	SC Spelle-Venhaus	4	2:56:30	44:08	-	-	44:53	-	-	43:50	43:45	44:04
33.	100	Merlyn Jansen	1995	Vfl Lingen	5	2:57:29	44:23	-	43:55	46:50	-	45:34	45:30	42:32	-
34.	194	Rolf Wöste	1974	SuS Darne Triathlon	4	2:57:37	44:25	44:59	43:05	45:33	-	-	-	44:01	-
35.	176	Erik van der Knaap	1964	SV Cosmos Getelo	5	3:00:44	45:11	45:06	-	45:07	45:41	-	45:15	45:17	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünns	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
36.	260	Michael Ambraß	1978		5	3:00:44	45:11	45:14	-	49:36	-	45:58	45:12	-	44:21
37.	146	Heinz-Jürgen Bertram	1959	SC Altenrheine	4	3:01:52	45:28	-	-	45:48	45:12	46:12	-	44:41	-
38.	189	Werner Behnen	1962	Lauffreunde Emsland	4	3:03:04	45:46	45:50	-	45:38	-	46:37	-	-	45:00
39.	259	Bernd Wehlage	1982	Team Craftnova Baccum	5	3:03:13	45:49	-	45:18	47:27	46:47	-	46:12	44:57	-
40.	245	Marcel Schrant	1991		4	3:04:12	46:03	45:58	-	47:30	-	45:37	-	-	45:09
41.	272	Thomas Greife	1975	Lauffreunde Emsland	6	3:04:28	46:07	46:42	-	47:36	-	47:30	46:44	45:21	45:43
42.	81	Koos Stadlander	1962		8	3:06:15	46:34	47:08	46:40	47:53	47:20	47:11	47:10	45:22	47:07
43.	69	Holger Veltrup	1980	TuS Haren	5	3:06:54	46:44	47:43	46:19	-	-	47:27	47:38	45:31	-
44.	38	Ralf Deymann	1974	TuS Haren	4	3:07:14	46:49	44:30	44:06	-	52:09	-	-	46:31	-
45.	22	Christian Ahlers	1975	WSV Meppen	4	3:07:15	46:49	46:08	46:15	47:49	-	47:05	-	-	-
46.	31	Thomas Fischer	1979		8	3:07:39	46:55	52:59	49:59	49:37	47:29	47:30	46:38	47:21	46:11
47.	243	Heinz Stroeve	1949	SCU Emlichheim	5	3:07:43	46:56	46:50	46:33	-	47:35	48:03	-	46:46	-
48.	201	René Kuttner	1980		6	3:07:51	46:58	46:25	-	-	50:23	48:36	49:03	46:21	46:30
49.	255	Florian Schütte	1979		7	3:08:05	47:02	47:16	47:46	47:18	47:26	49:36	48:07	46:07	-
50.	173	Günter Bogena	1969		6	3:08:23	47:06	46:40	47:32	52:15	-	-	49:26	47:12	47:00
51.	68	Hannes Veltrup	1986	TuS Haren	5	3:09:47	47:27	-	-	47:04	45:08	49:01	48:52	48:45	-
52.	179	Jan Brink	1970	SC Cosmos Getelo	5	3:10:05	47:32	46:57	-	48:31	47:12	-	48:14	47:44	-
53.	136	Clemens Dickmann	1967	SV Grün-Weiß Dersum	4	3:10:51	47:43	46:26	-	-	48:49	-	48:07	-	47:31
54.	103	Florian Fielers	1976		4	3:11:01	47:46	-	-	47:17	-	48:31	49:11	46:05	-
55.	224	Helmut Beumer	1966	SC Spelle-Venhaus	4	3:11:33	47:54	-	-	48:46	47:31	-	47:49	47:28	-
56.	168	Malte Nykamp	1977	LC Nordhorn	4	3:12:17	48:05	47:26	45:34	-	-	48:24	-	-	50:55
57.	274	Viktor Martel	1993	SV Union Lohne	4	3:13:05	48:17	46:24	-	49:47	49:51	-	-	47:05	-
58.	175	Simon Göhler	1989		4	3:17:10	49:18	48:53	-	-	-	49:09	49:32	-	49:39
59.	138	Jürgen Baumung	1955	Vfl Lingen	4	3:19:13	49:49	49:27	48:27	50:13	-	51:09	-	-	-
60.	287	Klaus Griep	1969	SC Osterbrock	6	3:19:51	49:58	-	47:54	50:40	51:47	52:49	-	50:41	50:37
61.	144	Günter Albers	1968	TuS Haren	4	3:21:22	50:21	48:01	-	50:41	-	51:57	50:45	-	-
62.	153	Peter Moß	1970	Haselünner SV	8	3:22:06	50:32	50:12	49:48	52:39	52:19	54:35	51:26	50:41	52:21
63.	158	Matthias Bloem	1990	Team klaas	5	3:22:37	50:40	-	-	53:28	49:46	57:03	50:41	-	48:44
64.	102	Berti Bertelmann	1964	LG Papenburg-Aschendorf	5	3:23:14	50:49	51:41	-	50:15	51:05	51:32	-	50:25	-
65.	117	Herbert Schepers	1962	EMS PreCab GmbH	5	3:24:15	51:04	51:21	51:21	-	55:04	52:53	-	48:42	-
66.	240	Ludger Dopp	1967		7	3:25:42	51:26	52:18	51:22	54:27	54:55	-	52:51	50:18	51:44

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünn	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
67.	119	Tim Wieczorek	2007	Vater und Sohn	4	3:27:40	51:55	49:26	54:24	-	-	56:37	-	47:15	-
68.	232	Stefan Abeln	1981	Lauffreunde Emsland	4	3:28:22	52:06	52:03	50:16	-	-	54:04	-	-	52:00
69.	288	Karl-Heinz Schmidt	1945	VfL Lingen	4	3:29:45	52:27	-	50:41	-	54:49	52:23	51:54	-	-
70.	123	Marco Greve	1977	TuS Haren	8	3:30:37	52:40	56:09	55:13	53:35	53:03	53:50	52:00	52:08	53:28
71.	10	Kai Nogatz	1973	Fit For Fire	7	3:31:35	52:54	52:59	52:14	54:44	57:22	55:25	-	51:39	54:57
72.	124	Alexander Niehoff	1986	FTW	6	3:31:51	52:58	53:27	53:21	53:09	-	53:05	-	52:17	54:24
73.	57	Bert Ten Hoff	1956	Runners Stadskanaal	4	3:32:28	53:07	-	52:57	-	-	-	54:26	52:02	53:04
74.	14	Thomas Deters	1980	SV Eintracht Neulangen	8	3:32:29	53:08	54:22	53:14	54:15	54:15	56:20	53:53	51:56	53:28
75.	213	Vinzent Tylla	1967	VfL Herzlake	6	3:36:37	54:10	55:31	53:23	-	-	56:11	56:22	52:40	55:06
76.	257	Ronald Huallpayunca	1972	SV Eintracht Neulangen	4	3:38:10	54:33	53:23	53:14	-	-	56:21	55:13	-	-
77.	41	Ansgar Kossen	1988	DJK Eintracht Börger	4	3:43:59	56:00	54:33	56:29	-	58:38	-	-	54:21	-
78.	265	Michael Schulten	1988		5	3:45:50	56:28	58:11	56:43	-	55:31	57:04	56:33	-	-
79.	167	Berthold Nykamp	1946	LC Nordhorn	4	3:46:21	56:36	56:40	54:53	-	-	-	56:46	-	58:04
80.	59	Josef Hoffmann	1954	TuS Haren	6	3:48:02	57:01	56:42	-	-	58:05	59:51	58:05	55:12	58:09
81.	33	Norbert Schmees	1968	SV Eintracht Neulangen	6	3:49:56	57:29	56:54	-	59:56	-	57:55	57:55	57:14	59:49
82.	92	Sascha Eeing	1975	Spazierfreunde Emsland	8	3:51:36	57:54	1:00:49	57:47	59:01	58:10	58:48	58:59	56:59	58:41
83.	159	Johannes	1984	Team klaas	4	3:57:52	59:28	58:11	56:43	-	-	1:04:2	58:30	-	-
84.	70	Hermann Veltrup	1951	TuS Haren	6	4:03:53	1:00:59	-	1:00:47	1:01:0	-	1:01:3	1:04:45	1:00:2	1:02:2
85.	120	Jens Hillen	1988	d.velop	4	4:05:42	1:01:26	59:15	1:00:12	1:00:1	-	1:05:5	-	-	-
86.*	270	Thomas Otting	1987	SV Concordia Emsbüren	3	1:48:14	36:05	-	36:11	36:05	35:59	-	-	-	-
87.*	300	Aleks Semenov	1980		3	2:15:15	45:05	-	-	-	46:33	-	45:20	43:22	-
88.*	116	Peter Lückmann	1991	EMS PreCab GmbH	3	2:24:02	48:01	47:48	46:14	-	-	50:00	-	-	-
89.*	256	Heinz Olliges	1968	Lauffreunde Emsland TEA	3	2:32:48	50:56	48:07	50:06	54:36	-	-	-	-	-
90.*	155	Carsten Striedelmeyer	1989		3	3:05:32	1:01:51	59:15	-	1:00:1	-	1:05:5	-	-	-
91.*	225	Jan Veldhuis	1988	SC Spelle-Venhaus	2	1:12:14	36:07	36:17	-	35:57	-	-	-	-	-
92.*	226	Markus Egbers	1995	SC Spelle-Venhaus	2	1:15:08	37:34	37:51	-	37:17	-	-	-	-	-
93.*	96	Markus Gerdes	1988	BBS Lingen - Technik & Gestaltung	2	1:27:56	43:58	44:16	43:40	-	-	-	-	-	-
94.*	237	Ingo Beckemper	1968	LC Nordhorn	2	1:28:20	44:10	-	-	-	-	44:14	44:06	-	-
95.*	16	Christian Jürgens	1989	RSC Rütenbrock	2	1:30:27	45:14	-	44:00	46:27	-	-	-	-	-
96.*	220	Stefan Lohmann	1978	SC Spelle-Venhaus	2	1:36:22	48:11	-	-	48:27	-	-	47:56	-	-
97.*	186	Stefan Kreutzmann	1982		2	1:39:08	49:34	-	48:15	50:53	-	-	-	-	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünn	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
98.*	134	Norbert Dickmann	1968	Blau-Weiß Dörpen	2	1:42:36	51:18	51:17	-	-	-	-	51:20	-	-
99.*	105	Thomas Danz	1989		2	1:43:23	51:42	52:42	50:42	-	-	-	-	-	-
100.*	171	Alexander Stresler	1974		2	1:47:36	53:48	53:22	-	54:15	-	-	-	-	-
101.*	202	Helmut Steingaß	1976	OCR Team Dankern	2	1:50:01	55:01	-	54:07	55:55	-	-	-	-	-
102.*	88	Christian Taphorn	1979	Artiva Sports	2	1:50:58	55:29	-	56:03	54:56	-	-	-	-	-
103.*	184	Henrik Niehaus	1977	Lauffreunde Emsland	2	1:52:15	56:08	57:14	55:02	-	-	-	-	-	-
104.*	283	Alexander Bosse	1967	Laufteam Rügen e.V.	2	1:54:47	57:24	-	-	57:28	-	57:20	-	-	-
105.*	118	Stefan Wiczorek	1971	Vater und Sohn	2	2:02:30	1:01:15	1:02:03	1:00:27	-	-	-	-	-	-
106.*	177	Tonnie Knigge	1975	HIC Onstwedde	1	38:35	38:35	38:35	-	-	-	-	-	-	-
107.*	140	Bernd Schniederlbers	1991	Milers Colonia 2020	1	40:33	40:33	-	-	40:33	-	-	-	-	-
108.*	172	Arjan van der Steege	1978	SV Langen	1	40:46	40:46	40:46	-	-	-	-	-	-	-
109.*	216	Jens Schröder	1988	SV Germania Thuine	1	42:55	42:55	42:55	-	-	-	-	-	-	-
110.*	152	Holger Götter	1970	SV Union Lohne	1	44:43	44:43	44:43	-	-	-	-	-	-	-
111.*	218	Oliver Benner	1966	VfL Lingen	1	46:27	46:27	46:27	-	-	-	-	-	-	-
112.*	227	Klaus Grabowsky	1953	SC Spelle-Venhaus	1	46:30	46:30	-	-	46:30	-	-	-	-	-
113.*	285	Sebastian Kipp	1984	VfL Lingen	1	49:21	49:21	-	-	49:21	-	-	-	-	-
114.*	215	Jens Kohnen	1986	#rothkötterrun	1	50:55	50:55	-	-	-	-	-	-	50:55	-
115.*	82	Marcello Al Hassani	1983	Tus Haren / Feuerwehr Haren	1	51:03	51:03	-	-	-	51:03	-	-	-	-
116.*	48	Michael Kasperczyk	1960	SV Bokeloh	1	51:55	51:55	51:55	-	-	-	-	-	-	-
117.*	156	Frank Deters	1977	Kommandofischfrikadelle	1	53:17	53:17	-	-	-	-	-	-	-	53:17
118.*	214	Frank Bierbaum	1966	BBS Lingen - Technik & Gestaltung	1	53:30	53:30	-	-	53:30	-	-	-	-	-
119.*	157	Dirk Baudein	1960	LG Emstal	1	54:18	54:18	54:18	-	-	-	-	-	-	-
120.*	86	Christoph Germing	1965	TV Meppen	1	54:22	54:22	-	-	-	-	-	-	54:22	-
121.*	174	Bernhard Kleene	1959	SV Grün/Weiß Lehrte	1	54:30	54:30	-	54:30	-	-	-	-	-	-
122.*	263	Martin Kampen	1965	SV Langen	1	56:06	56:06	56:06	-	-	-	-	-	-	-
123.*	268	Rene Manthey	1980	Team OB - in der Regel voll	1	1:01:46	1:01:46	-	-	-	1:01:4	-	-	-	-
124.*	93	Menke Reinhold	1975	Lauffreunde Wieste	1	1:12:24	1:12:24	1:12:24	-	-	-	-	-	-	-

□Zeit = Durchschnitt der besten vier Läufe

* = Mindestanzahl Läufe noch nicht erreicht

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
EL-CUP (10 km)															
W															
W U20															
1.	261	Hanna Ambraß	2007		6	3:49:12	57:18	57:20	-	1:01:5	57:04	59:46	55:59	-	58:51
Frauen															
1.	64	Sarah Traband	1996	Haselünner SV - Schwimmen	5	3:29:13	52:19	51:11	50:52	56:37	55:57	-	-	51:14	-
2.*	98	Nina Büttner	1995	TuS Haren	1	40:14	40:14	-	40:14	-	-	-	-	-	-
W30															
1.	289	Wiebke Fritz	1989	VfL Lingen	4	2:32:25	38:07	37:54	-	38:55	38:02	-	-	37:35	-
2.	99	Sarah Backsmann	1993	VfL Lingen	6	2:34:57	38:45	38:59	38:35	39:06	-	39:38	39:19	38:18	-
3.	149	Farah Jaber	1991		7	3:26:44	51:41	51:04	51:40	51:26	52:39	-	54:06	52:48	52:36
4.*	183	Rejane Radtke	1991	SUS Darne	2	1:34:24	47:12	-	47:06	47:19	-	-	-	-	-
W35															
1.	154	Tatjana Flor	1987		5	3:13:51	48:28	49:25	47:56	47:52	49:31	-	48:39	-	-
2.	148	Yvonne Trojahn	1984		4	3:27:19	51:50	51:54	51:52	51:25	52:09	-	-	-	-
3.	207	Frauke Bruns	1986	SV Union Meppen	5	3:33:02	53:16	-	52:39	54:05	-	-	55:10	53:16	53:05
W40															
1.	55	Ivonne Blasch	1981		6	2:57:33	44:24	44:53	44:06	-	44:49	-	44:51	44:08	44:32
2.	110	Katrin Haake	1980	Lauffreunde Emsland	5	3:33:54	53:29	55:50	-	53:53	-	-	54:19	52:52	52:52
3.*	267	Jana Wittig	1981		3	3:01:34	1:00:32	-	59:35	1:01:0	-	-	-	1:00:5	-
4.*	185	Jasmin Niehaus	1983	Raspo Lathen	1	1:03:18	1:03:18	1:03:18	-	-	-	-	-	-	-
W45															
1.	151	Ulrike Knipper	1978	Lauffreunde Emsland	7	2:54:38	43:40	44:56	43:47	44:32	-	44:08	44:41	42:44	44:00
2.	101	Anke Janning	1977		4	3:15:07	48:47	48:59	48:21	49:35	48:14	-	-	-	-
W50															
1.	29	Sandra Over-Deymann	1972	Lauffreunde Emsland	8	3:13:52	48:28	48:28	50:09	48:55	50:24	51:32	50:44	47:28	49:03
2.	37	Natascha Rohoff	1971		4	3:39:59	55:00	-	-	56:38	55:30	-	55:09	52:44	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünn	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
3.	77	Ulrike Grothe	1969	Lauffreunde Emsland	4	3:42:50	55:43	55:34	-	-	-	58:04	-	54:35	54:39
4.*	235	Michaela Schröer	1969	Sigilta Sögel	2	2:01:28	1:00:44	-	1:00:03	1:01:2	-	-	-	-	-

W55

1.	292	Annette Wiemker	1966	LG Papenburg-Aschendorf	4	3:26:04	51:31	49:49	-	52:13	52:02	-	-	52:01	-
2.	223	Annette Beumer	1967	SC Spelle-Venhaus	4	3:45:20	56:20	-	-	58:18	56:22	-	55:28	55:13	-
3.	275	Beatrix Groeneveld	1967	TVBunde	4	4:29:51	1:07:28	1:06:20	-	1:06:5	-	-	1:10:05	1:06:2	-

W60

1.*	163	Thea Schulte	1962	Marien Hospital Papenburg	2	2:31:25	1:15:43	1:17:35	-	-	-	-	-	1:13:5	-
-----	-----	--------------	------	---------------------------	---	---------	----------------	---------	---	---	---	---	---	--------	---

m

M U20

1.	199	Gerrit Wemhoff	2006	SV Germania Twist	7	2:54:44	43:41	44:23	44:03	43:04	43:42	-	44:18	43:57	46:41
2.	119	Tim Wieczorek	2007	Vater und Sohn	4	3:27:40	51:55	49:26	54:24	-	-	56:37	-	47:15	-

Männer

1.	8	Dominik Went	1996	SV Brackwede	5	2:14:49	33:43	33:29	33:49	33:45	-	-	-	33:47	36:30
2.	19	Julian Schröer	1995	TuS Haren Triathlon	5	2:25:48	36:27	36:12	-	36:52	-	37:41	36:52	35:54	-
3.	210	Claas Hermsen	2002	LAV Meppen	8	2:36:28	39:07	39:55	38:52	39:48	39:47	41:14	39:32	38:19	40:44
4.	100	Merlyn Jansen	1995	Vfl Lingen	5	2:57:29	44:23	-	43:55	46:50	-	45:34	45:30	42:32	-
5.*	226	Markus Egbers	1995	SC Spelle-Venhaus	2	1:15:08	37:34	37:51	-	37:17	-	-	-	-	-

M30

1.	160	Christian Tappel	1990		4	2:36:39	39:10	39:22	-	38:58	38:56	-	39:24	-	-
2.	17	Jan Pieterse	1989	RSC Rütenbrock	6	2:53:16	43:19	43:33	43:34	43:07	-	-	44:01	43:03	44:02
3.	15	Oliver Focks	1993	RSC Rütenbrock	5	2:54:01	43:31	-	44:22	44:14	-	43:57	43:22	42:30	-
4.	245	Marcel Schrant	1991		4	3:04:12	46:03	45:58	-	47:30	-	45:37	-	-	45:09
5.	274	Viktor Martel	1993	SV Union Lohne	4	3:13:05	48:17	46:24	-	49:47	49:51	-	-	47:05	-
6.	175	Simon Göhler	1989		4	3:17:10	49:18	48:53	-	-	-	49:09	49:32	-	49:39
7.	158	Matthias Bloem	1990	Team klaas	5	3:22:37	50:40	-	-	53:28	49:46	57:03	50:41	-	48:44
8.*	116	Peter Lückmann	1991	EMS PreCab GmbH	3	2:24:02	48:01	47:48	46:14	-	-	50:00	-	-	-
9.*	155	Carsten Striedelmeyer	1989		3	3:05:32	1:01:51	59:15	-	1:00:1	-	1:05:5	-	-	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
10.*	16	Christian Jürgens	1989	RSC Rütenbrock	2	1:30:27	45:14	-	44:00	46:27	-	-	-	-	-
11.*	105	Thomas Danz	1989		2	1:43:23	51:42	52:42	50:42	-	-	-	-	-	-
12.*	140	Bernd Schniederlbers	1991	Milers Colonia 2020	1	40:33	40:33	-	-	40:33	-	-	-	-	-

M35

1.	66	René Smith	1988	Runners Stadskanaal	8	2:17:40	34:25	34:23	34:12	34:33	34:33	35:04	35:40	34:52	35:19
2.	95	Hendrik Schutte	1988	TuS Haren Leichtathletik	4	2:21:39	35:25	35:43	-	35:48	-	35:34	-	34:35	-
3.	217	Joachim Leuschner	1987		6	2:37:15	39:19	40:01	39:09	-	39:48	39:47	-	38:54	39:27
4.	125	Michael Sürken	1985	FTW	7	2:44:53	41:14	41:23	41:21	41:49	-	42:31	42:02	40:47	41:24
5.	284	Jürgen Berghaus	1988	SuS Darne Triathlon	4	2:45:11	41:18	-	-	41:41	40:22	40:53	-	-	42:17
6.	229	Andreas Fockers	1986	SC Spelle-Venhaus	5	2:47:27	41:52	42:02	41:39	44:00	42:50	-	-	40:57	-
7.	296	Alexander Kalinski	1985		6	2:52:30	43:08	-	44:26	44:28	-	44:06	43:23	42:24	42:38
8.	68	Hannes Veltrup	1986	TuS Haren	5	3:09:47	47:27	-	-	47:04	45:08	49:01	48:52	48:45	-
9.	124	Alexander Niehoff	1986	FTW	6	3:31:51	52:58	53:27	53:21	53:09	-	53:05	-	52:17	54:24
10.	41	Ansgar Kossen	1988	DJK Eintracht Börger	4	3:43:59	56:00	54:33	56:29	-	58:38	-	-	54:21	-
11.	265	Michael Schulten	1988		5	3:45:50	56:28	58:11	56:43	-	55:31	57:04	56:33	-	-
12.	159	Johannes	1984	Team klaas	4	3:57:52	59:28	58:11	56:43	-	-	1:04:2	58:30	-	-
13.	120	Jens Hillen	1988	d.velop	4	4:05:42	1:01:26	59:15	1:00:12	1:00:1	-	1:05:5	-	-	-
14.*	270	Thomas Otting	1987	SV Concordia Emsbüren	3	1:48:14	36:05	-	36:11	36:05	35:59	-	-	-	-
15.*	225	Jan Veldhuis	1988	SC Spelle-Venhaus	2	1:12:14	36:07	36:17	-	35:57	-	-	-	-	-
16.*	96	Markus Gerdes	1988	BBS Lingen - Technik & Gestaltung	2	1:27:56	43:58	44:16	43:40	-	-	-	-	-	-
17.*	216	Jens Schröder	1988	SV Germania Thuine	1	42:55	42:55	42:55	-	-	-	-	-	-	-
18.*	285	Sebastian Kipp	1984	VfL Lingen	1	49:21	49:21	-	-	49:21	-	-	-	-	-
19.*	215	Jens Kohnen	1986	#rothkötterrun	1	50:55	50:55	-	-	-	-	-	-	50:55	-

M40

1.	9	Sebastian Heymann	1981	SVA Salzbergen	4	2:25:00	36:15	36:01	35:50	36:07	-	-	-	37:04	-
2.	18	Dirk Gerdemann	1979	TuS Haren Leichtathletik	5	2:42:23	40:36	39:57	41:15	40:07	41:05	-	41:39	-	-
3.	244	Thomas Neehoff	1982		5	2:50:40	42:40	-	-	44:16	-	43:39	43:06	41:56	42:01
4.	259	Bernd Wehlage	1982	Team Craftnova Baccum	5	3:03:13	45:49	-	45:18	47:27	46:47	-	46:12	44:57	-
5.	69	Holger Veltrup	1980	TuS Haren	5	3:06:54	46:44	47:43	46:19	-	-	47:27	47:38	45:31	-
6.	31	Thomas Fischer	1979		8	3:07:39	46:55	52:59	49:59	49:37	47:29	47:30	46:38	47:21	46:11

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
7.	201	René Kuttner	1980		6	3:07:51	46:58	46:25	-	-	50:23	48:36	49:03	46:21	46:30
8.	255	Florian Schütte	1979		7	3:08:05	47:02	47:16	47:46	47:18	47:26	49:36	48:07	46:07	-
9.	232	Stefan Abeln	1981	Lauffreunde Emsland	4	3:28:22	52:06	52:03	50:16	-	-	54:04	-	-	52:00
10.	14	Thomas Deters	1980	SV Eintracht Neulangen	8	3:32:29	53:08	54:22	53:14	54:15	54:15	56:20	53:53	51:56	53:28
11.*	300	Aleks Semenov	1980		3	2:15:15	45:05	-	-	-	46:33	-	45:20	43:22	-
12.*	186	Stefan Kreuzmann	1982		2	1:39:08	49:34	-	48:15	50:53	-	-	-	-	-
13.*	88	Christian Taphorn	1979	Artiva Sports	2	1:50:58	55:29	-	56:03	54:56	-	-	-	-	-
14.*	82	Marcello Al Hassani	1983	Tus Haren / Feuerwehr Haren	1	51:03	51:03	-	-	-	51:03	-	-	-	-
15.*	268	Rene Manthey	1980	Team OB - in der Regel voll	1	1:01:46	1:01:46	-	-	-	1:01:4	-	-	-	-

M45

1.	209	Thomas Bruns	1978	Braunschweiger Laufclub	5	2:16:57	34:15	33:42	-	-	38:00	34:36	34:44	33:57	-
2.	238	Thomas Esders	1976	Albers Fördertechnik Team Haren	4	2:35:14	38:49	38:40	38:25	-	-	-	-	38:45	39:25
3.	5	Frank Gerdelmann	1975	TuS Haren Leichtathletik	6	2:36:43	39:11	38:45	38:50	-	40:57	42:10	-	39:37	39:32
4.	278	Norbert Knief	1977	SV Dalum 1926 e.V.	4	2:49:10	42:18	-	43:25	42:05	42:19	-	-	41:23	-
5.	130	Stefan Eilermann	1975	SV Union Meppen	7	2:50:10	42:33	43:06	42:16	42:59	43:12	43:14	-	41:51	45:58
6.	127	Armin Schiller	1976	SV Union Lohne Team Eddy	5	2:53:40	43:25	-	42:36	43:29	43:25	44:27	-	-	44:11
7.	194	Rolf Wöste	1974	SuS Darne Triathlon	4	2:57:37	44:25	44:59	43:05	45:33	-	-	-	44:01	-
8.	260	Michael Ambraß	1978		5	3:00:44	45:11	45:14	-	49:36	-	45:58	45:12	-	44:21
9.	272	Thomas Greife	1975	Lauffreunde Emsland	6	3:04:28	46:07	46:42	-	47:36	-	47:30	46:44	45:21	45:43
10.	38	Ralf Deymann	1974	TuS Haren	4	3:07:14	46:49	44:30	44:06	-	52:09	-	-	46:31	-
11.	22	Christian Ahlers	1975	WSV Meppen	4	3:07:15	46:49	46:08	46:15	47:49	-	47:05	-	-	-
12.	103	Florian Fielers	1976		4	3:11:01	47:46	-	-	47:17	-	48:31	49:11	46:05	-
13.	168	Malte Nykamp	1977	LC Nordhorn	4	3:12:17	48:05	47:26	45:34	-	-	48:24	-	-	50:55
14.	123	Marco Greve	1977	TuS Haren	8	3:30:37	52:40	56:09	55:13	53:35	53:03	53:50	52:00	52:08	53:28
15.	92	Sascha Eining	1975	Spazierfreunde Emsland	8	3:51:36	57:54	1:00:49	57:47	59:01	58:10	58:48	58:59	56:59	58:41
16.*	220	Stefan Lohmann	1978	SC Spelle-Venhaus	2	1:36:22	48:11	-	-	48:27	-	-	47:56	-	-
17.*	171	Alexander Stresler	1974		2	1:47:36	53:48	53:22	-	54:15	-	-	-	-	-
18.*	202	Helmut Steingaß	1976	OCR Team Dankern	2	1:50:01	55:01	-	54:07	55:55	-	-	-	-	-
19.*	184	Henrik Niehaus	1977	Lauffreunde Emsland	2	1:52:15	56:08	57:14	55:02	-	-	-	-	-	-
20.*	177	Tonnie Knigge	1975	HIC Onstwedde	1	38:35	38:35	38:35	-	-	-	-	-	-	-
21.*	172	Arjan van der Steege	1978	SV Langen	1	40:46	40:46	40:46	-	-	-	-	-	-	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
22.*	156	Frank Deters	1977	Kommandofischfrikadelle	1	53:17	53:17	-	-	-	-	-	-	-	53:17
23.*	93	Menke Reinhold	1975	Lauffreunde Wieste	1	1:12:24	1:12:24	1:12:24	-	-	-	-	-	-	-

M50

1.	269	Winfried Hacke	1969	SV Union Lohne	5	2:33:00	38:15	-	37:59	37:57	-	-	39:03	38:03	39:33
2.	126	Guido Bouwer	1971	LC Nordhorn	5	2:36:15	39:04	-	39:29	40:56	38:30	-	39:57	38:21	-
3.	21	Jens Rischling	1972	ROSEN Germany	8	2:39:15	39:49	39:43	39:00	40:03	40:31	47:35	43:27	41:16	42:21
4.	242	Dieter Rolfes	1972	SV Grenzland Twist	4	2:39:59	40:00	-	40:36	-	-	-	40:00	38:55	40:30
5.	190	Alwin Hockmann	1973	INJOY Papenburg	4	2:42:52	40:43	40:19	40:00	-	-	-	-	41:06	41:28
6.	173	Günter Bogena	1969		6	3:08:23	47:06	46:40	47:32	52:15	-	-	49:26	47:12	47:00
7.	179	Jan Brink	1970	SC Cosmos Getelo	5	3:10:05	47:32	46:57	-	48:31	47:12	-	48:14	47:44	-
8.	287	Klaus Griep	1969	SC Osterbrock	6	3:19:51	49:58	-	47:54	50:40	51:47	52:49	-	50:41	50:37
9.	153	Peter Moß	1970	Haselünner SV	8	3:22:06	50:32	50:12	49:48	52:39	52:19	54:35	51:26	50:41	52:21
10.	10	Kai Nogatz	1973	Fit For Fire	7	3:31:35	52:54	52:59	52:14	54:44	57:22	55:25	-	51:39	54:57
11.	257	Ronald Huallpayunca	1972	SV Eintracht Neulangen	4	3:38:10	54:33	53:23	53:14	-	-	56:21	55:13	-	-
12.*	118	Stefan Wiczorek	1971	Vater und Sohn	2	2:02:30	1:01:15	1:02:03	1:00:27	-	-	-	-	-	-
13.*	152	Holger Götter	1970	SV Union Lohne	1	44:43	44:43	44:43	-	-	-	-	-	-	-

M55

1.	191	Georg Achter	1966	TuS Haren	5	2:44:31	41:08	40:54	-	41:37	41:40	-	41:47	40:20	-
2.	150	Otto Lampen	1967	TuS Haren	8	2:51:58	43:00	43:04	42:48	43:05	43:30	43:20	43:54	43:03	43:13
3.	228	Ulrich Wilke	1968	SC Spelle-Venhaus	4	2:56:30	44:08	-	-	44:53	-	-	43:50	43:45	44:04
4.	176	Erik van der Knaap	1964	SV Cosmos Getelo	5	3:00:44	45:11	45:06	-	45:07	45:41	-	45:15	45:17	-
5.	136	Clemens Dickmann	1967	SV Grün-Weiß Dersum	4	3:10:51	47:43	46:26	-	-	48:49	-	48:07	-	47:31
6.	224	Helmut Beumer	1966	SC Spelle-Venhaus	4	3:11:33	47:54	-	-	48:46	47:31	-	47:49	47:28	-
7.	144	Günter Albers	1968	TuS Haren	4	3:21:22	50:21	48:01	-	50:41	-	51:57	50:45	-	-
8.	102	Berti Bertelmann	1964	LG Papenburg-Aschendorf	5	3:23:14	50:49	51:41	-	50:15	51:05	51:32	-	50:25	-
9.	240	Ludger Dopp	1967		7	3:25:42	51:26	52:18	51:22	54:27	54:55	-	52:51	50:18	51:44
10.	213	Vinzent Tylla	1967	VfL Herzlake	6	3:36:37	54:10	55:31	53:23	-	-	56:11	56:22	52:40	55:06
11.	33	Norbert Schmees	1968	SV Eintracht Neulangen	6	3:49:56	57:29	56:54	-	59:56	-	57:55	57:55	57:14	59:49
12.*	256	Heinz Olliges	1968	Lauffreunde Emsland TEA	3	2:32:48	50:56	48:07	50:06	54:36	-	-	-	-	-
13.*	237	Ingo Beckemper	1968	LC Nordhorn	2	1:28:20	44:10	-	-	-	-	44:14	44:06	-	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP (10 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzberge	Meppen	Herzlake
14.*	134	Norbert Dickmann	1968	Blau-Weiß Dörpen	2	1:42:36	51:18	51:17	-	-	-	-	51:20	-	-
15.*	283	Alexander Bosse	1967	Laufteam Rügen e.V.	2	1:54:47	57:24	-	-	57:28	-	57:20	-	-	-
16.*	218	Oliver Benner	1966	Vfl Lingen	1	46:27	46:27	46:27	-	-	-	-	-	-	-
17.*	214	Frank Bierbaum	1966	BBS Lingen - Technik & Gestaltung	1	53:30	53:30	-	-	53:30	-	-	-	-	-
18.*	86	Christoph Germing	1965	TV Meppen	1	54:22	54:22	-	-	-	-	-	-	54:22	-
19.*	263	Martin Kampen	1965	SV Langen	1	56:06	56:06	56:06	-	-	-	-	-	-	-

M60

1.	13	Andreas Gries	1963	SV Union Meppen	6	2:45:29	41:23	41:30	-	41:46	-	41:59	46:20	41:07	41:08
2.	146	Heinz-Jürgen Bertram	1959	SC Altenrheine	4	3:01:52	45:28	-	-	45:48	45:12	46:12	-	44:41	-
3.	189	Werner Behnen	1962	Lauffreunde Emsland	4	3:03:04	45:46	45:50	-	45:38	-	46:37	-	-	45:00
4.	81	Koos Stadlander	1962		8	3:06:15	46:34	47:08	46:40	47:53	47:20	47:11	47:10	45:22	47:07
5.	117	Herbert Schepers	1962	EMS PreCab GmbH	5	3:24:15	51:04	51:21	51:21	-	55:04	52:53	-	48:42	-
6.*	48	Michael Kasperczyk	1960	SV Bokeloh	1	51:55	51:55	51:55	-	-	-	-	-	-	-
7.*	157	Dirk Baudein	1960	LG Emstal	1	54:18	54:18	54:18	-	-	-	-	-	-	-
8.*	174	Bernhard Kleene	1959	SV Grün/Weiß Lehrte	1	54:30	54:30	-	54:30	-	-	-	-	-	-

M65

1.	138	Jürgen Baumung	1955	Vfl Lingen	4	3:19:13	49:49	49:27	48:27	50:13	-	51:09	-	-	-
2.	57	Bert Ten Hoff	1956	Runners Stadskanaal	4	3:32:28	53:07	-	52:57	-	-	-	54:26	52:02	53:04
3.	59	Josef Hoffmann	1954	TuS Haren	6	3:48:02	57:01	56:42	-	-	58:05	59:51	58:05	55:12	58:09

M70

1.	243	Heinz Stroeve	1949	SCU Emlichheim	5	3:07:43	46:56	46:50	46:33	-	47:35	48:03	-	46:46	-
2.	70	Hermann Veltrup	1951	TuS Haren	6	4:03:53	1:00:59	-	1:00:47	1:01:0	-	1:01:3	1:04:45	1:00:2	1:02:2
3.*	227	Klaus Grabowsky	1953	SC Spelle-Venhaus	1	46:30	46:30	-	-	46:30	-	-	-	-	-

M75+

1.	288	Karl-Heinz Schmidt	1945	VfL Lingen	4	3:29:45	52:27	-	50:41	-	54:49	52:23	51:54	-	-
2.	167	Berthold Nykamp	1946	LC Nordhorn	4	3:46:21	56:36	56:40	54:53	-	-	-	56:46	-	58:04

□Zeit = Durchschnitt der besten vier Läufe

* = Mindestanzahl Läufe noch nicht erreicht

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
W															
1.	161	Lara Holzmer	2000	TSV Ismaning Leichtathletik	4	1:19:10	19:48	19:46	-	19:45	19:12	-	20:29	-	-
2.	12	Anne Tammer	1978	SV Concordia Langen	4	1:22:14	20:34	-	20:45	20:24	-	20:28	20:39	-	-
3.	212	Janet Ruhmke	1996		5	1:24:52	21:13	-	21:59	21:28	20:59	21:20	21:05	-	-
4.	80	Birgit Majunke	1971	SPORTSWORLD Lingen	7	1:28:05	22:02	22:28	22:18	-	22:25	22:26	22:29	21:39	21:45
5.	6	Judith Wargers	1988	SVA Salzbergen	5	1:29:25	22:22	22:10	-	22:07	-	22:44	22:55	22:27	-
6.	203	Nadine Ubbenjans	1996	DJK Eintracht Börger	5	1:29:38	22:25	-	22:47	22:47	-	-	22:50	21:54	22:12
7.	211	Mia Speller	2005	TuS Haren	4	1:30:33	22:39	-	-	-	23:28	-	23:14	22:09	21:44
8.	122	Emma Greve	2006	TuS Haren Leichtathletik	7	1:30:45	22:42	22:51	22:38	22:45	22:32	23:39	23:23	-	23:06
9.	87	Uta Sander	1983	Linguistikmiezen	5	1:32:07	23:02	-	22:58	23:40	23:00	22:56	-	-	23:15
10.	262	Laura Pelzer	1992	TuS Haren	6	1:34:01	23:31	-	23:54	23:51	23:07	24:11	23:56	-	23:11
11.	142	Sophia Albers	2001	TuS Haren	8	1:35:22	23:51	23:17	23:32	24:32	24:41	25:36	25:09	24:03	26:01
12.	271	Paula Janning	2008		4	1:38:18	24:35	-	24:26	26:02	-	-	24:32	23:20	-
13.	208	Claudia Lübbers	1966	Lauffreunde Emsland	4	1:39:43	24:56	24:24	24:28	-	25:20	25:33	-	-	-
14.	132	Sandra Behrendt	1978	Vfl Lingen	5	1:39:53	24:59	-	24:45	25:20	-	25:17	25:15	24:37	-
15.	198	Alina Robben	1997		4	1:41:06	25:17	24:37	24:43	26:31	-	-	-	-	25:15
16.	7	Ilona Behling	1978	SVA Salzbergen	8	1:41:12	25:18	24:56	25:05	25:29	25:43	26:55	27:07	25:44	26:12
17.	166	Daniela Krieger	1969	Vfl Lingen	5	1:41:47	25:27	25:45	25:15	25:35	-	-	26:34	25:14	-
18.	28	Jacqueline Vehring	1990		6	1:43:23	25:51	25:53	25:38	26:04	25:50	26:07	27:06	-	-
19.	251	Dorien Smith	1984	Runners Stadskanaal	7	1:44:42	26:11	26:21	26:00	26:16	26:06	26:22	26:31	26:21	-
20.	169	Heike Bickers	1966	Vfl Lingen	4	1:45:15	26:19	-	26:22	25:41	-	26:49	-	26:25	-
21.	290	Heike Book	1971		7	1:45:38	26:25	29:41	28:23	28:54	27:04	27:01	26:05	25:29	-
22.	206	Greta Speller	2007	TuS Haren	6	1:46:37	26:40	27:31	26:52	-	27:12	-	29:31	25:56	26:38
23.	236	Marion Bohmann	1973		4	1:47:26	26:52	-	28:59	-	-	26:21	26:24	-	25:44
24.	303	Antonia Schweers	2005	SG Walchum-Hasselbrock	4	1:47:31	26:53	25:52	-	-	-	27:55	-	26:44	27:01
25.	249	Vanessa Kamp	1992		4	1:48:08	27:02	-	27:53	26:47	27:13	26:15	-	-	-
26.	112	Marina Scholte-Aalbes	1980		5	1:49:56	27:29	27:24	27:23	-	27:27	28:25	-	27:44	-
27.	192	Petra Schweers	1975	SG Walchum-Hasselbrock	5	1:53:01	28:16	28:01	28:33	-	-	28:59	-	27:58	28:31
28.	73	Larissa Schaposchnikov	1969	Vfl Lingen	4	1:54:21	28:36	-	-	29:01	29:00	28:07	-	28:14	-
29.	34	Stephanie Maue	1973	SV Lengerich-Handrup	4	1:54:45	28:42	-	-	-	29:27	29:18	28:43	27:19	-
30.	230	Janina Fockers	1992	SC Spelle-Venhaus	4	1:55:54	28:59	-	27:08	28:18	28:50	-	-	31:40	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
31.	106	Antje Bogena	1965	INJOY Papenburg	5	1:56:07	29:02	28:39	28:56	28:50	-	29:44	29:46	-	-
32.	182	Janin Krause	1992	VfL Lingen e.V.	6	1:57:21	29:21	-	29:31	30:53	29:25	31:16	-	29:07	29:20
33.	187	Marion Wester	1979	Team beVegt.de	8	2:00:14	30:04	31:07	30:16	30:31	30:48	30:51	30:30	29:28	30:01
34.	280	Ingrid Kappenberg	1969	SVA Salzbergen	5	2:04:04	31:01	-	30:55	30:46	31:41	31:41	-	30:45	-
35.	74	Nina Tinnemeyer	1983		4	2:06:00	31:30	33:19	30:25	30:21	31:57	-	-	-	-
36.	75	Heike Schwerdt	1965	SV Concordia Langen	4	2:07:27	31:52	32:08	-	32:05	-	30:45	-	-	32:30
37.	181	Karin Schwarte	1970	Vfl Lingen	8	2:07:33	31:54	32:44	31:55	34:37	32:39	33:11	32:22	31:24	31:53
38.	196	Elisabeth Herbers	1971	Vfl Lingen	6	2:09:38	32:25	32:45	31:43	33:54	33:13	32:49	-	-	32:23
39.	63	Karin Franken	1960		8	2:09:48	32:27	32:20	31:53	33:09	33:06	33:46	34:15	32:30	33:06
40.	83	Hedi Künneken	1971	Lauffreunde Emsland	4	2:14:47	33:42	34:42	33:45	-	-	-	33:58	32:24	-
41.*	195	Ines Rischling	1971	Studio für Bewegung und Energie	3	1:41:31	33:51	32:53	-	-	33:03	-	35:36	-	-
42.*	111	Heike Fiedler	1973	Vfl Lingen	2	51:00	25:30	-	25:37	25:24	-	-	-	-	-
43.*	231	Maria Heskamp	1992	SC Spelle-Venhaus	2	52:24	26:12	25:55	-	-	26:29	-	-	-	-
44.*	165	Eva Lehmann	1958	Lauffreunde Emsland	2	53:01	26:31	26:47	26:14	-	-	-	-	-	-
45.*	54	Monika Köbbe	1967	SV Lengerich-Handrup	2	53:47	26:54	-	-	26:45	-	-	-	27:03	-
46.*	247	Claudia Becker	1967	Vfl Lingen	2	1:00:56	30:28	30:15	-	30:42	-	-	-	-	-
47.*	200	Sophie Ottens	1996		2	1:05:19	32:40	32:40	32:39	-	-	-	-	-	-
48.*	277	Sandra Paskewitz	1994		2	1:08:42	34:21	-	30:16	38:27	-	-	-	-	-
49.*	286	Dorothee Schnier	1980	Laufgruppe Beesten	1	25:51	25:51	-	-	25:51	-	-	-	-	-
50.*	43	Eva Rudminat	1969	Running Family	1	30:11	30:11	-	-	30:11	-	-	-	-	-
51.*	135	Marita Dickmann	1968	Blau-Weiß Dörpen	1	30:18	30:18	30:18	-	-	-	-	-	-	-
52.*	180	Nina Schnabel	1976	Vfl Lingen	1	31:39	31:39	-	-	-	-	31:39	-	-	-
53.*	234	Karina Bartels	1984		1	38:58	38:58	-	38:58	-	-	-	-	-	-
m															
1.	104	Thorben Werner	2001	LC Nordhorn	4	1:07:25	16:52	16:44	-	17:17	-	16:52	-	16:33	-
2.	297	Jos Willenbrock	1999	VfL Lingen e.V.	4	1:11:00	17:45	-	-	-	-	18:22	17:53	17:22	17:26
3.	67	Heiner Burrichter	1987	SV Blau-Weiß Lünne	4	1:14:43	18:41	-	18:44	18:39	18:39	18:42	-	-	-
4.	97	Basel Alshaqi	1994	Landkreis Emsland	6	1:15:33	18:54	19:08	-	19:54	19:03	18:45	-	19:02	18:45
5.	302	Lukas Hagen	2001	TuS Haren	4	1:16:13	19:04	-	-	-	-	19:15	19:27	18:23	19:09
6.	30	Frank Schneke	1991	SG Bramsche	4	1:21:05	20:17	-	20:00	20:38	20:13	20:16	-	-	-
7.	79	Matthias Majunke	1969	SPORTSWORLD Lingen	8	1:22:09	20:33	20:27	21:13	20:29	20:38	20:36	21:12	20:42	21:17

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
8.	219	Oliver Benner	1966	Vfl Lingen	4	1:26:12	21:33	21:26	-	21:20	-	21:50	-	21:37	-
9.	246	Christian Schnebeck	1972	SuS Darne Ultimate Frisbee	8	1:26:40	21:40	22:29	22:18	22:27	22:04	21:22	22:02	21:22	21:55
10.	188	Ralf Wester	1972	Team beVegt.de	8	1:27:00	21:45	21:38	22:23	22:02	22:17	22:24	22:23	21:45	21:36
11.	293	Zeljko Cvijic Hut	1983		6	1:27:16	21:49	-	22:43	21:38	21:47	-	22:53	21:32	22:20
12.	294	Helmut Hermsen	1965	Lauffreunde Emsland	4	1:29:45	22:27	-	-	-	21:58	22:39	-	22:11	22:57
13.	258	Silas Schnieders	2002		4	1:29:54	22:29	22:46	-	22:27	22:43	-	22:00	-	-
14.	25	Christoph Gravel	1969	SV Grün-Weiß Dersum	4	1:30:28	22:37	22:54	22:09	-	-	23:06	-	22:22	-
15.	299	Daniel Temmen	2010	SV Listrup	5	1:31:05	22:47	-	22:50	-	-	22:47	33:01	23:32	21:57
16.	143	Nils Albers	2005	TuS Haren	7	1:31:06	22:47	22:53	22:42	22:42	22:51	-	25:08	23:47	25:06
17.	52	Michael Janssen	1980	LG Vier Füße für ein Halleluja	5	1:32:33	23:09	-	-	23:21	22:56	23:06	23:42	-	23:11
18.	50	Christian Stehmann	1976	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:32:48	23:12	23:16	23:27	23:12	23:16	24:09	24:13	23:05	23:33
19.	3	Tom Landeck	2003	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:34:34	23:39	27:25	22:36	24:42	24:32	24:42	24:35	24:07	23:20
20.	49	Jürgen Herbrüggen	1975	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:35:56	23:59	25:07	24:21	24:22	26:43	24:40	24:52	23:19	23:54
21.	84	Patrick Bruna	1992		4	1:36:17	24:05	-	22:56	23:57	-	-	25:09	24:17	-
22.	51	Michael Stehmann	1973	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:36:18	24:05	23:16	23:59	25:10	24:27	26:32	26:34	25:04	24:37
23.	291	Bernhard Els	1965	Lauffreunde Emsland	4	1:36:44	24:11	-	-	23:43	-	24:06	24:46	24:09	-
24.	2	Oliver Landeck	1979	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:37:52	24:28	27:30	26:25	24:11	27:38	24:38	24:26	26:38	24:40
25.	298	Gerd Dirschauer	1962	VfL Lingen	4	1:38:15	24:34	-	-	26:34	-	23:55	24:19	23:28	-
26.	128	Johan Smith	1954	Runners Stadskanaal	6	1:40:43	25:11	25:16	25:23	24:56	25:09	-	25:35	-	25:39
27.	78	Andreas Robbe	1976	SV Eintracht Neulangen	5	1:42:02	25:31	26:48	25:56	-	25:24	-	-	25:32	25:12
28.	107	Christian Krüssel	1981	FC Wesuwe	8	1:42:44	25:41	26:08	25:49	26:03	25:51	27:11	26:44	25:03	26:25
29.	27	Martin Kohle	1965	Lauffreunde Emsland	8	1:42:59	25:45	25:45	26:10	25:50	25:46	26:10	26:32	25:41	25:50
30.	139	Gerd Kleemann	1959	SV Langen	6	1:46:19	26:35	26:24	26:05	27:48	26:37	27:14	-	29:21	-
31.	4	Joschua Landeck	2011	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:46:53	26:44	27:25	26:19	26:32	27:38	30:19	29:16	26:38	28:07
32.	35	Klaus Gravel	1969	BVB 09	7	1:47:18	26:50	28:00	28:29	27:19	26:57	27:09	26:41	-	26:33
33.	65	Hinrich Kähler	1957	Concordia Langen	4	1:47:36	26:54	-	26:45	26:44	-	27:03	-	27:06	-
34.	279	Jürgen Behrendt	1971	VfL Lingen	5	1:47:38	26:55	-	-	27:23	27:31	26:42	-	26:43	26:52
35.	115	Hans-Peter Westhoff	1968	SV Union Lohne	5	1:49:52	27:28	26:20	-	27:10	-	28:36	29:14	27:47	-
36.	193	Heiner Schweers	1971	SG Walchum-Hasselbrock	5	1:50:39	27:40	28:04	28:17	-	-	26:25	-	27:55	28:32
37.	205	Martin Speller	1969	TuS Haren	6	1:55:57	29:00	31:02	28:51	-	29:00	-	30:52	28:08	30:00
38.	1	Karlheinz Landeck	1955	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:57:42	29:26	30:50	30:16	29:13	29:58	31:19	32:05	28:26	30:07

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste m/w

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
39.	281	Martin Kappenberg	1967	SVA Salzbergen	5	1:59:15	29:49	-	30:12	30:46	29:25	29:54	-	29:46	-
40.	113	Heiko Pache	1970	SV Langen	6	2:01:22	30:21	33:39	31:49	31:19	-	30:47	30:03	29:14	-
41.	58	Gerhard Over	1953	Lauffreunde Emsland	5	2:04:13	31:04	-	30:24	33:49	32:47	-	31:50	29:12	-
42.	141	Thomas Herbers	1964	Vfl Lingen	8	2:06:55	31:44	33:12	30:25	33:55	32:02	33:38	33:08	32:07	32:23
43.	36	Günter Maue	1970	SV Lengerich-Handrup	5	2:11:05	32:47	-	-	33:07	32:50	33:08	33:37	32:01	-
44.	32	Bodo Franken	1964		5	2:12:33	33:09	-	31:54	-	33:33	33:54	34:15	33:14	-
45.	301	Tobias Jens Höhle	1994		5	2:18:17	34:35	-	-	-	37:19	35:35	34:24	33:00	35:19
46.	62	Heiner Schnakenberg	1962	Team Sport Langen Haselünne	4	2:32:45	38:12	-	-	38:40	-	38:45	38:18	37:04	-
47.	266	Julian Korte	1997		8	2:34:58	38:45	40:54	37:48	42:07	38:49	42:55	41:06	37:55	40:27
48.*	250	Arthur Hermann	1988		3	1:24:05	28:02	-	26:33	-	26:44	30:48	-	-	-
49.*	162	Günter Schröder	1944	Hunteburger SV	3	2:04:30	41:30	-	-	41:53	-	-	42:44	39:54	-
50.*	254	Karsten Haase	1982	Fette Leibchen	2	50:54	25:27	25:29	-	-	-	-	-	25:25	-
51.*	170	Simon Christopher Snieders	2006	BSG Meppen	1	18:10	18:10	18:10	-	-	-	-	-	-	-
52.*	26	Max Gravel	2002	SV Grün-Weiß Dersum	1	18:36	18:36	-	18:36	-	-	-	-	-	-
53.*	60	Joerg Koebbe	1978	SV Lengerich-Handrup	1	20:56	20:56	-	-	20:56	-	-	-	-	-
54.*	273	Rainer Kamp	1965	SV Lengerich Handrup	1	26:09	26:09	-	-	26:09	-	-	-	-	-
55.*	76	Christoph Schwerdt	1965	SV Concordia Langen	1	30:52	30:52	30:52	-	-	-	-	-	-	-
56.*	239	Jürgen Redweik	1950	SV BW Lorup	1	32:11	32:11	32:11	-	-	-	-	-	-	-

□Zeit = Durchschnitt der besten vier Läufe

* = Mindestanzahl Läufe noch nicht erreicht

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
-------	---------	------	--------	--------	-------	-----------	-------	-----------	-----------	--------	-------	--------	------------	--------	----------

EL-CUP Hobby (5 km)

W

W U20

1.	211	Mia Speller	2005	TuS Haren	4	1:30:33	22:39	-	-	-	23:28	-	23:14	22:09	21:44
2.	122	Emma Greve	2006	TuS Haren Leichtathletik	7	1:30:45	22:42	22:51	22:38	22:45	22:32	23:39	23:23	-	23:06
3.	271	Paula Janning	2008		4	1:38:18	24:35	-	24:26	26:02	-	-	24:32	23:20	-
4.	206	Greta Speller	2007	TuS Haren	6	1:46:37	26:40	27:31	26:52	-	27:12	-	29:31	25:56	26:38
5.	303	Antonia Schweers	2005	SG Walchum-Hasselbrock	4	1:47:31	26:53	25:52	-	-	-	27:55	-	26:44	27:01

Frauen

1.	161	Lara Holzmer	2000	TSV Ismaning Leichtathletik	4	1:19:10	19:48	19:46	-	19:45	19:12	-	20:29	-	-
2.	212	Janet Ruhmke	1996		5	1:24:52	21:13	-	21:59	21:28	20:59	21:20	21:05	-	-
3.	203	Nadine Ubbenjans	1996	DJK Eintracht Börger	5	1:29:38	22:25	-	22:47	22:47	-	-	22:50	21:54	22:12
4.	142	Sophia Albers	2001	TuS Haren	8	1:35:22	23:51	23:17	23:32	24:32	24:41	25:36	25:09	24:03	26:01
5.	198	Alina Robben	1997		4	1:41:06	25:17	24:37	24:43	26:31	-	-	-	-	25:15
6.*	200	Sophie Ottens	1996		2	1:05:19	32:40	32:40	32:39	-	-	-	-	-	-
7.*	277	Sandra Paskewitz	1994		2	1:08:42	34:21	-	30:16	38:27	-	-	-	-	-

W30

1.	262	Laura Pelzer	1992	TuS Haren	6	1:34:01	23:31	-	23:54	23:51	23:07	24:11	23:56	-	23:11
2.	28	Jacqueline Vehring	1990		6	1:43:23	25:51	25:53	25:38	26:04	25:50	26:07	27:06	-	-
3.	249	Vanessa Kamp	1992		4	1:48:08	27:02	-	27:53	26:47	27:13	26:15	-	-	-
4.	230	Janina Fockers	1992	SC Spelle-Venhaus	4	1:55:54	28:59	-	27:08	28:18	28:50	-	-	31:40	-
5.	182	Janin Krause	1992	VfL Lingen e.V.	6	1:57:21	29:21	-	29:31	30:53	29:25	31:16	-	29:07	29:20
6.*	231	Maria Heskamp	1992	SC Spelle-Venhaus	2	52:24	26:12	25:55	-	-	26:29	-	-	-	-

W35

1.	6	Judith Wargers	1988	SVA Salzbergen	5	1:29:25	22:22	22:10	-	22:07	-	22:44	22:55	22:27	-
2.	251	Dorien Smith	1984	Runners Stadskanaal	7	1:44:42	26:11	26:21	26:00	26:16	26:06	26:22	26:31	26:21	-
3.*	234	Karina Bartels	1984		1	38:58	38:58	-	38:58	-	-	-	-	-	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
W40															
1.	87	Uta Sander	1983	Linguistikmiezen	5	1:32:07	23:02	-	22:58	23:40	23:00	22:56	-	-	23:15
2.	112	Marina Scholte-Aalbes	1980		5	1:49:56	27:29	27:24	27:23	-	27:27	28:25	-	27:44	-
3.	187	Marion Wester	1979	Team beVegt.de	8	2:00:14	30:04	31:07	30:16	30:31	30:48	30:51	30:30	29:28	30:01
4.	74	Nina Tinnemeyer	1983		4	2:06:00	31:30	33:19	30:25	30:21	31:57	-	-	-	-
5.*	286	Dorothee Schnier	1980	Laufgruppe Beesten	1	25:51	25:51	-	-	25:51	-	-	-	-	-
W45															
1.	12	Anne Tammer	1978	SV Concordia Langen	4	1:22:14	20:34	-	20:45	20:24	-	20:28	20:39	-	-
2.	132	Sandra Behrendt	1978	Vfl Lingen	5	1:39:53	24:59	-	24:45	25:20	-	25:17	25:15	24:37	-
3.	7	Ilona Behling	1978	SVA Salzbergen	8	1:41:12	25:18	24:56	25:05	25:29	25:43	26:55	27:07	25:44	26:12
4.	192	Petra Schweers	1975	SG Walchum-Hasselbrock	5	1:53:01	28:16	28:01	28:33	-	-	28:59	-	27:58	28:31
5.*	180	Nina Schnabel	1976	Vfl Lingen	1	31:39	31:39	-	-	-	-	31:39	-	-	-
W50															
1.	80	Birgit Majunke	1971	SPORTSWORLD Lingen	7	1:28:05	22:02	22:28	22:18	-	22:25	22:26	22:29	21:39	21:45
2.	166	Daniela Krieger	1969	Vfl Lingen	5	1:41:47	25:27	25:45	25:15	25:35	-	-	26:34	25:14	-
3.	290	Heike Book	1971		7	1:45:38	26:25	29:41	28:23	28:54	27:04	27:01	26:05	25:29	-
4.	236	Marion Bohmann	1973		4	1:47:26	26:52	-	28:59	-	-	26:21	26:24	-	25:44
5.	73	Larissa Schaposchnikov	1969	Vfl Lingen	4	1:54:21	28:36	-	-	29:01	29:00	28:07	-	28:14	-
6.	34	Stephanie Maue	1973	SV Lengerich-Handrup	4	1:54:45	28:42	-	-	-	29:27	29:18	28:43	27:19	-
7.	280	Ingrid Kappenberg	1969	SVA Salzbergen	5	2:04:04	31:01	-	30:55	30:46	31:41	31:41	-	30:45	-
8.	181	Karin Schwarte	1970	Vfl Lingen	8	2:07:33	31:54	32:44	31:55	34:37	32:39	33:11	32:22	31:24	31:53
9.	196	Elisabeth Herbers	1971	Vfl Lingen	6	2:09:38	32:25	32:45	31:43	33:54	33:13	32:49	-	-	32:23
10.	83	Hedi Künneken	1971	Lauffreunde Emsland	4	2:14:47	33:42	34:42	33:45	-	-	-	33:58	32:24	-
11.*	195	Ines Rischling	1971	Studio für Bewegung und Energie	3	1:41:31	33:51	32:53	-	-	33:03	-	35:36	-	-
12.*	111	Heike Fiedler	1973	Vfl Lingen	2	51:00	25:30	-	25:37	25:24	-	-	-	-	-
13.*	43	Eva Rudminat	1969	Running Family	1	30:11	30:11	-	-	30:11	-	-	-	-	-
W55															
1.	208	Claudia Lübbers	1966	Lauffreunde Emsland	4	1:39:43	24:56	24:24	24:28	-	25:20	25:33	-	-	-
2.	169	Heike Bickers	1966	Vfl Lingen	4	1:45:15	26:19	-	26:22	25:41	-	26:49	-	26:25	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
3.	106	Antje Bogena	1965	INJOY Papenburg	5	1:56:07	29:02	28:39	28:56	28:50	-	29:44	29:46	-	-
4.	75	Heike Schwerdt	1965	SV Concordia Langen	4	2:07:27	31:52	32:08	-	32:05	-	30:45	-	-	32:30
5.*	54	Monika Köbbe	1967	SV Lengerich-Handrup	2	53:47	26:54	-	-	26:45	-	-	-	27:03	-
6.*	247	Claudia Becker	1967	Vfl Lingen	2	1:00:56	30:28	30:15	-	30:42	-	-	-	-	-
7.*	135	Marita Dickmann	1968	Blau-Weiß Dörpen	1	30:18	30:18	30:18	-	-	-	-	-	-	-

W60

1.	63	Karin Franken	1960		8	2:09:48	32:27	32:20	31:53	33:09	33:06	33:46	34:15	32:30	33:06
----	----	---------------	------	--	---	---------	--------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

W65

1.*	165	Eva Lehmann	1958	Lauffreunde Emsland	2	53:01	26:31	26:47	26:14	-	-	-	-	-	-
-----	-----	-------------	------	---------------------	---	-------	--------------	-------	-------	---	---	---	---	---	---

m

M U20

1.	299	Daniel Temmen	2010	SV Listrup	5	1:31:05	22:47	-	22:50	-	-	22:47	33:01	23:32	21:57
2.	143	Nils Albers	2005	TuS Haren	7	1:31:06	22:47	22:53	22:42	22:42	22:51	-	25:08	23:47	25:06
3.	4	Joschua Landeck	2011	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:46:53	26:44	27:25	26:19	26:32	27:38	30:19	29:16	26:38	28:07
4.*	170	Simon Christopher Snieders	2006	BSG Meppen	1	18:10	18:10	18:10	-	-	-	-	-	-	-

Männer

1.	104	Thorben Werner	2001	LC Nordhorn	4	1:07:25	16:52	16:44	-	17:17	-	16:52	-	16:33	-
2.	297	Jos Willenbrock	1999	VfL Lingen e.V.	4	1:11:00	17:45	-	-	-	-	18:22	17:53	17:22	17:26
3.	97	Basel Alshaqi	1994	Landkreis Emsland	6	1:15:33	18:54	19:08	-	19:54	19:03	18:45	-	19:02	18:45
4.	302	Lukas Hagen	2001	TuS Haren	4	1:16:13	19:04	-	-	-	-	19:15	19:27	18:23	19:09
5.	258	Silas Schnieders	2002		4	1:29:54	22:29	22:46	-	22:27	22:43	-	22:00	-	-
6.	3	Tom Landeck	2003	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:34:34	23:39	27:25	22:36	24:42	24:32	24:42	24:35	24:07	23:20
7.	301	Tobias Jens Höhle	1994		5	2:18:17	34:35	-	-	-	37:19	35:35	34:24	33:00	35:19
8.	266	Julian Korte	1997		8	2:34:58	38:45	40:54	37:48	42:07	38:49	42:55	41:06	37:55	40:27
9.*	26	Max Gravel	2002	SV Grün-Weiß Dersum	1	18:36	18:36	-	18:36	-	-	-	-	-	-

M30

1.	30	Frank Schneke	1991	SG Bramsche	4	1:21:05	20:17	-	20:00	20:38	20:13	20:16	-	-	-
2.	84	Patrick Bruna	1992		4	1:36:17	24:05	-	22:56	23:57	-	-	25:09	24:17	-

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
M35															
1.	67	Heiner Burrichter	1987	SV Blau-Weiß Lünne	4	1:14:43	18:41	-	18:44	18:39	18:39	18:42	-	-	-
2.*	250	Arthur Hermann	1988		3	1:24:05	28:02	-	26:33	-	26:44	30:48	-	-	-
M40															
1.	293	Zeljko Cvijic Hut	1983		6	1:27:16	21:49	-	22:43	21:38	21:47	-	22:53	21:32	22:20
2.	52	Michael Janssen	1980	LG Vier Füße für ein Halleluja	5	1:32:33	23:09	-	-	23:21	22:56	23:06	23:42	-	23:11
3.	2	Oliver Landeck	1979	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:37:52	24:28	27:30	26:25	24:11	27:38	24:38	24:26	26:38	24:40
4.	107	Christian Krüssel	1981	FC Wesuwe	8	1:42:44	25:41	26:08	25:49	26:03	25:51	27:11	26:44	25:03	26:25
5.*	254	Karsten Haase	1982	Fette Leibchen	2	50:54	25:27	25:29	-	-	-	-	-	25:25	-
M45															
1.	50	Christian Stehmann	1976	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:32:48	23:12	23:16	23:27	23:12	23:16	24:09	24:13	23:05	23:33
2.	49	Jürgen Herbrüggen	1975	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:35:56	23:59	25:07	24:21	24:22	26:43	24:40	24:52	23:19	23:54
3.	78	Andreas Robbe	1976	SV Eintracht Neulangen	5	1:42:02	25:31	26:48	25:56	-	25:24	-	-	25:32	25:12
4.*	60	Joerg Koebbe	1978	SV Lengerich-Handrup	1	20:56	20:56	-	-	20:56	-	-	-	-	-
M50															
1.	79	Matthias Majunke	1969	SPORTSWORLD Lingen	8	1:22:09	20:33	20:27	21:13	20:29	20:38	20:36	21:12	20:42	21:17
2.	246	Christian Schnebeck	1972	SuS Darne Ultimate Frisbee	8	1:26:40	21:40	22:29	22:18	22:27	22:04	21:22	22:02	21:22	21:55
3.	188	Ralf Wester	1972	Team beVegt.de	8	1:27:00	21:45	21:38	22:23	22:02	22:17	22:24	22:23	21:45	21:36
4.	25	Christoph Gravel	1969	SV Grün-Weiß Dersum	4	1:30:28	22:37	22:54	22:09	-	-	23:06	-	22:22	-
5.	51	Michael Stehmann	1973	LG Vier Füße für ein Halleluja	8	1:36:18	24:05	23:16	23:59	25:10	24:27	26:32	26:34	25:04	24:37
6.	35	Klaus Gravel	1969	BVB 09	7	1:47:18	26:50	28:00	28:29	27:19	26:57	27:09	26:41	-	26:33
7.	279	Jürgen Behrendt	1971	VfL Lingen	5	1:47:38	26:55	-	-	27:23	27:31	26:42	-	26:43	26:52
8.	193	Heiner Schweers	1971	SG Walchum-Hasselbrock	5	1:50:39	27:40	28:04	28:17	-	-	26:25	-	27:55	28:32
9.	205	Martin Speller	1969	TuS Haren	6	1:55:57	29:00	31:02	28:51	-	29:00	-	30:52	28:08	30:00
10.	113	Heiko Pache	1970	SV Langen	6	2:01:22	30:21	33:39	31:49	31:19	-	30:47	30:03	29:14	-
11.	36	Günter Maue	1970	SV Lengerich-Handrup	5	2:11:05	32:47	-	-	33:07	32:50	33:08	33:37	32:01	-
M55															
1.	219	Oliver Benner	1966	Vfl Lingen	4	1:26:12	21:33	21:26	-	21:20	-	21:50	-	21:37	-
2.	294	Helmut Hermsen	1965	Lauffreunde Emsland	4	1:29:45	22:27	-	-	-	21:58	22:39	-	22:11	22:57

15. EL-CUP 2023

EL-CUP Hobby (5 km) - Ergebnisliste Altersklassen

Platz	Startnr	Name	Jahrg.	Verein	Läufe	Ges. Zeit	□Zeit	Papenburg	Haselünne	Lingen	Haren	Spelle	Salzbergen	Meppen	Herzlake
3.	291	Bernhard Els	1965	Lauffreunde Emsland	4	1:36:44	24:11	-	-	23:43	-	24:06	24:46	24:09	-
4.	27	Martin Kohle	1965	Lauffreunde Emsland	8	1:42:59	25:45	25:45	26:10	25:50	25:46	26:10	26:32	25:41	25:50
5.	115	Hans-Peter Westhoff	1968	SV Union Lohne	5	1:49:52	27:28	26:20	-	27:10	-	28:36	29:14	27:47	-
6.	281	Martin Kappenberg	1967	SVA Salzbergen	5	1:59:15	29:49	-	30:12	30:46	29:25	29:54	-	29:46	-
7.	141	Thomas Herbers	1964	Vfl Lingen	8	2:06:55	31:44	33:12	30:25	33:55	32:02	33:38	33:08	32:07	32:23
8.	32	Bodo Franken	1964		5	2:12:33	33:09	-	31:54	-	33:33	33:54	34:15	33:14	-
9.*	273	Rainer Kamp	1965	SV Lengerich Handrup	1	26:09	26:09	-	-	26:09	-	-	-	-	-
10.*	76	Christoph Schwerdt	1965	SV Concordia Langen	1	30:52	30:52	30:52	-	-	-	-	-	-	-

M60

1.	298	Gerd Dirschauer	1962	VfL Lingen	4	1:38:15	24:34	-	-	26:34	-	23:55	24:19	23:28	-
2.	139	Gerd Kleemann	1959	SV Langen	6	1:46:19	26:35	26:24	26:05	27:48	26:37	27:14	-	29:21	-
3.	62	Heiner Schnakenberg	1962	Team Sport Langen Haselünne	4	2:32:45	38:12	-	-	38:40	-	38:45	38:18	37:04	-

M65

1.	128	Johan Smith	1954	Runners Stadskanaal	6	1:40:43	25:11	25:16	25:23	24:56	25:09	-	25:35	-	25:39
2.	65	Hinrich Kähler	1957	Concordia Langen	4	1:47:36	26:54	-	26:45	26:44	-	27:03	-	27:06	-
3.	1	Karlheinz Landeck	1955	Lauffreu(n)de Landeck	8	1:57:42	29:26	30:50	30:16	29:13	29:58	31:19	32:05	28:26	30:07

M70

1.	58	Gerhard Over	1953	Lauffreunde Emsland	5	2:04:13	31:04	-	30:24	33:49	32:47	-	31:50	29:12	-
2.*	239	Jürgen Redweik	1950	SV BW Lorup	1	32:11	32:11	32:11	-	-	-	-	-	-	-

M75+

1.*	162	Günter Schröder	1944	Hunteburger SV	3	2:04:30	41:30	-	-	41:53	-	-	42:44	39:54	-
-----	-----	-----------------	------	----------------	---	---------	--------------	---	---	-------	---	---	-------	-------	---

□Zeit = Durchschnitt der besten vier Läufe

* = Mindestanzahl Läufe noch nicht erreicht