

Gesamtstatistik nach Veranstaltungen

sortiert nach Veranstaltungsdatum, Streckenlänge und Zeit

Berichtszeitraum vom 01.01.2004 bis 31.12.2004

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
10.01.2004 19 Winterlaufserie in Holzminden									
10 km	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:44:24	13,5	1	15	117
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:46:50	12,8	1	21	117
	3 €		Rua Blanco, Iris	W 20	00:51:32	11,6			117
	3 €		Otte, Hans-Werner	M 45	00:51:34	11,6	5	47	117
20 km	3,5 €		Reinhard, Matthias	M 40	01:19:06	15,2	1	5	62
	3,5 €		Rheker, Margret	W 45	01:46:35	11,3			62
18.01.2004 Ostwestf. Hall. Meistersch. in Paderborn									
0.8 km	0 €		Eikermann, Karina	W 15	00:02:29	19,3	4		
	0 €		Multhaupt, Maria	W 14	00:02:53	16,6	11		
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:24	17,6	3		
	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:03:55	15,3	6		
25.01.2004 Ostwestf. Crossmeistersch. in Kollerbeck									
1.435 kn	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:07:39	11,3	8	15	
2.64 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:10:36	14,9	3	11	
	0 €		Eikermann, Karina	W 15	00:11:01	14,4	1	1	
	0 €		Multhaupt, Maria	W 14	00:12:28	12,7	5	7	
	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:12:32	12,6	9	23	
3.48 km	0 €		Rheker, Lisa	W 20	00:15:29	13,5	3	4	
	0 €		Rheker, Julia	W 17	00:20:24	10,2	5	5	
6.83 km	0 €		Rheker, Johannes	M 50	00:29:58	13,7	9	11	
	0 €		Krüger, Maria	W 40	00:36:44	11,2	7	15	
8.515 kn	0 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:32:58	15,5	6	8	
	0 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:37:13	13,7	5	13	
	0 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:38:53	13,1	13	20	
21.02.2004 15. Straßenlauf in Lemgo									
5 km	2 €		Rheker, Johannes	M 50	00:19:33	15,3	2	8	55
	2 €		Staubach, Yannic	M 14	00:21:03	14,3	3	14	55
	2 €		Rheker, Jan	M 14	00:22:26	13,4	6	23	55
	2 €		Rheker, Julia	W 17	00:26:53	11,2	1		55
10 km	3 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:36:03	16,6	3	6	83
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:40:50	14,7	2	20	83
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:41:15	14,5	2	22	83
	3 €		Struck, Josef	M 35	00:42:48	14,0	6	25	83
28.02.2004 12. Marathon in Bad Salzflen									
10 km	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:52:35	11,4		40	119
26 km	6 €		Rheker, Johannes	M 50	02:11:58	11,8		22	218
	6 €		Lensdorf, Johannes	M 45	02:11:59	11,8		23	218
20.03.2004 12. Sälzerlauf in Salzkotten									
5 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:20:56	14,3		19	77
20.03.2004 Volkslauf in Leopoldstal									
10.6 km	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:49:03	13,0			
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:49:03	13,0			
27.03.2004 34. Parklauf in Hardehausen									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:38	16,5	3	4	
5 km	3 €		Rheker, Jan	M					
	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:19:50	15,1	1	45	
19.2 km	3 €		Rheker, Johannes	M 50	01:21:15	14,2	3	19	202
	3 €		Struck, Josef	M 35	01:27:21	13,2	9	48	202
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	01:27:41	13,1	8	49	202
	3 €		Krüger, Maria	W 40	01:34:30	12,2	2	98	202
	3 €		Rheker, Margret	W 45	01:38:25	11,7	2	131	202

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
04.04.2004 13. Räuscheberglauf in Brenkhausen									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:37	16,6	1	1	74
4 km	3,5 €		Klocke, Elmar	M 40	00:17:32	13,7	1	16	67
	3,5 €		Eikermann, Karina	W 15	00:18:16	13,1	2	24	67
	3,5 €		Klocke, Christin	W 20	00:19:58	12,0	1	42	67
	3,5 €		Multhaupt, Johanna	W 15	00:21:20	11,3	3	51	67
11,4 km	3,5 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:42:10	16,2	1	3	85
	3,5 €		Rheker, Johannes	M 50	00:48:06	14,2	2	16	85
	3,5 €		Struck, Josef	M 35	00:48:51	14,0	4	20	85
	3,5 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:51:33	13,3	4	28	85
	3,5 €		Krüger, Maria	W 40	00:53:49	12,7	1	41	85
	3,5 €		Rheker, Margret	W 45	00:57:10	12,0	1	57	85
	3,5 €		Rheker, Jan	M 14	00:58:34	11,7	1	64	85
10.04.2004 58. Osterlauf in Paderborn									
5 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:22:01	13,6	6		708
10 km	7,5 €		Rheker, Johannes	M 50	00:38:47	15,5	11		2734
	7,5 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:41:07	14,6	22		2734
	7,5 €		Rheker, Margret	W 45	00:46:24	12,9	10		2734
	7,5 €		Rheker, Jan	M 14	00:50:36	11,9	3		2734
	7,5 €		Rheker, Christine	W 20	01:02:43	9,6	115		2734
21 km	10 €		Reinhard, Matthias	M 40	01:16:16	16,5	3		1603
26.04.2004 33. Hermannslauf in Bielefeld									
30,6 km	25 €		Reinhard, Matthias	M 40	02:01:45	15,1	7	44	5568
	25 €		Struck, Josef	M 35	02:20:36	13,1	120	375	5568
	25 €		Rheker, Heinrich	M 50	02:21:26	13,0	20	409	5568
	25 €		Lensdorf, Johannes	M 45	02:25:03	12,7	62	535	5568
	25 €		Krüger, Maria	W 40	02:29:23	12,3	5	754	5568
	25 €		Rheker, Margret	W 45	02:48:24	10,9	11	2031	5568
26.04.2004 Marathon in Hamburg									
42,2 km	25 €		Rheker, Johannes	M 50	02:54:44	14,5			
05.05.2004 Kolping Mailauf in Brakel									
4 km	3 €		Staubach, Yannic	M 14	00:19:27	12,3	3	7	107
	3 €		Stieneke, Florian	M 20	00:19:27	12,3	1	8	107
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:20:50	11,5	2	12	107
	3 €		Rheker, Julia	W 17	00:26:03	9,2	2	48	107
9,2 km	3 €		Struck, Josef	M 35	00:35:08	15,7	2	10	153
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:35:23	15,6	1	11	153
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:36:57	14,9	2	20	153
	3 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:39:24	14,0	14	38	153
	3 €		Klocke, Elmar	M 40	00:39:40	13,9	16	42	153
	3 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:39:45	13,9	6	44	153
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:39:50	13,9	1	45	153
	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:43:56	12,6	1	81	153
08.05.2004 7. Volkslauf in Vörden									
0,8 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:03:07	15,4	1	1	
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:18	18,2	1	1	
4 km	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:16:32	14,5	1		
	3 €		Eikermann, Karina	W 15	00:17:21	13,8	1		
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:17:37	3,4	1		
	3 €		Staubach, Yannic	M 14	00:17:57	13,4	2		
	3 €		Klocke, Christin	W 20	00:19:00	12,6	2		
	3 €		Rheker, Julia	W 17	00:20:57	11,5	2		
10 km	3 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:37:07	16,2	1		
	3 €		Struck, Josef	M 35	00:39:22	15,2	2		
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:40:25	14,8	2		
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:42:32	14,1	4		
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:44:19	13,5	2		
	3 €		Klocke, Elmar	M 40	00:44:56	13,4	8		
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:46:31	12,9	1		

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
10 km	3 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:46:36	12,9	5		
	3 €		Rua Blanco, Iris	W 20	00:48:03	12,5	1		
	3 €		Rheker, Christine	W 20	00:59:35	10,1	2		
13.05.2004 18. Residenz-Abendlauf in Schloß Neuhaus									
10 km	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:38:44	15,5		33	590
	4 €		Struck, Josef	M 35	00:39:16	15,3		40	590
	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:40:50	14,7		61	590
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:43:56	13,7		136	590
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:43:57	13,7		137	590
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:48:13	12,4		249	590
22.05.2004 1. Stoppelberglauf in Rolfzen									
4.2 km	3 €		Klocke, Christin	W 20	00:24:57	10,1		4	12
10 km	3 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:37:22	16,1		4	60
	3 €		Struck, Josef	M 35	00:39:35	15,2		7	60
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:44:19	13,5		14	60
	3 €		Klocke, Elmar	M 40	00:44:34	13,5		16	60
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:45:10	13,3		18	60
	3 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:45:40	13,1		21	60
	3 €		Rua Blanco, Iris	W 20	00:48:10	12,5		28	60
	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:49:02	12,2		31	60
25.05.2004 Abendsportfest in Lemgo									
0.8 km	5 €		Rheker, Lisa	W 20	00:02:23	20,1	1	1	
30.05.2004 32. Pfingstlauf in Kollerbeck									
1 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:03:41	16,3	3	9	37
5.7 km	0 €		Rheker, Lisa	W 20	00:25:22	13,5	1	13	84
	0 €		Eikermann, Karina	W 15	00:26:07	13,1	1	20	84
	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:26:08	13,1	2	21	84
	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:27:16	12,5	3	27	84
	0 €		Klocke, Christin	W 20	00:28:46	11,9	2	36	84
	0 €		Rheker, Julia	W 17	00:33:34	10,2	2	62	84
	0 €		Werpup, Sabrina	W 20	00:33:35	10,2	6	63	84
10 km	0 €		Klocke, Elmar	M 40	00:45:11	13,3	8	21	94
21 km	0 €		Reinhard, Matthias	M 40	01:23:38	15,1	1	4	85
	0 €		Struck, Josef	M 35	01:31:00	13,8	3	10	85
	0 €		Krüger, Maria	W 40	01:41:06	12,5	2	26	85
	0 €		Rudolph, Norbert	M 40	02:02:42	10,3	13	67	85
04.06.2004 23. Metternich Abendlauf in Vinsebeck									
3 km	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:11:27	15,7	1		103
10 km	3 €		Struck, Josef	M 35	00:37:49	15,9	3		108
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:40:06	15,0	3		108
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:42:13	14,2	1		108
	3 €		Klocke, Elmar	M 40	00:42:14	14,2	9		108
	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:46:05	13,0	2		108
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:46:05	13,0	9		108
05.06.2004 Ocen-Wave-Lauf in Norden-Norddeich									
10 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:42:33	14,1		97	
06.06.2004 Königslauf in Norderney									
6.2 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:26:49	13,9		60	
08.06.2004 Up`Diek Loop in Wangerooge									
13 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	01:12:12	10,8		87	
09.06.2004 Mittelstreckenabend Lü in Hötter									
0.8 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:03:03	15,7	3		
1.5 km	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:05:47	15,6	1		
09.06.2004 Wrack-Verona-Lauf in Spiekeroog									
12 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:59:45	12,1		77	
10.06.2004 Dornröschenlauf in Baltrum									
10 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:50:43	11,8		73	

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
11.06.2004 15. Volkslauf in Wöbbel									
7.989 kn	4 €		Struck, Josef	M 35	00:31:09	15,4	5		327
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:32:29	14,8	3		327
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:32:40	14,7	2		327
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:34:41	13,8	2		327
	4 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:34:42	13,8	13		327
	4 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:35:09	13,6	13		327
	4 €		Krüger, Konrad	M 45	00:35:35	13,5	14		327
	4 €		Eikermann, Karina	W 15	00:38:22	12,5	1		327
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:38:48	12,4	2		327
	4 €		Rudolph, Norbert	M 40	00:39:47	12,0	27		327
	4 €		Rheker, Julia	W 17	00:46:28	10,3	1		327
11.06.2004 Pirolauf in Langeoog									
6.5 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:30:28	12,8		3	
13.06.2004 Volkslauf in Bellersen									
10 km	3 €		Struck, Josef	M 35	00:37:38	15,9	2	5	44
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:41:33	14,4	1	8	44
	3 €		Stieneke, Florian	M 20	00:42:14	14,2	4	11	44
	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:47:06	12,7	1	26	44
15.06.2004 16. Volkslauf in Donop									
7.777 kn	4 €		Struck, Josef	M 35	00:29:54	15,6	3	17	391
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:31:06	15,0	1	28	391
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:31:46	14,7	3	32	391
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:34:09	13,7	1	68	391
	4 €		Krüger, Konrad	M 45	00:35:58	13,0	18	108	391
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:37:11	12,5	2	131	391
	4 €		Rheker, Julia	W 17	00:43:20	10,8	1	259	391
	4 €		Lensdorf, Willi	M 40	00:44:19	10,5	41	278	391
18.06.2004 Sommerstauseelauf in Schieder									
8 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:29:08	16,5	6	28	371
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:30:00	16,0	4	31	371
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:30:08	15,9	1	32	371
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:32:53	14,6	1	68	371
	4 €		Rheker, Lisa	W 20	00:33:24	14,4	1	79	371
	4 €		Krüger, Konrad	M 45	00:33:37	14,3	9	86	371
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:35:26	13,5	1	123	371
	4 €		Staubach, Yannic	M 14	00:35:53	13,4	2	120	371
	4 €		Lensdorf, Willi	M 40	00:40:35	11,8	32	227	371
	4 €		Rheker, Julia	W 17	00:40:42	11,8	1	233	371
25.06.2004 10. Volkslauf in Belle									
8.5 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:32:08	15,9	2	8	139
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:33:34	15,2	1	9	139
	4 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:35:42	14,3	3	23	139
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:36:27	14,0	6	26	139
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:36:53	13,8	1	32	139
	4 €		Krüger, Konrad	M 45	00:37:56	13,4	8	44	139
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:40:29	12,6	2	70	139
27.06.2004 5. Volkslauf in Stahle									
3.5 km	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:13:20	15,8	1	6	
	3 €		Staubach, Yannic	M 14	00:13:53	15,1	1	8	
12,7 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:50:44	15,0	3	5	43
	4 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:57:50	13,2	7	13	43
19,1 km	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	01:23:12	13,8	1	12	44
	4 €		Rheker, Margret	W 45	01:37:25	11,8	2	34	44
18.07.2004 Iburg Bergfest in Bad Driburg									
0.8 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:03:17	14,6	1		
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:12	18,8	2		

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
24.07.2004 16. Brunnenlauf in Bad Pyrmont									
4.1 km	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:16:56	14,5	1	6	45
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:18:40	13,2	5	13	45
10 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:38:18	15,7	4	14	267
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:40:47	14,7	3	22	267
20 km	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:44:59	13,3	5	52	267
	4 €		Krüger, Maria	W 40	01:34:33	12,7	1	76	340
	4 €		Rheker, Margret	W 45	01:40:24	12,0	2	136	340
30.07.2004 8. Berglauf in Ovenhausen									
3.2 km	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:15:12	12,6	2	16	38
	3 €		Staubach, Yannic	M 14	00:17:13	11,2	2	24	38
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:18:11	10,6	3	29	38
01.08.2004 27. Volkslauf in Vinsebeck									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:04:00	15,0	1		14
5.1 km	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:24:14	12,6	1		28
18 km	4 €		Reinhard, Matthias	M 40	01:05:53	16,4	2		69
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	01:12:04	15,0	1		69
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	01:15:40	14,3	2		69
	4 €		Krüger, Maria	W 40	01:19:22	13,6	1		69
	4 €		Rheker, Margret	W 45	01:23:51	12,9	1		69
07.08.2004 19. Brunnenlauf in Bad Driburg									
10 km	5 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:36:55	16,3	1		211
	5 €		Struck, Josef	M 35	00:39:34	15,2	3		211
	5 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:39:55	15,0	3		211
	5 €		Krüger, Maria	W 40	00:45:42	13,1	2		211
11.08.2004 12. Zieglerlauf in Lage									
10 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:38:10	15,7	6		149
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:38:43	15,5	1		149
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:42:52	14,0	2		149
	4 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:43:21	13,8	7		149
27.08.2004 13. Residenzlauf in Detmold									
10 km	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:41:56	14,3	5	62	327
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:46:18	13,0		132	327
28.08.2004 7. Kötterberglauf in Kollerbeck									
13 km	0 €		Rheker, Christine	W 20	01:14:57	10,4	1	53	56
27.5 km	0 €		Struck, Josef	M 35	01:58:05	14,0	5	8	80
	0 €		Rheker, Johannes	M 50	01:58:44	13,9	1	9	80
	0 €		Lensdorf, Johannes	M 45	02:08:53	12,8	1	16	80
	0 €		Krüger, Maria	W 40	02:17:22	12,0	1	32	80
11.09.2004 21. Lauf um den Osterberg in Lügde									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:16	18,4	2	2	19
5 km	3 €		Rheker, Lisa	W 20	00:20:11	3,0	1	3	32
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:22:47	2,6	1	7	32
10 km	4 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:36:44	16,3	2	2	52
	4 €		Struck, Josef	M 35	00:38:02	15,8	1	4	52
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:41:13	14,6	1	7	52
	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:43:24	13,8	2	11	52
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:44:34	13,5	1	13	52
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:44:37	13,4	2	14	52
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:47:04	12,7	1	23	52
12.09.2004 15. Altstadtlauf in Höxter									
1.2 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:04:22	16,5	1	1	65
5 km	4 €		Klocke, Elmar	M 40	00:21:09	14,2	9	12	84
	4 €		Rheker, Lisa	W 20	00:21:20	14,1	1	15	84
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:22:45	13,2	3	22	84
	4 €		Klocke, Christin	W 20	00:25:01	12,0	6	41	84
10 km	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:39:39	15,1	1	11	105
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:42:52	14,0	1	31	105

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
26.09.2004 31. Real Marathon in Berlin									
42.2 km	25 €		Reinhard, Matthias	M 40	02:53:06	14,6	141	620	28033
	25 €		Rheker, Johannes	M 50	02:55:42	14,3	25	778	28033
	25 €		Struck, Josef	M 35	02:56:23	14,3	234	900	28033
	25 €		Fuhrmann, Georg	M 45	03:12:51	13,1	304	2370	28033
	25 €		Lensdorf, Johannes	M 45	03:12:51	13,1	304	2370	28033
	25 €		Rheker, Heinrich	M 50	03:18:16	12,7	194	3114	28033
	25 €		Krüger, Maria	W 40	03:28:29	12,1	45	243	28033
	25 €		Rheker, Margret	W 45	03:40:15	11,4	51	497	28033
02.10.2004 19. Volkslauf in Amelunxen									
1 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:03:56	15,3	1	3	
4.5 km	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:20:33	13,1	1	7	30
10 km	3 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:36:13	16,6	1	2	87
	3 €		Struck, Josef	M 35	00:37:20	16,1	2	6	87
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:38:37	15,5	1	8	87
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:43:12	13,9	4	29	87
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:43:14	13,9	1	30	87
08.10.2004 City-Lauf in Brakel									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:02:35	23,2	2	2	54
	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:02:42	22,2		9	54
8 km	3 €		Struck, Josef	M 35	00:26:49	17,9	1	5	57
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:28:10	17,0	1	11	57
	3 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:29:20	16,4	2	18	57
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:32:00	15,0	1	29	57
10.10.2004 Herbstlauf in Ovenhausen									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:22	17,8	1	1	8
4.5 km	3 €		Klocke, Elmar	M 40	00:18:57	14,2	2	7	58
	3 €		Rheker, Jan	M 14	00:21:49	12,4	2	25	58
	3 €		Klocke, Christin	W 20	00:23:07	11,7	1	33	58
10 km	3 €		Struck, Josef	M 35	00:37:53	15,8	2	6	73
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:39:17	15,3	1	7	73
	3 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:41:56	14,3	3	15	73
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:41:57	14,3	2	16	73
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:45:15	13,3	1	32	73
	3 €		Rheker, Margret	W 45	00:46:29	12,9	1	38	73
17.10.2004 Volkslauf in Densen									
8 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:31:21	15,3	1	3	44
	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:33:41	14,3	1	8	44
	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:33:55	14,2	1	10	44
	4 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:35:05	13,7	2	12	44
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:36:31	13,1	1	15	44
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:39:00	12,3	1	21	44
30.10.2004 22. Schiederseelauf in Schieder									
10 km	5 €		Struck, Josef	M 35	00:37:47	15,9	3	15	465
	5 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:40:30	14,8	6	39	465
	5 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:41:05	14,6	3	44	465
	5 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:41:25	14,5	15	51	465
	5 €		Eikermann, Karina	W 15	00:45:32	13,2	1	122	465
	5 €		Rheker, Margret	W 45	00:45:42	13,1	3	128	465
31.10.2004 Kreiscrossmeistersch in Lücktrungen									
1.45 km	0 €		Sonst, Luisa	W 11	00:05:35	15,6	3		
1.65 km	2 €		Rheker, Lisa	W 20	00:05:52	16,9	1		
	2 €		Rheker, Margret	W 45	00:06:12	16,0	2		
2.75 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:09:26	17,5	2		
3.1 km	2 €		Struck, Josef	M 35	00:10:23	17,9	3		21
	2 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:11:32	16,1	1		21
	2 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:11:38	16,0	1		21
	2 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:11:39	16,0	5		21

Strecken- Länge	Start- geb.	Datum	Name	Alters- Klasse	Zeit	Tempo [km/h]	Klassen -platz	Ges- platz	Teil- nehmer
07.11.2004 12. Verler Halbmarathon in Verl									
10 km	5 €		Struck, Josef	M 35	00:36:58	16,2	4	16	320
	5 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:38:46	15,5	6	28	320
	5 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:39:30	15,2	2	33	320
	5 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:40:32	14,8	14	47	320
	5 €		Rheker, Margret	W 45	00:46:32	12,9	3		320
	5 €		Rheker, Lisa	W 20	00:48:13	12,4	7		320
13.11.2004 23. Herbstlauf in Diestelbruch									
10.1 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:38:11	15,9	4	7	174
	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:42:10	14,4	1	19	174
	4 €		Krüger, Maria	W 40	00:45:57	13,2	1		174
	4 €		Eikermann, Karina	W 15	00:48:34	12,5	1		174
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:48:45	12,4	1		174
	4 €		Rheker, Jan	M 14	00:53:49	11,3	2	78	174
20 km	4 €		Lensdorf, Johannes	M 45	01:26:31	13,9	3	10	93
20.11.2004 25. Lipperland Marathon in Humfeld									
4.2 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:16:46	15,0	1	1	4
10 km	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:43:53	13,7	1	7	58
27.11.2004 Winterlaufserie in Holzminden									
10 km	0 €		Struck, Josef	M 35	00:38:52	15,4	3	4	105
28.11.2004 Hallen Meeting in Paderborn									
1 km	0 €		Staubach, Yannic	M 14	00:03:22	17,8	2	2	4
05.12.2004 6. Adventslauf in Lage									
5 km	0 €		Rheker, Jan	M 14	00:23:17	12,9	4	10	63
10 km	4 €		Struck, Josef	M 35	00:36:45	16,3	2	6	165
	4 €		Rheker, Johannes	M 50	00:39:59	15,0	2	21	165
	4 €		Niemeier, Klaus	M 40	00:40:45	14,7	6	29	165
	4 €		Rheker, Heinrich	M 50	00:40:49	14,7	7	30	165
	4 €		Rheker, Margret	W 45	00:50:16	11,9	2		165
11.12.2004 Winterlaufserie in Holzminden									
10 km	0 €		Struck, Josef	M 35	00:38:09	15,7	1	2	121
12.12.2004 Winterlaufserie in Holzminden									
10 km	11,5 €		Struck, Josef	M 35	00:39:00	15,4			
18.12.2004 Winterlaufserie in Holzminden									
10 km	3 €		Reinhard, Matthias	M 40	00:40:23	14,9	3	4	131
	3 €		Rheker, Johannes	M 50	00:43:21	13,8	1	10	131
	3 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:44:40	13,4	1	16	131
	3 €		Fuhrmann, Georg	M 45	00:45:06	13,3	3	18	131
	3 €		Krüger, Maria	W 40	00:47:17	12,7	1	29	131
	3 €		Weber, Manuel	M 20	00:47:18	12,7	5	30	131
31.12.2004 32. Silvesterlauf in Werl-Soest									
15 km	10 €		Lensdorf, Johannes	M 45	00:58:56	15,3	17	150	5588
	10 €		Rheker, Johannes	M 50	00:58:58	15,3	12	154	5588
	10 €		Fuhrmann, Georg	M 45	01:03:49	14,1	53	395	5588
	10 €		Krüger, Maria	W 40	01:07:30	13,3	7		5588
	10 €		Rheker, Heinrich	M 50	01:11:26	12,6	51	1173	5588
	10 €		Rheker, Margret	W 45	01:14:59	12,0	11		5588

3.365 km in 329 Läufen von der Gruppe gelaufen

Gesamtsumme Startgebühren: 1.331 €