

Cupwertung nach Punkten  
Stand nach vier Läufen  
Gesamt

Platz	Name	Verein/Ort	Klasse	Malberg lauf	Löwenburg lauf	Rheinhöhen lauf	Siebengebirgs marathon	Gesamt
1	Weiser, Daniel	7G runergy Laufteam	M M35	300,00	300,00	300,00	300,00	1200,00
2	Hardenack, Frank	Neuenkleusheim	M M35	283,68	281,32	290,24	282,72	1137,97
3	Achtendung, John	7G runergy Laufteam	M M35	275,26	278,33	291,32	266,64	1111,54
4	Büdenbender, Bernd	TuS Horhausen	M M45	267,87	268,57	275,56	275,88	1087,88
5	Zimmermann, Sebastian		M M20	242,78	258,04	271,81	245,65	1018,28
6	Niehusmann, Pitt	Team Siebengebirge	M M30	245,53	254,12	258,51	250,20	1008,37
7	Held, Tobias	Marathon Ibbenbüren	M M20	257,90	256,42	259,32	226,29	999,94
8	Körbs, Joe	SSG Königswinter	M M40	246,91	251,74	257,39	242,40	998,43
9	Mauel, Thomas	SSG Königswinter	M M45	227,32	257,12	263,55	248,87	996,86
10	Bergmann, Uwe	Basalt AG	M M40	240,21	253,97	264,14	227,16	985,48
11	Schneider, Udo	LT TuS Meindorf	M M45	234,19	238,90	247,68	229,65	950,43
12	Lelke, Carsten		M M45	237,80	246,66	252,03	205,91	942,41
13	Griesel, Frank	Lokomot. Lunge Oberkassel	M M40	219,42	247,05	260,12	210,57	937,16
14	Rappenhöner, Andreas	LONG WAY RUNNERS	M M35	209,62	229,37	250,79	227,29	917,08
15	Geiken, Annette	LG RWE Power	W W40	205,50	221,23	245,43	240,35	912,51
16	Reiser, Jürgen	LG RWE Power	M M45	205,33	221,23	245,38	240,25	912,18
17	Niehusmann, Sandra	Team Siebengebirge	W W30	218,38	227,45	227,96	219,46	893,25
18	Dömlang, Robert	7G runergy Laufteam	M M40	208,42	232,37	234,39	217,72	892,90
19	Efferoth, Timo	LT Siebengebirge	M M40	229,38	222,61	235,68	201,38	889,05
20	Sotta, Torsten	Berliner Laufburschen	M M45	196,56	221,92	242,22	208,06	868,76
21	Saadi, Robert	LG Rheinbach	M M45	200,69	227,84	241,79	185,74	856,05
22	Büchter, Martin	Troisdorfer LG M.U.T.	M M50	201,37	181,19	247,42	220,76	850,74
23	Wiesgen, Michael		M M50	197,42	218,84	221,26	202,38	839,91
24	Klein, Albert	LT Siebengebirge	M M55	192,96	206,09	227,15	203,02	829,22
25	Hilt, Volker		M M45	193,99	218,69	227,74	182,74	823,17
26	Vierbuchen, Jost	www.drachenlauf.net	M M50	178,69	204,55	222,28	217,33	822,85
27	Dreesbach, Dirk	LC Weilerswist	M M40	177,66	207,85	219,17	208,22	812,90
28	Leykum, Günter	FV Bad Honnef	M M40	184,71	196,79	231,23	197,49	810,22
29	Grünfeld, André	LT Siebengebirge	M M45	182,47	214,00	212,04	189,02	797,53
30	Konradi, Thomas		M M50	194,50	207,85	215,09	178,70	796,15
31	Saßmannshausen, D	TuS Dotzlar	M M30	183,68	213,77	222,87	165,49	785,80
32	Haase, Holger	Die 3 Muskelkater	M M45	180,93	203,93	214,56	176,32	775,74
33	Lebenstedt, Jan		M M40	203,09	192,71	223,78	144,55	764,13
34	Royeck, Michel	Team Siebengebirge	M M30	194,33	207,09	195,64	161,26	758,32
35	Ebert, Silke	k1-media	W W40	159,45	191,95	204,27	197,72	753,38
36	Nüchel, Dieter	Die 3 Muskelkater	M M40	186,94	202,78	192,96	161,88	744,56
37	Jost, Dirk	Die 3 Muskelkater	M M45	168,90	206,47	201,32	147,03	723,72
38	Pfannenschmidt, Timo	LC Weilerswist	M M45	160,14	193,56	198,75	158,50	710,94
39	Dörmfeld, Elke	Troisdorfer LG M.U.T.	W W50	157,73	181,11	209,09	154,38	702,31

Cupwertung nach Punkten  
Stand nach vier Läufen  
Gesamt

40	Meinert, Jacobsen		M	M45	153,61	187,18	202,44	159,04	702,27
41	Mohr, Bernd	Wiedtal-Rennschnecken	M	M40	170,27	219,38	166,37	124,45	680,48
42	Wasserfuhr, Barbara	TSV Rönsahl	W	W45	140,89	164,28	179,72	148,26	633,15
43	Germerscheid, Oskar	LT Rheinhöhenlauf	M	M55	129,21	166,66	187,54	141,19	624,61
44	Sieburg, Mike	BSG Evonik Wesseling e.V.	M	M50	135,40	154,75	159,78	148,03	597,95
45	Tölke, Andreas		M	M40	169,24	185,34	165,89	67,92	588,39
46	Otto, Tanja	LT Siebengebirge	W	W30	104,30	162,43	170,02	143,60	580,34
47	Langer, Björn	Königswinter	M	M35	139,86	165,43	155,22	110,88	571,40
48	Audehm, Dr. Uwe	Alfterer SC	M	M50	142,27	141,45	183,04	104,56	571,32
49	Frombgen-Arias, Ingo	ABB Bad Honnef BSG	M	M40	130,41	146,91	141,18	116,39	534,89
50	Straimer, Dr. Anna	Alfterer SC	W	W60	108,08	136,77	152,54	132,62	530,00
51	Zimmermann, Jürgen	ABB Bad Honnef BSG	M	M45	123,71	146,91	141,18	116,31	528,11
52	Klein, Uwe	Tus Horhausen	M	M45	141,92	151,21	140,91	79,21	513,26
53	Malik, Marc	Alfterer SC	M	M40	99,83	138,84	157,90	116,49	513,06
54	Wawrzyniak, Petra	LT Siebengebirge	W	W35	113,06	139,30	131,90	104,05	488,31
55	Wolf, Dietrich	LT Siebengebirge	M	M65	135,57	136,15	128,15	79,90	479,77
56	Gottschling, Ricarda	BSG Evonik Wesseling e.V.	W	W45	108,59	111,02	135,39	88,25	443,25
57	Hubrig-Schaumburg, Sabine	LT Hennef/Sieg	W	W50	73,02	79,20	70,96	53,76	276,95

Cupwertung nach Punkten  
Stand nach vier Läufen  
Frauen

Platz	Name	Verein/Ort	Klasse	Malberg lauf	Löwenburg lauf	Rheinhöhen lauf	Siebeggebirgs marathon	Gesamt	
1	Geiken, Annette	LG RWE Power	W	W40	205,50	221,23	245,43	240,35	912,51
2	Niehusmann, Sandra	Team Siebengeb	W	W30	218,38	227,45	227,96	219,46	893,25
3	Ebert, Silke	k1-media	W	W40	159,45	191,95	204,27	197,72	753,38
4	Dörnfeld, Elke	Troisdorfer LG M	W	W50	157,73	181,11	209,09	154,38	702,31
5	Wasserfuhr, Barbara	TSV Rönsahl	W	W45	140,89	164,28	179,72	148,26	633,15
6	Otto, Tanja	LT Siebengebirge	W	W30	104,30	162,43	170,02	143,60	580,34
7	Straimer, Dr. Anna	Alfterer SC	W	W60	108,08	136,77	152,54	132,62	530,00
8	Wawrzyniak, Petra	LT Siebengebirge	W	W35	113,06	139,30	131,90	104,05	488,31
9	Gottschling, Ricarda	BSG Evonik Wes	W	W45	108,59	111,02	135,39	88,25	443,25
10	Hubrig-Schaumburg, Sabine	LT Hennef/Sieg	W	W50	73,02	79,20	70,96	53,76	276,95

Cupwertung nach Punkten  
Stand nach vier Läufen  
Männer

Platz	Name	Verein/Ort	Klasse	Malberg lauf	Löwenburg lauf	Rheinhöhen lauf	Siebegengebirgs marathon	Gesamt
1	Weiser, Daniel	7G runergy Laufteam	M M35	300,00	300,00	300,00	300,00	1200,00
2	Hardenack, Frank	Neuenkleusheim	M M35	283,68	281,32	290,24	282,72	1137,97
3	Achtendung, John	7G runergy Laufteam	M M35	275,26	278,33	291,32	266,64	1111,54
4	Büdenbender, Bernd	TuS Horhausen	M M45	267,87	268,57	275,56	275,88	1087,88
5	Zimmermann, Sebastian		M M20	242,78	258,04	271,81	245,65	1018,28
6	Niehusmann, Pitt	Team Siebengebirge	M M30	245,53	254,12	258,51	250,20	1008,37
7	Held, Tobias	Marathon Ibbenbüren	M M20	257,90	256,42	259,32	226,29	999,94
8	Körbs, Joe	SSG Königswinter	M M40	246,91	251,74	257,39	242,40	998,43
9	Mauel, Thomas	SSG Königswinter	M M45	227,32	257,12	263,55	248,87	996,86
10	Bergmann, Uwe	Basalt AG	M M40	240,21	253,97	264,14	227,16	985,48
11	Schneider, Udo	LT TuS Meindorf	M M45	234,19	238,90	247,68	229,65	950,43
12	Lelke, Carsten		M M45	237,80	246,66	252,03	205,91	942,41
13	Griesel, Frank	Lokomot. Lunge Oberkassel	M M40	219,42	247,05	260,12	210,57	937,16
14	Rappenhöner, Andreas	LONG WAY RUNNERS	M M35	209,62	229,37	250,79	227,29	917,08
15	Reiser, Jürgen	LG RWE Power	M M45	205,33	221,23	245,38	240,25	912,18
16	Dömlang, Robert	7G runergy Laufteam	M M40	208,42	232,37	234,39	217,72	892,90
17	Efferoth, Timo	LT Siebengebirge	M M40	229,38	222,61	235,68	201,38	889,05
18	Sotta, Torsten	Berliner Laufburschen	M M45	196,56	221,92	242,22	208,06	868,76
19	Saadi, Robert	LG Rheinbach	M M45	200,69	227,84	241,79	185,74	856,05
20	Büchter, Martin	Troisdorfer LG M.U.T.	M M50	201,37	181,19	247,42	220,76	850,74
21	Wiesgen, Michael		M M50	197,42	218,84	221,26	202,38	839,91
22	Klein, Albert	LT Siebengebirge	M M55	192,96	206,09	227,15	203,02	829,22
23	Hilt, Volker		M M45	193,99	218,69	227,74	182,74	823,17
24	Vierbuchen, Jost	www.drachenlauf.net	M M50	178,69	204,55	222,28	217,33	822,85
25	Dreesbach, Dirk	LC Weilerswist	M M40	177,66	207,85	219,17	208,22	812,90
26	Leykum, Günter	FV Bad Honnef	M M40	184,71	196,79	231,23	197,49	810,22
27	Grünfeld, André	LT Siebengebirge	M M45	182,47	214,00	212,04	189,02	797,53
28	Konradi, Thomas		M M50	194,50	207,85	215,09	178,70	796,15
29	Saßmannshausen, D	TuS Dotzlar	M M30	183,68	213,77	222,87	165,49	785,80
30	Haase, Holger	Die 3 Muskelkater	M M45	180,93	203,93	214,56	176,32	775,74
31	Lebenstedt, Jan		M M40	203,09	192,71	223,78	144,55	764,13
32	Royeck, Michel	Team Siebengebirge	M M30	194,33	207,09	195,64	161,26	758,32
33	Nüchel, Dieter	Die 3 Muskelkater	M M40	186,94	202,78	192,96	161,88	744,56
34	Jost, Dirk	Die 3 Muskelkater	M M45	168,90	206,47	201,32	147,03	723,72
35	Pfannenschmidt, Timo	LC Weilerswist	M M45	160,14	193,56	198,75	158,50	710,94
36	Meinert, Jacobsen		M M45	153,61	187,18	202,44	159,04	702,27
37	Mohr, Bernd	Wiedtal-Rennschnecken	M M40	170,27	219,38	166,37	124,45	680,48
38	Germerscheid, Oskar	LT Rheinhöhenlauf	M M55	129,21	166,66	187,54	141,19	624,61
39	Sieburg, Mike	BSG Evonik Wesseling e.V.	M M50	135,40	154,75	159,78	148,03	597,95

26.12.2011

Cupwertung nach Punkten

2

Stand nach vier Läufen

Männer

40	Tölke, Andreas		M	M40	169,24	185,34	165,89	67,92	588,39
41	Langer, Björn	Königswinter	M	M35	139,86	165,43	155,22	110,88	571,40
42	Audehm, Dr. Uwe	Alfterer SC	M	M50	142,27	141,45	183,04	104,56	571,32
43	Frombgen-Arias, Ingo	ABB Bad Honnef BSG	M	M40	130,41	146,91	141,18	116,39	534,89
44	Zimmermann, Jürgen	ABB Bad Honnef BSG	M	M45	123,71	146,91	141,18	116,31	528,11
45	Klein, Uwe	Tus Horhausen	M	M45	141,92	151,21	140,91	79,21	513,26
46	Malik, Marcin	Alfterer SC	M	M40	99,83	138,84	157,90	116,49	513,06
47	Wolf, Dietrich	LT Siebengebirge	M	M65	135,57	136,15	128,15	79,90	479,77