

Deutsche Senioren-Bestenliste - LSF Münster - 2012 (zusammengestellt: Torolv Prokosch)

Altersklasse W 30

Kappenberg	Jana	10 km	36:23:00	6	29. Jan	Hamm
Kappenberg	Jana	10 km	37:12 Min.	12	26. Feb	Hamm
Kappenberg	Jana	Halbmarathon	01:23:33 Std.	33	29. Okt	Nordwalde
Dr.Hornemann	Sarah	Halbmarathon	01:32:14 Std.	50	06. Mai	Hannover
Rotthauwe	Juliane	Marathon	3:27:48 Std.	43	20. Mai	Duisburg

Altersklasse W 35

Schröder	Miriam	800 m	2:26,04 Min.	4	06. Sep	Dortmund
Schröder	Miriam	10 km	37:44 Min.	22	08. Jun	Oelde
Schröder	Miriam	Halbmarathon	1:26:37 Std.	23	26. Feb	Hamm
Hauertmann	Katharina	10 km	39:44 Min.	46	23. Sep	Hamm

Altersklasse W 40

Schwefer	Ira	Halbmarathon	1:28:19 Std.	28	26. Feb	Hamm
Schwefer	Ira	Marathon	3:15:31 Std.	41	09. Sep	Münster

Altersklasse W 50

Holtkötter	Anne	10 km	41:56 Min.	20	27. Okt	Nordwalde
Holtkötter	Anne	Halbmarathon	1:35:52 Std.	34	10. Aug	Spelle
Holtkötter	Anne	Marathon	3:27:33 Std.	19	14. Okt	München
Rellessmann	Susanne	10 km	43:12 Min.	37	31. Dez	Münster
Krell-Witte	Delia	Marathon	3:39:59 Std.	40	14. Okt	Essen

Altersklasse W 55

Feyerabend	Maria	10 km	43:34 Min.	16	08. Jun	Oelde
Feyerabend	Maria	Halbmarathon	1:37:30 Std.	19	22. Apr	Enschede
Feyerabend	Maria	Marathon	3:33:34 Std.	17	14. Okt	Essen
Lanwer	Rita	Halbmarathon	1:42:44 Min.	36	10. Mrz	Münster

Altersklasse W 60

Kamp	Parvin	Marathon	04:25:54	31	09. Sep	Münster
------	--------	----------	----------	----	---------	---------

Altersklasse W 65

Rother	Marion	100 m	20,14 Sek.	18	15. Jun	Telgte
Rother	Marion	200 m	43,12 Sek.	9	03. Jun	Halterm-Sythen
Rother	Marion	400 m	92,42 Sek.	4	21. Aug	Zittau
Rother	Marion	800 m	3:22,60 Min.	4	13. Jul	Erfurt
Rother	Marion	1.500 m	6:47,83 Min.	2	12. Mai	Bad Oeynhausen
Rother	Marion	3.000 m	14:38,22 Min.	5	11. Apr	Rheine
Rother	Marion	5.000 m	24:46;15 Min.	5	13. Jul	Erfurt
Rother	Marion	10 km	52:00 Min.	17	08. Jun	Oelde
Rother	Marion	Halbmarathon	1:56:52 Std.	14	10. Mrz	Münster
Rother	Marion	Marathon	4:34:29 Std.	15	15. Apr	Wien
Suwelack	Julia	10 km	53:53 Min.	15	27. Okt	Nordwalde
Suwelack	Julia	Halbmarathon	1:55:21 Std.	11	02. Dez	Herten
Suwelack	Julia	Marathon	4:07:32 Std.	7	12. Feb	Herten
Suwelack	Julia	100 km	12:49:04 Std.	1	06. Okt	Hanau
Landfried-Teodoruk	Helga	Halbmarathon	2:08:21 Std.	36	10. Mrz	Münster

Altersklasse M 30

Brouwer	Philipp	Marathon	2:33:26 Std.	35	29. Apr	Hamburg
Kuhlmann	John	Marathon	2:42:17 Std.	44	14. Okt	München

Altersklasse M 40

Dr.Fischer	Arne	200 m	26,19 Sek.	44	15. Jun	Telgte
Dr.Fischer	Arne	400 m	58,25 Sek.	28	15. Jun	Telgte
Dr.Fischer	Arne	800 m	2:14:56 Min.	40	20. Mai	Rheine
Langenbach	Stefan	3.000 m	9:40,0 Min.	15	07. Aug	Oberaden
Langenbach	Stefan	Halbmarathon	1:15:11 Std.	33	10. Aug	Spelle

Altersklasse M 55

Hölscher	Werner	100 km	10:12:36 Std.	21	09. Jun	Biel/SUI
----------	--------	--------	---------------	----	---------	----------

Altersklasse M 55

Dr. Prieß	Karl-Heinz	400 m	66,2 Sek	38	08. Sep	Lingen
Dr. Prieß	Karl-Heinz	800 m	2:27,22 Min.	35	13. Jul	Erfurt
Dr. Prieß	Karl-Heinz	1.000 m	3:13,50 Min.	11	06. Jul	Minden
Dr. Prieß	Karl-Heinz	1.500 m	5:03,30 Min.	22	15. Aug	Minden
Dr. Prieß	Karl-Heinz	3.000 m	11:05,09 Min.	30	15. Jun	Telgte

Altersklasse M 60

Huesker	Bernd	Marathon	3:18:14 Std	34	28. Okt	Frankfurt
Lange	Theodor	Marathon	3:23:51 Std.	48	30. Sep	Berlin

Altersklasse M 65

Prokosch	Torolv	200 m	32,35 Sek.	46	15. Jun	Telgte
Prokosch	Torolv	400 m	75,08 Sek.	35	05. Sep	Werl
Prokosch	Torolv	800 m	2:48,89 Min.	17	13. Jul	Erfurt
Prokosch	Torolv	1.000 m	3:42,2 Min.	7	14. Aug	Oberaden
Prokosch	Torolv	3.000 m	13:24,98 Min.	35	05. Sep	Werl

Altersklasse M70

Schäfers	Gottfried	Halbmarathon	1:45:27 Std.	45	26. Feb	Hamm
Schäfers	Gottfried	Marathon	3:50:13 Std.	21	22. Apr	Bonn

Altersklasse M75

Hoermann	Manfred	Halbmarathon	2:19:36 Std.	41	26. Feb	Hamm
----------	---------	--------------	--------------	----	---------	------