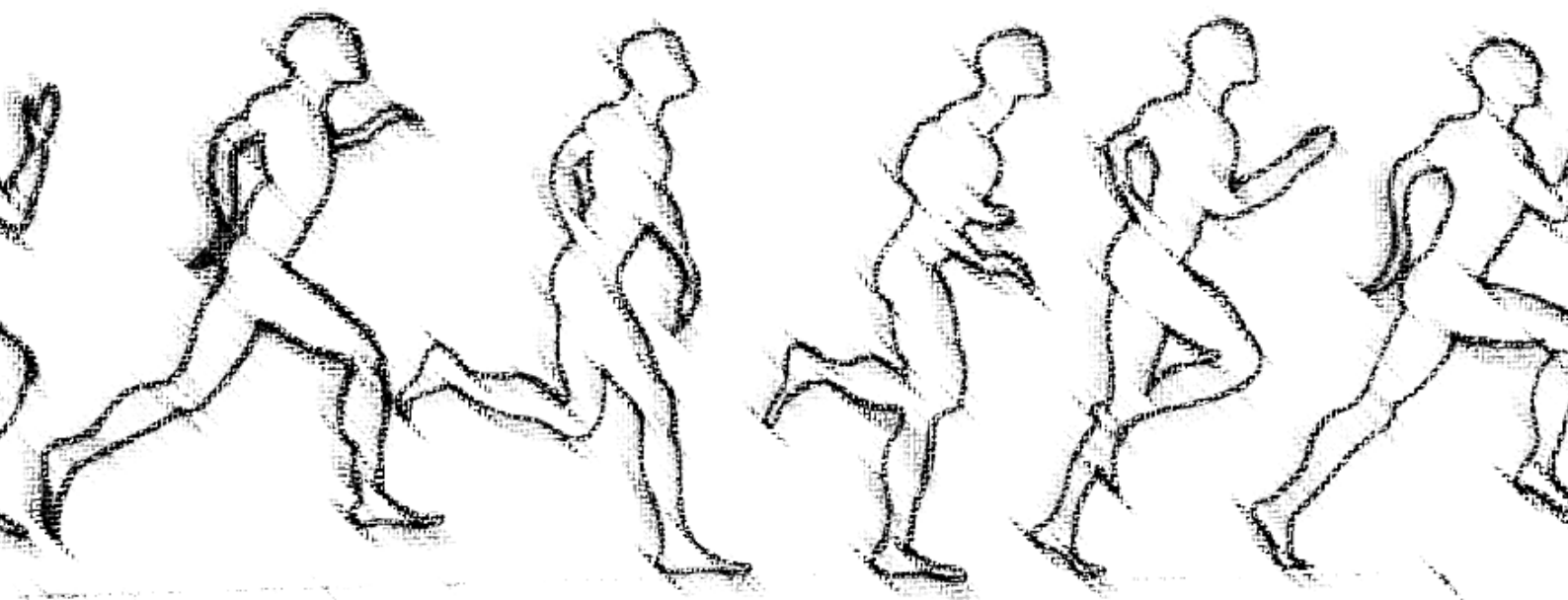




Laufsportfreunde Münster e.V.

Spiridonwertung 2013



Was ist eigentlich die Spiridonwertung?

- Als Zeitraum zählt der Zeitraum zwischen den beiden Weihnachtsfeiern, also Mitte Dezember bis Mitte Dezember.
- Aus den von LSF-Athleten erbrachten Wettkämpfen werden nur die berücksichtigt, die auf vermessenen Strecken gelaufen wurden.
- Von den vermessenen Strecken zählen die Ergebnisse über 800 m, 1500 m, 3 km, 5km, 10 km, 15 km, Halbmarathon, 25 km, Marathon und 100 km.
- Für jeden Athleten zählt dann nur die schnellste Zeit pro Strecke.
- Dieser Datenstamm kommt nun in die Berechnung.
- Zunächst werden die Ergebnisse, die von Frauen erzielt wurden, durch 1,1 geteilt. Aus 40 Minuten werden 36:22, aus 3:30:00 werden 3:10:55. Durch diesen Trick werden Männer- und Frauenleistungen vergleichbar.
- Für alle Disziplinen gibt es Tabellen, die sich am Männerweltrekord für diese Strecke orientieren. Wer also WR läuft, erhält 1200 Punkte, wer etwa doppelt so lange gebraucht hat, kann noch einen Punkt ergattern. Beispiele (1200/1): 10 km (26:38/55:55), Halbmarathon (59:25/2:04:42), Marathon (2:04:30/4:51:30).
- Die erreichten Punkte werden nun noch mit einem Altersklassenfaktor multipliziert. Die Jahre, die man über 26 Jahre alt ist, werden zu Quadrat genommen und mit 0,005 multipliziert. Das Ergebnis plus 1 wird mit den Punkten multipliziert. Beispiel: Ein 46 Jahre alter Läufer ist 20 Jahre älter als 26. Für ihn gilt der Faktor 1,2 ($1+20^2*0,0005 = 1,2$).
- Auch für jüngere Athleten wird ein umgekehrter Altersklassenbonus berechnet. Ein 18-jähriger wird wie ein 30-jähriger bewertet, 17 Jahre entsprechen 35, 16 entsprechen 40 usw.
- Die besten fünf Punktwerte werden zusammen gezählt. Ausnahme: Aus 800 m und 1500 m wird nur das bessere Ergebnis berücksichtigt.

Man kann ja über den Aussagewert von Statistiken streiten. Aber der Aussagewert der Statistiken im hinteren Teil dieses Heftes ist eindeutig und sagt über die Spiridonwertung 2013 und damit über das Wettkampfsjahr insgesamt folgendes aus:

1. Die Leistungen unserer Athleten im Spitzenbereich werden immer besser.

Die Punktwerte, die von den Läuferinnen und Läufern erbracht werden, erreichen mittlerweile Rekordwerte. Vor weniger als 10 Jahren lag der Schnitt der besten Zehn knapp über 3000 Punkte. Mit nur 2632 Punkten war man noch unter den ersten 10 zu finden. In diesem Jahr ist der Durchschnitt erstmalig über die 3500 Punktemarke geklettert, damit hätte man 2005 noch gewonnen. Um in diesem Jahr unter die ersten 10 zu kommen, musste man schon 3320 Punkte erbringen, eine stolze Summe.

2. Die jungen Athleten kommen mit Macht, der Altersdurchschnitt wird immer niedriger.

Die Altersstruktur unter den ersten Zehn ist schon etwas Besonderes. Sechs Athleten sind zwischen 23 und 37 Jahren, die anderen vier zwischen 48 und 61 Jahren. Noch nie hat es so viele junge Athleten auf den vorderen Rängen gegeben wie in diesem Jahr. Der Altersschnitt ist auf 39 Jahre gefallen. Mit Tim Fasel wartet bereits der nächste junge Läufer auf Platz 13.

Der König des letzten Jahres, Pascal Hille, hat sich 2013 eine Auszeit genommen. Sein Kronprinz, David Schönherr, hat sich eindrucksvoll an diese Stelle gesetzt und mit seinen Leistungen fast nahtlos die Lücke geschlossen. Im Vergleich der Punktzahlen (Pascal 2012: 3993, David 2013: 3931) zeigt

deutlich, welche Entwicklung David in diesem Jahr genommen hat. Herausragend vor allem natürlich seine Zeiten im Marathon (3:31) und Halbmarathon (1:11). Mit 24 steht er noch am Beginn seiner Karriere. Wenn er verletzungsfrei bleibt, kann er noch große Sprünge machen. Eine 10er-Zeit im 31er Bereich und natürlich ein Marathon unter 2:30 werden die nächsten Ziele sein.

Mit John Kuhlmann hat sich ein Läufer auf Platz 2 geschoben, der erstmalig in den Top-Ten steht. Letztes Jahr fehlte die fünfte Disziplin, dieses Jahr hat er zur Sicherheit gleich sechs absolviert und über 800 m auch mal Lehrgeld bezahlt. Der Marathonlauf in Münster war nicht nur sein Highlight, auch für den LSF war die Siegerfaust bei Zieldurchlauf mit 2:35 beste Werbung.

Auf Platz 3 folgt die heimliche Siegerin dieser Wertung. Eigentlich kann man bei Anne Holtkötter nur noch den Vergleich mit Wein heranziehen: Je älter, desto wertvoller. Noch vor kurzer Zeit erklärte Anne in der Zwischenzeit ihren Rücktritt vom leistungsorientierten Laufen. Aber die Ergebnisse stehen dazu im absoluten Gegensatz. Sie läuft Zeiten, als wäre sie 29 Jahre alt! Mit 3684 Punkten hat sie ihre Bestleistung von 3415 Punkten aus dem letzten Jahr förmlich weggepustet. Selbst ohne Altersklassenbonus ist sie noch 150 Punkte stärker als im Vorjahr!

Johanna Rellensmann hat sich am vorletzten Wochenende mit einem neuen Vereinsrekord im Halbmarathon verdient auf Platz vier gebracht. Gegenüber dem Vorjahr hat sie sich um über 300 Punkte gesteigert. Auf den Plätzen 5 bis 7 rangieren drei weitere Läufer aus der Trainingsgruppe von Marcel Reinold: Philipp Beckmann trotz eines durchwachsenen Marathonjahres (der 2:50 Marathon in Münster war eigentlich nur ein Trainingslauf), Markus van der Velde und Sebastian Blumentritt, dem zwar der Marathon fehlt, dafür aber über 800 m seine zweitbeste Disziplin (nach den 15 km) hatte. Die letzten drei Top-Ten-Plätze sicherten sich drei alte Bekannte. Reinhard Schröder, Sieger 2009 und 2011, kommt nach seiner Verletzung wieder in Fahrt und konnte vor allem mit einer 3:03:54 im Marathon punkten. Antonio Henrique ist auf kurzen Distanzen schnell wie eh und je und ließ u.a. über 3 km auch wesentlich jüngere Vereinskollegen hinter sich. Und Miriam Schröder verdrängte mit einem schnellen 15 km-Lauf am letzten Wochenende Michael Holtkötter und Maria Feyerabend mit 27 bzw. 31 Punkten hauchdünn auf die Plätze 11 und 12. Auch Bernd Huesker kam nach 10 Jahren unter den ersten Zehn diesmal nur auf Platz 16.

Einen neuen Rekord können alle gemeinsam feiern. Mit 355 Läuferinnen und Läufern in der Wertung wurde der bisherige Bestwert aus 2011 mit 314 gewerteten Athleten deutlich übertroffen. Sicherlich trägt auch dazu bei, dass der Zeitraum Mitte bis Ende Dezember einschließlich des Silvesterlaufes erstmalig hinzugerechnet wird. Das drückt sich auch in den bewerteten Disziplinen aus. Während die meisten Zahlen in etwa das Vorjahresniveau gehalten haben, gibt es über 5 km einen Sprung von 161 auf 196 und über 10 km von 198 auf 233. Die 15 km-Distanz litt unter den schlechten Bedingungen in Hamm und sank von 110 auf 100. Dank der Überzeugungsarbeit unseres Sportwartes boomt aber der 800 m-Lauf. In den letzten Jahren wagten sich je 8 Athleten an diese Disziplin, 2013 waren es gleich 21, ein Plus von über 100%!

Ein abschließender Blick auf die ewige Tabelle. Hier hat sich Anne nun deutlich abgesetzt. Punktgleich folgen Brigitte Ziegler und Bernd Huesker, die beide nicht punkten konnten. Mit gebührendem Abstand folgt Gottfried Schäfers, dahinter kommen Michael Holtkötter und Markus van der Velde.

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|---------------------------------|-----------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 (2) (3573) | David Schönherr 1989 | | 9:21 702 702 | 15:47 741 741 | 32:31 787 787 | 50:10 783 783 | 1:11:48 806 806 | | 2:31:16 814 814 | | (6) 3931 3931 |
| 2 (23) (2807) | John Kuhlmann 1981 | 02:08,81 701 714 | 9:22 701 714 | | 33:40 723 736 | 53:09 678 690 | 1:13:59 750 764 | | 2:35:25 772 786 | | (6) 3647 3714 |
| 3 (4) (3415) | Anne Holtkötter 1958 | 2:44,37 446 634 | 11:37 492 699 | 19:53 502 713 | 41:56 511 726 | 1:04:22 516 733 | 1:32:37 527 749 | | 3:18:30 537 763 | | (8) 2593 3684 |
| | | 5:34,20 450 639 | | | | | | | | | |
| 4 (7) (3342) | | Johanna Rellensmann 1990 | | 10:20 696 696 | 17:57 680 680 | 36:05 771 771 | 56:04 754 754 | 1:20:28 770 770 | | | |
| 5 (84) (1383) | Philipp Beckmann 1989 | | | 16:08 701 701 | 33:44 719 719 | 50:25 774 774 | 1:15:47 706 706 | | 2:49:52 628 628 | | (5) 3528 3528 |
| 6 (3) (3422) | Markus van der Velde 1965 | | 10:37 483 600 | 18:10 493 612 | 36:21 589 732 | 56:41 568 705 | 1:21:51 573 712 | 1:39:30 553 687 | 2:58:28 554 688 | | (7) 2837 3524 |
| 7 (51) (1904) | Sebastian Blumentritt 1981 | 2:06,99 727 740 | | 16:49 626 637 | 34:21 687 699 | 51:26 737 750 | 1:17:21 670 682 | | | | (6) 3447 3508 |
| | | 4:19,99 720 733 | | | | | | | | | |
| 8 (100) (1160) | | Reinhard Schröder 1952 | | | 19:47 360 580 | 40:49 405 653 | 1:03:06 400 645 | 1:29:37 429 692 | | 3:03:54 507 818 | |
| 9 (10) (3230) | Antonio Henrique 1958 | 5:04,82 445 632 | 10:32 494 702 | 18:21 478 679 | 38:35 492 699 | | 1:29:32 430 611 | | | | (5) 2339 3323 |
| 10 (6) (3391) | Miriam Schröder 1977 | | | 18:49 596 626 | 37:48 686 720 | 59:38 644 676 | 1:27:20 624 655 | 1:45:17 612 643 | | | (5) 3162 3320 |
| 11 (12) (3138) | Michael Holtkötter 1956 | 02:25,88 485 718 | 11:01 424 628 | 19:07 413 611 | 39:52 441 653 | 1:01:52 429 635 | 1:28:40 445 659 | | 3:21:04 382 566 | | (8) 2224 3293 |
| | | 05:12,14 408 604 | | | | | | | | | |
| 12 (8) (3270) | | Maria Feyerabend 1954 | | 13:01 316 488 | 22:00 344 531 | 43:58 437 675 | 1:08:00 430 664 | 1:39:11 419 647 | 2:01:15 401 619 | 3:31:29 443 684 | |
| 13 (113) (982) | Tim Fasel 1991 | | 9:46 623 623 | 16:27 666 666 | 34:53 660 660 | 55:17 610 610 | 1:18:36 642 642 | | | | (5) 3201 3201 |
| 14 (13) (3079) | Ira Schwefer 1970 | | | 20:14 474 542 | 40:55 551 631 | 1:03:56 527 603 | 1:32:18 532 609 | | 3:11:56 588 673 | | (5) 2672 3058 |
| 15 (14) (3040) | Marc Ziegler 1972 | | | 17:39 542 603 | 37:26 540 601 | 56:28 575 640 | 1:24:04 529 589 | | 3:08:09 474 527 | | (5) 2660 2960 |
| 16 (9) (3256) | Bernd Huesker 1949 | | | | 43:05 327 563 | 1:05:11 352 606 | 1:35:22 337 580 | 1:58:05 303 522 | 3:20:45 384 661 | | (5) 1703 2932 |
| 17 (17) (2994) | Dr. Karl Heinz Prieß 1955 | 2:27,56 467 706 | 11:17 385 582 | 19:45 363 549 | 41:43 373 564 | | 1:35:45 331 500 | | | | (5) 1919 2901 |
| | | 5:12,53 406 614 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|---------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 18 (19) (2893) | Sirus Pezeschgi 1962 | | | | 39:46 445 584 | 1:01:39 435 571 | 1:28:47 443 581 | 1:45:47 460 604 | 3:17:54 403 529 | | (5) 2186 2869 |
| 19 (25) (2705) | Ralf Franke 1966 | | | 18:42 448 547 | 40:56 401 489 | 58:52 507 619 | 1:28:48 443 541 | | 2:59:26 546 666 | | (5) 2345 2862 |
| 20 (59) (1759) | Klaus Brinker 1975 | | | 17:48 528 566 | 37:04 557 597 | 57:47 537 576 | 1:24:50 514 551 | | 3:05:42 492 527 | | (5) 2628 2817 |
| 21 (55) (1849) | Andre Karneth 1967 | | | | 36:33 580 696 | 57:35 542 650 | 1:21:29 580 696 | | 2:54:48 585 702 | | (4) 2287 2744 |
| 22 (21) (2877) | Dr. Arne Fischer 1968 | 2:20,16 552 652 | 10:45 463 547 | 18:52 434 512 | 40:20 423 499 | 1:02:23 417 492 | 1:29:43 427 504 | 1:54:37 345 407 | | | (8) 2299 2714 |
| | | 4:52,97 510 602 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 23 (31) (2455) | Delia Krell-Witte 1959 | | 12:42 351 489 | 22:21 321 447 | 45:32 384 535 | 1:09:28 398 554 | 1:40:16 403 561 | | 3:36:24 410 571 | | (6) 1946 2710 |
| 24 (39) (2268) | Eva Schönefeld 1968 | 2:42,91 460 543 | 11:51 460 543 | | 42:54 475 561 | 1:07:16 447 528 | 1:37:35 444 524 | | 3:30:26 450 531 | | (7) 2292 2706 |
| | | 5:41,40 417 492 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 25 (116) (935) | Ralf Schulze 1976 | | 10:36 486 515 | 18:17 484 513 | 37:58 518 549 | 59:39 486 515 | 1:26:15 488 518 | | | | (5) 2462 2610 |
| 26 (20) (2892) | Oliver Prinz 1967 | | | | 38:27 497 596 | 55:58 589 707 | 1:28:03 456 547 | | 2:54:37 587 704 | | (4) 2129 2554 |
| 27 (15) (3005) | Dr. Peter Leonard 1964 | | | | 39:33 453 573 | 59:08 499 631 | 1:26:17 487 616 | | 3:01:14 530 670 | | (4) 1969 2490 |
| 28 (30) (2470) | Britta Brouwer 1986 | | | 19:48 510 510 | 43:23 458 458 | 1:05:03 499 499 | 1:37:39 443 443 | | 3:14:06 571 571 | | (5) 2481 2481 |
| 29 (112) (993) | Stephanie Michels 1985 | | | 19:39 522 523 | 41:40 521 522 | 1:06:14 471 472 | 1:35:36 476 477 | | 3:25:37 483 484 | | (5) 2473 2478 |
| 30 (74) (1513) | Florian Braun 1971 | | | | 38:03 514 580 | 57:09 555 626 | 1:24:19 524 591 | | 2:58:16 556 627 | | (4) 2149 2424 |
| 31 (11) (3193) | Dr. Björn Reiß 1976 | | | | 39:28 456 484 | 56:27 575 610 | 1:19:37 619 656 | | 2:53:16 599 635 | | (4) 2249 2385 |
| 32 (124) (842) | Thomas Fricke 1967 | | | 19:30 382 458 | 44:28 283 340 | 1:03:33 389 467 | 1:28:38 446 535 | | 3:12:32 441 529 | | (5) 1941 2329 |
| 33 (18) (2985) | Stefan Langenbach 1972 | | | | 35:26 632 703 | 51:50 723 804 | 1:14:53 728 810 | | | | (3) 2083 2317 |
| 34 (26) (2697) | Bodo Kienecker 1963 | 2:30,61 434 559 | 10:56 436 562 | 18:34 459 591 | 39:37 451 581 | | | | | | (4) 1780 2293 |
| 35 (92) (1278) | Sybille Stein 1970 | 2:43,63 454 520 | | 21:41 366 419 | 45:25 388 444 | 1:11:19 360 412 | 1:41:42 382 437 | | | | (5) 1950 2232 |
| 36 (43) (2183) | Barbara Riesmeier 1970 | 2:52,65 370 423 | 12:14 410 469 | 21:27 382 437 | 44:34 416 476 | 1:11:28 357 409 | | | | | (5) 1935 2214 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|------------------------------|------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 37 (28) (2641) | Christian Schröder 1972 | | | 18:26 471 524 | 37:48 525 584 | | 1:24:33 520 578 | 1:45:17 467 520 | | | (4) 1983 2206 |
| 38 (141) (630) | Katharina Hauertmann 1976 | 2:37,30 518 549 | | 19:43 516 547 | 39:49 596 632 | | 1:37:14 450 477 | | | | (4) 2080 2205 |
| 39 - - | Markus Kreickmann 1978 | | | 19:43 365 380 | 35:46 616 641 | | 1:23:40 537 559 | | 2:54:13 590 614 | | (4) 2108 2194 |
| 40 (83) (1386) | Fritz Koch 1991 | | | 16:34 653 653 | 32:46 773 773 | | 1:13:27 763 763 | | | | (3) 2189 2189 |
| 41 (22) (2815) | Carsten Ilgemann 1970 | | | 20:16 324 371 | 37:42 529 605 | | 1:26:02 492 563 | | 2:58:15 556 636 | | (4) 1901 2175 |
| 42 (76) (1474) | Stefan Bales 1965 | | | | 39:57 438 544 | | 1:30:34 413 513 | 1:47:59 431 535 | 3:09:19 465 578 | | (4) 1747 2170 |
| 43 (48) (1955) | Clemens Wolking 1962 | | 11:43 331 434 | 20:28 310 407 | 42:28 347 455 | 1:05:42 341 448 | 1:40:33 264 346 | 1:56:55 317 416 | 3:33:48 308 404 | | (7) 1646 2160 |
| 44 - - | Yannick Rinne 1988 | | 9:22 700 700 | 15:58 718 718 | 33:33 729 729 | | | | | | (3) 2147 2147 |
| 45 (87) (1356) | Michael Geske 1959 | | | | 47:16 201 280 | 1:08:52 275 383 | 1:33:11 371 516 | 2:00:22 277 386 | 3:19:11 394 548 | | (5) 1518 2113 |
| 46 (42) (2263) | Sabine Knothe 1983 | | | 19:16 555 559 | 39:42 601 606 | | 1:37:08 451 455 | | 3:28:45 462 466 | | (4) 2069 2086 |
| 47 (89) (1331) | Laura Hampel 1999 | 02:29,60 604 778 | | 19:31 534 688 | 42:51 477 614 | | | | | | (3) 1615 2080 |
| 48 (86) (1377) | Norbert Fasel 1965 | | | | 40:38 412 512 | 1:01:28 439 545 | 1:30:00 422 524 | | 3:20:07 388 482 | | (4) 1661 2063 |
| 49 (75) (1487) | Michael Kasprk 1976 | | | | 40:58 400 424 | 59:07 500 530 | 1:24:18 525 557 | | 3:03:05 514 545 | | (4) 1939 2056 |
| 50 (49) (1934) | Dieter Sternberg 1964 | | | 20:22 317 401 | 46:54 211 267 | 1:06:38 321 406 | 1:33:31 365 462 | | 3:22:20 375 474 | | (5) 1589 2010 |
| 51 (52) (1901) | Dr. Timo Mersmann 1978 | | | 19:38 372 387 | 35:14 642 668 | | 1:18:26 645 671 | | 3:43:56 253 263 | | (4) 1912 1989 |
| 52 (92) (1278) | Gerhard Menke 1955 | | | 20:27 311 470 | 44:04 295 446 | 1:13:15 193 292 | 1:42:09 242 366 | | 3:40:27 272 411 | | (5) 1313 1985 |
| 53 (47) (2005) | Dr. Corinna Meiser 1973 | | | | 43:23 458 503 | 01:05:40 484 531 | 1:37:28 446 490 | | 3:35:04 419 460 | | (4) 1807 1984 |
| 54 (45) (2054) | Siegfried Milden 1966 | | | 19:59 345 421 | 42:09 358 437 | 1:04:13 374 456 | 1:42:48 234 286 | | 3:32:54 313 382 | | (5) 1624 1982 |
| 55 (65) (1681) | Nicole Essing 1973 | | | 22:34 307 337 | 45:30 385 423 | | 1:44:06 348 382 | 2:05:31 351 385 | 3:36:42 409 449 | | (5) 1800 1976 |
| 56 (70) (1609) | Rosa Gomes 1967 | 6:11,23 291 349 | 12:42 351 421 | 22:39 301 361 | 48:28 295 354 | | 1:48:25 291 349 | | 3:47:57 345 414 | | (6) 1583 1899 |
| 57 (36) (2376) | Ralf Skubschewski 1970 | | | | 41:37 377 431 | 1:03:43 385 441 | 1:30:46 410 469 | | 3:08:14 473 541 | | (4) 1645 1882 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|-------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| 58 (34) (2409) | Klaus Böhn 1959 | | | 21:37 233 324 | 43:40 308 429 | | 1:36:19 323 450 | 2:03:38 242 337 | 3:48:25 231 322 | | (5) 1337 1862 |
| 59 (123) (847) | Heinz Hoveling 1947 | | 12:48 206 371 | 21:48 221 398 | 46:41 218 392 | 1:13:35 187 337 | 1:45:55 195 351 | | | | (5) 1027 1849 |
| 60 (35) (2405) | Moritz Schlenkhoff 1985 | | | 18:04 503 504 | 37:41 530 531 | | 1:33:33 365 366 | | 3:12:07 444 445 | | (4) 1842 1846 |
| 61 (5) (3412) | Ludger Pösentrup 1962 | | | 18:48 439 576 | 40:22 422 554 | | | | 2:59:56 541 710 | | (3) 1402 1840 |
| 62 (63) (1706) | Anke Mösle 1975 | | | 21:46 360 386 | | 1:11:34 355 381 | 1:44:38 341 366 | 2:10:00 300 322 | 3:45:59 356 382 | | (5) 1712 1837 |
| 63 - - | Damian Kaminski 1989 | | 9:50 613 613 | 17:11 588 588 | 35:27 632 632 | | | | | | (3) 1833 1833 |
| 64 - - | Jurek Lünenborg 1990 | | | 17:08 593 593 | 36:57 562 562 | 54:11 645 645 | | | | | (3) 1800 1800 |
| 65 (29) (2596) | Andreas Clausing 1960 | | | | 41:24 384 524 | 1:06:52 316 431 | 1:36:18 323 441 | | 3:40:52 269 367 | | (4) 1292 1763 |
| 66 - - | Klaus Pick 1966 | 2:27,97 462 564 | | 20:11 331 404 | 44:45 274 334 | 1:04:24 369 450 | | | | | (4) 1436 1752 |
| 67 (95) (1237) | Klaus Buchterkirche 1962 | | | | 44:37 278 365 | 1:05:00 356 467 | 1:35:26 336 441 | | 3:25:48 354 465 | | (4) 1324 1738 |
| 68 (185) (385) | Ruben Enxing 1969 | | | | 39:45 445 517 | 1:06:05 332 386 | 1:34:03 357 415 | | 3:25:25 356 414 | | (4) 1490 1732 |
| 69 (38) (2271) | Hendrik Auf'm Kolk 1984 | | | | 35:39 622 625 | | 1:23:38 537 539 | | 2:59:14 547 549 | | (3) 1706 1713 |
| 70 (150) (584) | Andreas Sontopski 1968 | | | | 45:36 249 294 | 1:04:40 363 429 | 1:29:50 425 502 | | 3:17:43 404 477 | | (4) 1441 1702 |
| 71 (49) (1934) | Michael Scheel 1968 | | | 18:33 460 543 | 39:15 465 549 | 58:37 513 606 | | | | | (3) 1438 1698 |
| 72 (128) (783) | Ralf Schmeing 1960 | | | | 43:03 328 448 | 1:07:22 305 416 | 1:39:05 284 388 | | 3:31:46 319 435 | | (4) 1236 1687 |
| 73 (65) (1681) | Rainer Wachsmann 1965 | | | 21:02 271 337 | 45:56 239 297 | 1:10:17 247 307 | 1:38:37 290 360 | | 3:40:54 269 334 | | (5) 1316 1635 |
| 74 - - | Sue Rossano Rivero 1990 | | | | 41:14 538 540 | 1:03:40 534 536 | | | 3:17:27 545 547 | | (3) 1617 1623 |
| 75 (136) (733) | Patrick Dirksmeier 1984 | | | | 32:40 778 782 | 49:29 810 814 | | | | | (2) 1588 1596 |
| 76 (71) (1596) | Marion Rother 1946 | 3:28,99 106 195 | 14:51 136 250 | 24:43 180 331 | 52:12 196 361 | 1:25:00 126 232 | 2:00:08 156 287 | | | | (6) 818 1505 |
| | | 6:51,75 150 276 | | | | | | | | | |
| 77 (61) (1737) | Andreas Leißing 1964 | | | | 41:18 388 491 | | | | 3:14:28 426 539 | 10:20:15 368 465 | (3) 1182 1495 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|-----------------------------|-----------------------|------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 78 (105) (1093) | Kathrin Dette 1987 | | | 25:03 163 163 | 44:32 418 418 | 1:07:22 445 445 | 1:37:51 440 440 | | | | (4) 1466 1466 |
| 79 (73) (1522) | Marco Schräer 1975 | | | | | 1:00:50 455 488 | 1:25:17 506 542 | | 3:17:20 406 435 | | (3) 1367 1465 |
| 80 (69) (1618) | Mathias Koch 1977 | | | 20:51 283 297 | 44:15 289 303 | 1:11:24 226 237 | 1:35:41 332 349 | | 3:43:09 257 270 | | (5) 1387 1456 |
| 81 (178) (435) | Dr. Sarah Honemann 1981 | | | 20:22 463 471 | 44:10 430 438 | 1:04:28 514 523 | | | | | (3) 1407 1432 |
| 82 (15) (3005) | Philipp Brouwer 1982 | | | | | | 1:18:39 640 648 | | 2:36:40 760 770 | | (2) 1400 1418 |
| 83 (106) (1091) | Simon Pösentrup 1999 | 2:29,99 440 567 | | 19:03 418 538 | 45:50 242 312 | | | | | | (3) 1100 1417 |
| 84 (110) (1019) | Martin Pöttker 1967 | | | 21:40 229 275 | 46:12 231 277 | 1:11:59 216 259 | 1:43:08 230 276 | 2:04:58 228 274 | 3:44:01 253 304 | | (6) 1171 1406 |
| 85 (103) (1112) | Helga Hillen 1980 | | | 24:10 210 215 | 48:29 295 302 | 1:18:32 227 233 | 1:48:16 293 300 | | 3:57:55 294 301 | | (5) 1319 1351 |
| 86 (58) (1771) | Magdalena Cantu 1964 | | | 22:04 339 429 | 51:13 221 279 | 1:17:23 246 311 | 1:53:16 232 293 | | | | (4) 1038 1312 |
| 87 (41) (2265) | Stanislav Bartusiak 1951 | | | 22:45 164 270 | 46:39 218 359 | 1:12:07 213 351 | 1:45:24 201 331 | | | | (4) 796 1311 |
| 87 - - | Abdellah Saadani 1967 | | | | | | 1:21:39 577 692 | | 3:02:53 516 619 | | (2) 1093 1311 |
| 89 (85) (1379) | Hermann Fliß 1961 | | | 21:11 261 349 | 49:31 143 191 | | | 2:04:17 235 314 | 3:30:16 327 438 | | (4) 966 1292 |
| 90 - - | Michael Machill 1990 | | | 19:05 416 416 | 40:16 426 426 | | 1:29:03 438 438 | | | | (3) 1280 1280 |
| 91 (104) (1105) | Anne Gerlach 1961 | | | | 50:57 228 305 | 1:18:12 232 310 | | 2:16:21 238 318 | 4:05:52 255 341 | | (4) 953 1274 |
| 92 (140) (642) | Ulrich Kaiser 1959 | | | 23:13 138 192 | 46:38 219 305 | 1:13:40 186 259 | 1:46:00 194 270 | 2:10:48 169 235 | | | (5) 906 1261 |
| 93 (39) (2268) | Jana Kappenberg 1978 | | | | 38:55 635 661 | | | | 3:13:37 575 598 | | (2) 1210 1259 |
| 94 - - | Christian Gems 1988 | | | | 36:50 567 567 | | 1:17:33 665 665 | | | | (2) 1232 1232 |
| 94 - - | Sandra Peter 1985 | | | 21:05 409 410 | 44:25 422 423 | 1:09:29 398 399 | | | | | (3) 1229 1232 |
| 96 (109) (1042) | Céline Jocksch 1999 | 2:35,03 542 698 | | 21:01 414 533 | | | | | | | (2) 956 1231 |
| 97 (46) (2019) | Christoph Wiesen 1983 | | | 16:43 637 642 | 36:54 564 569 | | | | | | (2) 1201 1211 |
| 98 (53) (1881) | Terk Korte 1968 | | | | | 1:06:33 322 380 | 1:36:35 319 377 | | 3:25:27 356 420 | | (3) 997 1177 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|-----------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 99 - - | Jannika Altefroehne 1991 | | | | 43:46 444 444 | 1:09:27 399 399 | 1:45:37 328 328 | | | | (3) 1171 1171 |
| 100 - - | Andre Poloczec 1997 | | 10:01 581 638 | 18:24 474 520 | | | | | | | (2) 1055 1158 |
| 101 (24) (2710) | Theo Lange 1948 | | | | | | 1:39:39 276 486 | | 3:21:29 380 669 | | (2) 656 1155 |
| 102 (91) (1314) | Andreas Krämer 1953 | | | | | | | 1:54:11 350 552 | 3:22:10 376 593 | | (2) 726 1145 |
| 102 (32) (2415) | Michael Albers 1959 | | | | 44:38 278 387 | | 1:40:45 261 363 | 1:59:47 284 395 | | | (3) 823 1145 |
| 104 (108) (1053) | Heike Koch 1962 | | | | 47:28 324 425 | | | 2:15:54 243 319 | 3:56:15 303 398 | | (3) 870 1142 |
| 105 (119) (873) | Vanessa Radosch 1982 | | | 23:02 277 280 | 48:47 286 290 | | 1:49:18 280 284 | | 4:00:20 282 286 | | (4) 1125 1140 |
| 106 - - | Michael Schardt 1954 | | 14:23 57 88 | 23:22 129 199 | 47:46 188 290 | | 1:50:46 139 215 | 2:15:23 129 199 | 4:04:27 153 236 | | (6) 738 1139 |
| 107 - - | Karsten Kordes 1980 | | | 19:11 407 417 | 40:12 428 438 | | 1:39:47 274 281 | | | | (3) 1109 1136 |
| 108 (99) (1169) | Barbara Heuer 1963 | | | 26:30 91 117 | 53:03 176 227 | 1:20:27 195 251 | 2:00:06 157 202 | 2:27:15 142 183 | 4:15:51 210 270 | | (6) 880 1133 |
| 109 (96) (1236) | Christopher Dicks 1984 | | | | 41:48 370 372 | | 1:33:14 370 372 | | 3:23:17 369 371 | | (3) 1109 1115 |
| 110 (98) (1172) | Magnus Grüger 1961 | | | | 49:14 150 201 | 1:11:34 223 298 | 1:43:49 221 296 | | 3:48:14 232 310 | | (4) 826 1105 |
| 111 - - | Fulvio Quattrocchi 1950 | | | 21:41 228 384 | 45:41 246 414 | | | | 4:03:15 159 268 | | (3) 633 1066 |
| 112 (32) (2415) | David Möller 1982 | | | | 37:35 534 541 | 58:30 517 523 | | | | | (2) 1051 1064 |
| 113 (67) (1665) | Gregor Veauthier 1963 | | | 21:29 241 310 | 43:58 298 384 | | | | 3:39:18 278 358 | | (3) 817 1052 |
| 113 - - | Carolin Hauck 1989 | | | 19:51 505 505 | 41:00 547 547 | | | | | | (2) 1052 1052 |
| 115 - - | Martin Weissner 1976 | | | | 42:28 347 368 | 1:05:03 355 376 | 1:38:50 287 304 | | | | (3) 989 1048 |
| 116 (101) (1147) | Torolv Prokosch 1947 | 2:48,74 264 475 | 13:46 110 198 | 24:18 80 144 | 50:14 125 225 | | | | | | (4) 579 1042 |
| 117 (80) (1405) | Stephan Meyer 1970 | | | | 39:30 455 521 | 1:00:52 454 520 | | | | | (2) 909 1041 |
| 118 - - | Kolja Wilting 1979 | | | | 43:15 321 331 | | 1:35:46 331 342 | | 3:26:31 350 361 | | (3) 1002 1034 |
| 119 - - | Frank Krämer 1971 | | | 21:48 221 249 | 46:08 233 263 | | 1:42:53 233 263 | | 3:54:37 200 226 | | (4) 887 1001 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| 120 (114) (943) | Hermann Hemsing 1964 | | 13:00 185 234 | 22:04 205 259 | 47:10 204 258 | 1:13:01 197 249 | | | | | (4) 791 1000 |
| 121 (186) (384) | Holger Stadthaus 1973 | | | 19:09 410 450 | 38:48 483 530 | | | | | | (2) 893 980 |
| 122 - - | Andreas Kösters1980 | | | | | | 1:27:16 470 482 | | 3:07:39 478 490 | | (2) 948 972 |
| 123 (207) (291) | Marion Baumeister 1982 | | | 23:56 224 227 | 49:04 278 281 | | 1:50:29 265 268 | | 4:20:04 191 193 | | (4) 958 969 |
| 124 (56) (1828) | Julia Suwelack 1947 | | | | | | | | 3:58:31 291 524 | 12:49:44 225 405 | (2) 516 929 |
| 125 - - | Bastian Bathen 1980 | | | 18:47 441 452 | 39:24 459 470 | | | | | | (2) 900 922 |
| 126 - - | Julia Große-Leusbrock 1986 | | | 20:46 432 432 | 42:31 489 489 | | | | | | (2) 921 921 |
| 126 (54) (1850) | Gottfried Schäfers 1938 | | | 25:05 42 92 | 51:12 102 224 | 1:20:35 76 167 | 1:54:07 103 227 | | 4:19:23 96 211 | | (5) 419 921 |
| 128 (156) (517) | Martin Kanne 1966 | | | | 39:57 438 535 | | | | 3:32:26 315 384 | | (2) 753 919 |
| 129 (117) (918) | Dirk Keggenhoff 1971 | | | 22:03 206 232 | 48:24 171 193 | | 1:46:55 183 206 | 2:16:22 121 136 | 4:09:32 132 149 | | (5) 813 916 |
| 130 (145) (616) | Stefan Lammers 1969 | | | | 49:53 134 156 | 1:10:34 242 281 | 1:45:55 195 227 | | 3:51:59 213 248 | | (4) 784 912 |
| 131 (132) (753) | Mario Proske 1966 | | | | 46:34 221 270 | 1:11:40 222 271 | 1:37:45 302 369 | | | | (3) 745 910 |
| 132 - - | Micha Florian Förderer 1987 | | | | 39:16 464 464 | | 1:29:44 427 427 | | | | (2) 891 891 |
| 133 - - | Reinhard Schmiing 1968 | | | | | | 1:29:43 427 504 | | 3:31:01 323 381 | | (2) 750 885 |
| 134 - - | Jörg Keeren 1964 | | | | 44:51 271 343 | 1:09:42 529 328 | 1:48:31 164 207 | | | | (3) 964 878 |
| 135 (170) (468) | Andreas Reckmann 1976 | | | | | | 1:28:37 446 473 | | 3:22:52 371 393 | | (2) 817 866 |
| 136 (125) (841) | Udo Goldberg 1960 | | | 24:17 81 111 | 49:33 142 194 | 1:18:44 104 142 | 1:48:47 161 220 | 2:18:59 98 134 | 4:10:37 127 173 | | (6) 632 863 |
| 137 (68) (1625) | Sebastian Klein 1987 | | | 18:37 455 455 | 40:47 407 407 | | | | | | (2) 862 862 |
| 138 (121) (852) | Kerstin Loeser 1959 | | | | 52:48 182 253 | | 1:54:47 214 298 | 2:19:03 213 296 | | | (3) 609 847 |
| 139 - - | Daniel Wälte 1983 | | | 18:54 431 434 | 40:43 409 412 | | | | | | (2) 840 846 |
| 140 (198) (337) | Lino Witte 1990 | | | 19:23 391 391 | 39:32 454 454 | | | | | | (2) 845 845 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 141 (122) (848) | Andre Riesmeier 1967 | | | 20:04 339 407 | 42:15 355 426 | | | | | | (2) 694 833 |
| 142 (62) (1712) | Stephanie Hoppe 1985 | | | | 51:01 226 226 | 1:19:42 207 207 | | | 3:40:14 387 388 | | (3) 820 821 |
| 143 (137) (729) | Bärbel Ratering-Slüter 1962 | | | 24:14 207 272 | | | 1:56:38 194 255 | | 4:12:58 223 293 | | (3) 624 820 |
| 144 (72) (1560) | Martin Luig 1972 | | | 22:59 151 168 | | 1:08:09 289 322 | | | 3:37:55 285 317 | | (3) 725 807 |
| 145 (172) (461) | Lucia Dießel 1956 | | | 26:00 115 170 | 54:21 145 215 | | | 2:31:39 108 160 | 4:24:35 170 252 | | (4) 538 797 |
| 146 (131) (758) | Jürgen Seidel 1964 | | | 25:32 21 27 | 48:47 161 204 | 1:14:19 175 221 | 1:51:08 135 171 | 2:21:55 74 94 | 4:25:17 77 97 | | (6) 622 787 |
| 147 (190) (375) | Antonio Balbino 1971 | | | 22:43 166 187 | 38:16 505 570 | | | | | | (2) 671 757 |
| 148 (144) (620) | Maria Hemsing 1962 | 3:33,77 78 102 | 15:18 98 129 | 25:24 145 190 | 53:57 155 203 | 1:27:17 95 125 | | | | | (5) 571 749 |
| 149 - - | Peter Arlt 1961 | | | 22:26 182 244 | | | 1:49:57 148 198 | 2:27:50 30 40 | 3:55:21 196 262 | | (4) 556 744 |
| 150 (138) (701) | Kai-Uwe Kock 1961 | | | 22:40 169 226 | 46:36 220 294 | | 1:48:39 163 218 | | | | (3) 552 738 |
| 151 (151) (569) | Ludger Fliß 1957 | | | 24:11 86 125 | 52:50 65 94 | 1:21:14 67 97 | 1:54:03 103 149 | 2:21:49 75 109 | 3:59:57 173 251 | | (6) 504 731 |
| 152 (77) (1444) | Stefan Chrzanowski 1966 | | | 24:01 95 116 | 49:14 150 183 | | 1:48:06 169 206 | | 3:58:17 182 222 | | (4) 596 727 |
| 153 (107) (1055) | Silke Kienecker 1968 | 3:23,33 141 166 | 14:49 138 163 | 25:12 155 183 | 53:13 172 203 | | | | | | (4) 606 715 |
| 154 (202) (318) | Katrin Wilkes 1981 | | | 22:29 312 318 | | | | | 3:43:25 370 377 | | (2) 682 695 |
| 155 (102) (1142) | Werner Hölscher 1959 | | | | | | 1:56:21 80 111 | | | 9:55:46 419 583 | (2) 499 694 |
| 156 - - | Heidi Dittrich 1951 | | | 26:18 100 165 | 53:24 167 275 | | 2:00:33 152 250 | | | | (3) 419 690 |
| 157 - - | Stephan Burt 1971 | | | 20:34 303 342 | 44:21 286 323 | | | | | | (2) 589 665 |
| 158 - - | Daniel Mehring 1989 | | | 16:31 658 658 | | | | | | | (1) 658 658 |
| 159 (159) (505) | Susanne Koch 1976 | | | 23:10 269 285 | 46:38 350 371 | | | | | | (2) 619 656 |
| 160 (81) (1402) | Heiko Bastigkeit 1967 | | | | | | 1:37:28 306 367 | | 3:47:29 236 283 | | (2) 542 650 |
| 161 - - | Stephanie Wieland 1983 | | | 25:14 153 154 | 57:37 75 76 | | 1:59:03 168 169 | | 4:11:35 229 231 | | (4) 625 630 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt./AKP |
|--------------------------|-----------------------------|----------------|------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|------------------------|
| 162 (175) (441) | Klaus Ehling 1961 | | | 22:51 158 211 | 49:19 148 198 | | 1:48:51 160 214 | | | | (3) 466 623 |
| 163 (148) (604) | Susanne Rellensmann 1961 | | | | 43:12 464 621 | | | | | | (1) 464 621 |
| 164 (232) (200) | Dr. Diana Schilling 1964 | | | | 54:11 149 188 | | 2:01:37 141 178 | | 4:18:09 200 253 | | (3) 490 619 |
| 165 - - | Sascha Hoffmann 1985 | | | | | | 1:19:55 613 614 | | | | (1) 613 614 |
| 166 (120) (871) | Birgit Nathaus 1963 | | | | | | 1:53:51 225 290 | 2:15:24 248 319 | | | (2) 473 609 |
| 166 (212) (266) | Hiltrud Mertens 1963 | | | 25:12 155 200 | 53:29 165 213 | | 2:00:35 152 196 | | | | (3) 472 609 |
| 168 (97) (1213) | Stefan Hahn 1963 | | | | 46:42 217 279 | 1:10:25 245 316 | | | | | (2) 462 595 |
| 169 - - | Marcel Machauer 1982 | | | | | | 1:21:37 578 585 | | | | (1) 578 585 |
| 170 - - | Robert Lenger 1984 | | | 20:39 297 298 | | | | | 3:39:33 277 278 | | (2) 574 576 |
| 171 - - | Thomas Caruso 1971 | | | | 38:10 509 574 | | | | | | (1) 509 574 |
| 172 (160) (504) | Julio Lopes Gomes 1965 | | | 21:35 235 292 | 46:47 215 267 | | | | | | (2) 450 559 |
| 173 - - | Stefan Ranneberg 1969 | | | 23:32 120 139 | 48:16 175 203 | | 1:47:21 178 207 | | | | (3) 473 549 |
| 174 (167) (474) | Michael Krapp 1971 | | | 21:00 273 308 | 46:56 211 238 | | | | | | (2) 484 546 |
| 175 (195) (355) | Ilona Bredebusch 1968 | | | 28:04 22 26 | 56:03 108 127 | | 2:00:13 155 183 | | 4:23:47 174 205 | | (4) 459 541 |
| 175 - - | Reinhard Zumdick 1963 | | | | | | | | 3:15:20 420 541 | | (1) 420 541 |
| 177 - - | Sebastian Magga 1984 | | | | 40:26 420 422 | | | | 4:16:40 106 106 | | (2) 526 528 |
| 178 (90) (1319) | Martin Dahlmann 1961 | | | | 49:04 154 206 | | | | 3:47:29 236 316 | | (2) 390 522 |
| 179 (146) (614) | Jürgen Schmitz 1960 | | | | 47:58 183 250 | | | 2:29:56 14 19 | 3:59:07 177 242 | | (3) 374 511 |
| 180 (149) (596) | Michael Beetz 1992 | | | | 38:12 508 508 | | | | | | (1) 508 508 |
| 181 (219) (245) | Thorsten Schulze 1970 | | | | | | 1:46:10 12 220 | | 3:44:25 251 287 | | (2) 263 507 |
| 182 (127) (784) | Britta Drude 1968 | | | 24:26 196 231 | 50:56 228 269 | | | | | | (2) 424 500 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|------------------------------|----------------|------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| 183 - - | Dirk Schwienheer 1969 | | | | 46:38 219 254 | | 1:44:43 210 244 | | | | (2) 429 498 |
| 184 (165) (476) | Julian Fricke 2002 | | | 20:53 281 495 | | | | | | | (1) 281 495 |
| 185 - - | Rajmund Rode 1967 | | | | | | | | 3:17:11 407 488 | | (1) 407 488 |
| 186 (115) (939) | Dr. Guntram Ochs 1963 | | | 22:13 195 251 | 57:24 0 0 | | | | 3:58:42 180 232 | | (3) 375 483 |
| 187 (158) (509) | Nadine Borgmeier 1986 | | | | | | 1:35:21 480 480 | | | | (1) 480 480 |
| 188 - - | Antje Katrin Pöcheim 1971 | | | 26:32 89 100 | 54:02 153 173 | | 1:58:42 171 193 | | | | (3) 413 466 |
| 189 - - | Sabine Fischer 1981 | | | 20:35 446 454 | | | | | | | (1) 446 454 |
| 190 - - | Joost Krämer 1999 | | | 19:54 352 453 | | | | | | | (1) 352 453 |
| 191 - - | Thomas Knollmeyer 1963 | | | | | | | | 3:26:39 349 450 | | (1) 349 450 |
| 192 - - | Miles Geske 1993 | | | | 39:41 448 448 | | | | | | (1) 448 448 |
| 193 - - | Jari Bender 2000 | | | 20:34 303 430 | | | | | | | (1) 303 430 |
| 194 - - | Peter Dittrich 1952 | | | 21:57 212 342 | 53:26 52 84 | | | | | | (2) 264 426 |
| 195 (222) (235) | Andreas Wegener 1966 | | | 19:57 348 425 | | | | | | | (1) 348 425 |
| 195 - - | Jenny Engler 1974 | | | | 56:51 91 99 | 1:28:51 74 80 | 2:03:14 125 136 | | 4:43:49 101 110 | | (4) 391 425 |
| 197 (239) (158) | Werner Fritsche 1959 | | | | 46:12 231 322 | | | | 4:27:29 71 99 | | (2) 302 421 |
| 198 (130) (767) | Jutta Homann 1969 | | | | | | 1:58:55 169 196 | | 4:19:36 193 224 | | (2) 362 420 |
| 199 (143) (622) | Andreas Baune 1964 | | | | 50:44 113 143 | 1:21:13 67 85 | 1:59:54 45 57 | 2:26:37 39 49 | 4:29:42 64 81 | | (5) 328 415 |
| 199 (211) (270) | Peter Kaiser 1955 | | | | | | | | 4:04:12 155 234 | 12:49:41 120 181 | (2) 275 415 |
| 201 (164) (479) | Thorsten Ullrich 1971 | | | | 47:55 184 208 | | | | 3:58:58 178 201 | | (2) 362 409 |
| 202 (182) (389) | Annette Schwarzkopp 1958 | | | | | | 1:56:19 197 280 | | 4:50:16 81 115 | | (2) 278 395 |
| 203 (252) (100) | Stefan Petermann 1968 | | | | | | | | 3:56:57 188 222 | 12:30:16 146 172 | (2) 334 394 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt./AKP |
|--------------------------|-------------------------------|----------------|------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-------|-----------------------|--------|------------------------|
| 204 (189) (378) | Silke Rieks 1966 | | | 25:09 157 192 | 53:33 164 200 | | | | | | (2) 321 392 |
| 205 - - | Peter Zimmer 1958 | | | 23:20 131 186 | 49:28 144 205 | | | | | | (2) 275 391 |
| 206 (227) (207) | Angelika Syska 1958 | | | 29:04 0 0 | 58:15 63 89 | 1:25:44 116 165 | 2:06:23 95 135 | | 5:25:33 0 0 | | (5) 274 389 |
| 207 - - | David Veauthier 1997 | | | 19:38 372 387 | | | | | | | (1) 372 387 |
| 208 (228) (204) | Christel Kersebaum 1969 | | | | | | | | 3:52:49 320 372 | | (1) 320 372 |
| 209 (88) (1346) | Stephan Huesmann 1965 | | | | 44:03 296 368 | | | | | | (1) 296 368 |
| 210 (129) (774) | Jutta Zimmer 1967 | | | 25:20 148 178 | 53:51 157 188 | | | | | | (2) 305 366 |
| 211 - - | Sina Kerkering 1978 | | | | 46:36 351 365 | | | | | | (1) 351 365 |
| 212 (44) (2117) | Ewald Fikus 1963 | | | 23:27 125 161 | | | | | 4:03:54 156 201 | | (2) 281 362 |
| 213 (94) (1246) | Marco Hampel 1973 | | | | 48:21 172 189 | | 1:58:51 55 60 | | 4:22:49 85 93 | | (3) 312 342 |
| 214 (118) (880) | Lisa Hülsmann 1996 | | | 22:20 322 335 | | | | | | | (1) 322 335 |
| 215 (203) (310) | Mareike Kusch 1993 | | | 22:10 333 333 | | | | | | | (1) 333 333 |
| 216 - - | Dr. Dominik Schmaltz 1976 | | | | 43:41 307 326 | | | | | | (1) 307 326 |
| 217 (139) (695) | Nadine Cimander 1981 | | | | 62:27 0 0 | 1:25:56 113 115 | 2:07:33 84 86 | | 4:37:35 121 123 | | (4) 318 324 |
| 218 (126) (786) | Take Ringena 1974 | | | | 44:12 291 316 | | | | | | (1) 291 316 |
| 219 - - | Sven Penaat 1966 | | | 21:18 253 309 | | | | | | | (1) 253 309 |
| 220 (64) (1683) | Henning Lange 1960 | | | | 46:22 226 308 | | | | | | (1) 226 308 |
| 221 (244) (125) | Jonas Klein 2001 | | | 24:45 58 92 | 50:00 131 207 | | | | | | (2) 189 299 |
| 222 (225) (223) | Dr. Johannes Bertling 1967 | | | | | | | | 3:44:56 248 298 | | (1) 248 298 |
| 222 (162) (488) | Kai-Simon Havers 1980 | | | | 49:29 144 148 | | 1:50:07 146 150 | | | | (2) 290 298 |
| 224 (134) (747) | Marion Urmelt 1970 | | | 28:11 17 19 | 55:20 123 141 | | | | 4:38:24 118 135 | | (3) 258 295 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|----------------------------|----------------|------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 225 (272) (0) | Thomas Bergmann 1965 | | | 24:52 53 66 | 54:13 36 45 | | 2:00:00 44 55 | | 4:20:04 94 117 | | (4) 227 283 |
| 226 - - | Mirko Kandora 1978 | | | | | | 1:55:54 84 87 | | 3:58:55 178 185 | | (2) 262 272 |
| 227 (209) (281) | Guido Wecker 1968 | | | 25:21 30 35 | 50:17 124 146 | | 1:56:51 75 89 | | | | (3) 229 270 |
| 228 (218) (248) | Dieter Lammers 1969 | | | | 51:49 88 102 | | 1:50:34 141 164 | | | | (2) 229 266 |
| 229 (237) (165) | Klaus Neufend 1961 | | | | 48:41 164 219 | | | | 4:41:09 30 40 | | (2) 194 259 |
| 230 (197) (339) | Ute König 1965 | | | | 51:48 206 256 | | | | | | (1) 206 256 |
| 231 (267) (30) | Rolf Kückelmann 1950 | | | | | | | | 4:05:35 149 251 | | (1) 149 251 |
| 232 (167) (474) | Finni Wachsmann 1997 | | | 23:55 225 247 | | | | | | | (1) 225 247 |
| 233 (179) (431) | Imke Leimbach 1998 | | | | 51:47 207 244 | | | | | | (1) 207 244 |
| 234 (272) (0) | Hildegard Kerkhoff 1953 | | | | | | 2:00:28 153 241 | | | | (1) 153 241 |
| 235 (161) (493) | Monika Herding 1957 | | | 26:37 86 125 | 64:01 0 0 | | | | 4:51:36 78 113 | | (3) 164 238 |
| 236 (177) (437) | Christine Herbert 1955 | | | | | | 2:00:07 156 236 | | | | (1) 156 236 |
| 237 (200) (330) | Beate Hagemann 1965 | | | 27:17 56 70 | 55:25 122 152 | | | | | | (2) 178 222 |
| 238 - - | Arne Wehner 1994 | | | 24:06 91 91 | 50:04 129 129 | | | | | | (2) 220 220 |
| 239 (226) (211) | Frank Burghoff 1964 | | | | | | 1:05:18 91 115 | | 4:25:34 76 96 | | (2) 167 211 |
| 239 - - | Benedikt Fricke 2005 | | | 24:11 86 211 | | | | | | | (1) 86 211 |
| 241 - - | Helmut Neuhaus 1948 | | | | 50:29 119 209 | | | | | | (1) 119 209 |
| 242 (249) (109) | Gregor Hensen 1972 | | | | | | | | 3:57:30 186 207 | | (1) 186 207 |
| 242 (247) (110) | Yvonne Körner 1973 | | | | 60:03 28 31 | 1:31:23 42 46 | 2:09:16 68 75 | | 5:01:44 50 55 | | (4) 188 207 |
| 244 (234) (191) | Sophie Bartsch 1998 | | | 24:50 174 205 | | | | | | | (1) 174 205 |
| 245 (210) (272) | Parvin Kamp 1950 | | | | | | 2:03:38 121 204 | | | | (1) 121 204 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|-----------------------------|---------------------|------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|-----------------------|
| 246 - - | Marissa Lammers 1996 | | | | 52:27 190 198 | | | | | | (1) 190 198 |
| 247 (170) (468) | Andreas Baggeroer 1976 | | | | | | | | 3:57:26 186 197 | | (1) 186 197 |
| 247 - - | Elisabeth Calluso 1967 | | | | 53:32 164 197 | | | | | | (1) 164 197 |
| 247 (181) (403) | Heike Berndt 1966 | | | 25:05 161 197 | | | | | | | (1) 161 197 |
| 250 - - | Dominik Löer 1966 | | | | | | 1:49:04 158 193 | | | | (1) 158 193 |
| 251 (245) (116) | Uschi Sypiena 1949 | | | 28:28 6 10 | 57:55 69 119 | | 2:12:57 36 62 | | | | (3) 111 191 |
| 252 (223) (230) | Petra Mulder-Seiger 1960 | | | 27:04 65 89 | 57:52 70 96 | | | | | | (2) 135 185 |
| 253 (37) (2288) | Juliana Rotthauwe 1979 | | | | | 1:21:52 173 179 | | | | | (1) 173 179 |
| 254 (153) (551) | Ulla Leuer 1964 | | | | 54:32 141 178 | | | | | | (1) 141 178 |
| 255 - - | Klaus Wandres 1945 | | | 24:55 50 94 | | | 2:00:42 38 72 | | 4:50:18 5 9 | | (3) 93 175 |
| 256 (214) (256) | Guiseppe Mariani 1965 | | | | | | | | 4:08:10 138 171 | | (1) 138 171 |
| 257 - - | Horst Blotenberg 1953 | | | 23:46 108 170 | | | | | | | (1) 108 170 |
| 257 - - | Nadine Effner 1978 | | | | 53:36 163 170 | | | | | | (1) 163 170 |
| 259 (247) (110) | Günter Hahn 1955 | | | 26:38 0 0 | 51:29 96 145 | | 2:03:09 15 23 | | | | (3) 111 168 |
| 260 (217) (254) | Birgit Niesing 1965 | | | | 55:00 131 163 | | | | | | (1) 131 163 |
| 260 - - | Peter Horstmann 1951 | | | | | | 1:54:31 99 163 | | | | (1) 99 163 |
| 262 (230) (203) | Christel Löchte 1955 | | | | | | 2:05:20 105 159 | | | | (1) 105 159 |
| 262 (133) (751) | Heiner Cloppenburg 1958 | | | | 52:46 67 95 | | 2:01:26 31 44 | 2:29:55 14 20 | | | (3) 112 159 |
| 264 - - | Markus Graf 1971 | | | | | | 1:50:48 138 156 | | | | (1) 138 156 |
| 265 (201) (322) | Carola Kuhlmann 1959 | | | | | | | 2:31:42 107 149 | | | (1) 107 149 |
| 266 (157) (515) | Martina Pösentrup 1966 | 3:37,11 60 73 | | 27:25 50 61 | 61:04 10 12 | | | | | | (3) 120 146 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|---------------------------------------|----------------|------|-------------------|---------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|--------|-----------------------|
| 267 (261) (67) | Bernhard Kreienbaum 1942 | | | 26:43 0 0 | 52:44 68 137 | | 2:04:29 4 8 | | | | (3) 72 145 |
| 268 (259) (72) | Mechthild Schubert 1960 | | | | 59:50 32 44 | | | | 4:53:28 73 100 | | (2) 105 144 |
| 269 (231) (202) | Uwe Slüter 1960 | | | | | | | | 4:20:32 93 127 | | (1) 93 127 |
| 269 (243) (126) | Werner Driese 1953 | | | 26:11 0 0 | 53:58 41 65 | | 2:00:35 39 62 | | | | (3) 80 127 |
| 271 (221) (236) | Hans-Peter Leimbach 1957 | | | | 51:51 87 126 | | | | | | (1) 87 126 |
| 271 - - | Tobias Ehrich 1985 | | | | 50:11 126 126 | | | | | | (1) 126 126 |
| 273 - - | Jürgen Lanwer 1952 | | | | 52:27 74 119 | | | | | | (1) 74 119 |
| 274 (142) (627) | Maren Henry 1977 | | | | 55:52 112 118 | | | | | | (1) 112 118 |
| 275 - - | Christel Schewe 1944 | | | | | | 2:10:17 59 114 | | | | (1) 59 114 |
| 276 (154) (535) | Brigitte Heckmann 1958 | | | | | | | | 4:52:04 76 108 | | (1) 76 108 |
| 277 - - | Marika Meyer zu Brickwedde 1961 | | | | 57:22 80 107 | | | | | | (1) 80 107 |
| 278 (257) (82) | Wilhelm Thonemann 1954 | | | | 56:20 0 0 | 1:23:06 41 63 | 2:01:45 28 43 | | | | (3) 69 106 |
| 279 (206) (292) | Vera Raidt 1956 | | | 30:28 0 0 | | | 2:16:13 9 13 | 4:58:25 59 87 | | | (3) 68 100 |
| 279 - - | Jürgen Böhm 1952 | | | | | | 1:58:10 62 100 | | | | (1) 62 100 |
| 281 (163) (484) | Jaques Weber 2002 | | | 24:53 52 92 | | | | | | | (1) 52 92 |
| 282 - - | Georg Ludewig 1955 | | | 24:43 60 91 | | | | | | | (1) 60 91 |
| 282 - - | Mohamede Chraibi 1974 | | | | 52:00 84 91 | | | | | | (1) 84 91 |
| 284 (194) (356) | Mechthild Lange 1959 | | | | 60:12 25 35 | 1:32:00 34 47 | 2:29:07 0 0 | | | | (3) 59 82 |
| 285 - - | Dieter Rohloff 1950 | | | | 53:38 48 81 | | | | | | (1) 48 81 |
| 286 (241) (145) | Axel Wiedenhues 1988 | | | 24:18 80 80 | | | | | | | (1) 80 80 |
| 287 (224) (226) | Susanne Große Lutermann 1965 | | | 27:12 59 73 | | | | | | | (1) 59 73 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|------------------------------|----------------|------|-------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|-------------------|--------|-----------------------|
| 288 - - | Christa Papenkort 1959 | | | | 59:01 48 67 | | | | | | (1) 48 67 |
| 289 (214) (256) | Michael Gesthuisen 1964 | | | | 53:31 51 64 | | | | | | (1) 51 64 |
| 290 (268) (21) | Heinz Bücken 1947 | | | 26:38 0 0 | | | 2:01:08 34 61 | 2:37:23 0 0 | | | (3) 34 61 |
| 291 - - | Michael Kösters 1968 | | | 24:55 50 59 | | | | | | | (1) 50 59 |
| 292 (266) (43) | Birgit Weber 1964 | | | 27:31 45 57 | | | | | | | (1) 45 57 |
| 293 (147) (607) | Heinz Merse 1959 | | | 27:57 0 0 | 54:05 39 54 | | | | | | (2) 39 54 |
| 294 (272) (0) | Elisabeth Revering 1957 | | | | | 1:32:28 28 41 | 2:19:21 0 0 | | | | (2) 28 41 |
| 295 - - | Karin Wibker 1968 | | | | | 1:32:42 25 30 | | | | | (1) 25 30 |
| 296 - - | Hermann Löchte 1955 | | | | 55:04 19 29 | | | | | | (1) 19 29 |
| 297 - - | Ulrich Radusch 1954 | | | 25:36 18 28 | | | | | | | (1) 18 28 |
| 298 - - | David Pieper 1988 | | | 25:25 27 27 | | | | | | | (1) 27 27 |
| 299 - - | Michael Goschke 1970 | | | | | | | 2:39:24 0 0 | 4:49:38 7 8 | | (2) 7 8 |
| 300 - - | Alida Kranenburg 1954 | | | | | | 2:19:51 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Ana Belkis Soetebeer 1962 | | | | 61:59 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Andrea Schiefel 1968 | | | 30:08 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Anke Beilharz-Wüster 1959 | | | 35:23 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Anke Riepe 1960 | | | 29:16 0 0 | | | | 3:00:25 0 0 | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Anne Thonemann 1956 | | | | | | 2:23:25 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Anne Wiedemann 1955 | | | | | | 2:18:50 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Annegret Hageneier 1959 | | | 29:40 0 0 | 61:57 0 0 | | | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Beate Dreseler 1956 | | | 34:18 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|-----------------------------------|----------------|------|-----------------|-----------------|-------------------|-------------------|-------|---------------|--------|-----------------------|
| 300 - - | Brigitte Averdiek 1952 | | | 31:27 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Christa Sieme 1955 | | | | 71:09 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Dieter Linsky 1957 | | | 27:39 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Dr. Wilfried Wiedemann 1954 | | | | | | 2:18:49 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Edith Thier 1956 | | | 28:47 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Elisabeth Aufberg 1953 | | | 30:54 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Gaby Spatz 1963 | | | 30:21 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Georg Wennekens 1953 | | | | 62:28 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Georg Wetterau 1957 | | | 33:08 0 0 | 66:56 0 0 | | | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Gerburg Hartmann 1959 | | | 38:12 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Heike Kaiser-Blömker 1968 | | | 35:23 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Heinz-Jürgen Revering 1956 | | | | | 1:38:20 0 0 | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Hildegard Durynek 1936 | | | | | | 2:36:29 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 (255) (91) | Hinz Völkert 1948 | | | | 59:50 0 0 | 1:31:22 0 0 | 2:15:16 0 0 | | | | (3) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Ilse Grünsinger 1941 | | | 34:00 0 0 | | | 2:37:00 0 0 | | | | (2) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Jan Asshauer 1986 | | | 28:00 0 0 | | | 2:21:59 0 0 | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Jaqueline Stumps 1967 | | | 29:20 0 0 | 62:00 0 0 | | | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Jürgen Sieme 1954 | | | | 71:09 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Jutta Tüllmann 1952 | | | | | | 2:40:47 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Karl Wendland 1956 | | | 25:59 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Klaus Lietzow 1937 | | | 30:12 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------------|------|-----------------|-----------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------|-----------------------|
| 300 - - | Klaus Wiemann 1955 | | | 31:19 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Manfred Hoermann 1937 | 3:49,36 0 0 | | 29:33 0 0 | 62:48 0 0 | 1:35:17 0 0 | 2:18:35 0 0 | | | | (5) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Marie-Anne Thyron 1953 | | | | | | 2:37:00 0 0 | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Marietta Geske 1963 | | | 29:00 0 0 | 63:28 0 0 | | | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Martina Cwojdzinski 1979 | | | 28:36 0 0 | 62:29 0 0 | | 2:19:45 0 0 | | 5:26:15 0 0 | | (4) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Matthias Neufeld- Nollmann 1964 | | | 30:08 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Michael Brüggershemke 1965 | | | 31:40 0 0 | | | 2:41:05 0 0 | 3:00:25 0 0 | | | (3) 0 0 |
| 300 (260) (71) | Michael Drewes- Kuhlmann 1961 | | | | | | | 2:45:28 0 0 | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Niklas Spilker 2002 | | | | 58:39 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Pantaleone Squillace 1970 | | | 29:49 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (234) (191) | Paul Boß 1946 | | | | 56:07 0 0 | | 2:09:06 0 0 | | 4:57:55 0 0 | | (3) 0 0 |
| 300 - - | Petra Urbaniak 1956 | | | 33:54 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Roger Cramer 1962 | | | 28:06 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Sabine Goschke 1966 | | | | 67:25 0 0 | | 2:25:07 0 0 | | | | (2) 0 0 |
| 300 - - | Sandra Sendker 1975 | | | 31:40 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Silke Lokenberg 1971 | | | 33:00 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Stefanie Anders 1974 | | | 30:07 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Stephan Wegener 1959 | | | 26:09 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Thomas Benighaus 1959 | | | 29:27 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 (220) (240) | Uli Schindler 1955 | | | | 58:57 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Ulrich Kohaupt 1958 | | | | 62:05 0 0 | | | | | | (1) 0 0 |

| (Pl.2012) (Pkt. 2012) | Name Jahrgang | 800 m 1500m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | Halb- marathon | 25 km | Mara- thon | 100 km | (Diszipl.) Pkt/AKP |
|--------------------------|----------------------------------|----------------|------|-----------------|-----------------|-------------------|-------------------|-------|---------------|--------|-----------------------|
| 300 (272) (0) | Ulrich Münten 1959 | | | 29:18 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Ulrike Wegener 1961 | | | 30:12 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |
| 300 - - | Uwe ter Veen 1960 | | | 34:42 0 0 | | | 2:26:01 0 0 | | | | (2) 0 0 |
| 300 (272) (0) | Wolfgang Konrad Jonas 1953 | | | | 60:00 0 0 | 1:32:01 0 0 | 2:29:07 0 0 | | | | (3) 0 0 |
| 300 - - | Yvonne Wöhrmann 1975 | | | 30:52 0 0 | | | | | | | (1) 0 0 |

| Jahr | 1 km | 800 m | 1500 m | 3 km | 5 km | 10 km | 15 km | HM | 25 km | M | 100 km | Summe | Läufer |
|------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-----|-------|-----|--------|-------|--------|
| 1998 | 0 | | | 10 | 46 | 82 | 38 | 63 | 9 | 74 | 8 | 330 | 128 |
| 1999 | 7 | | | 8 | 74 | 103 | 32 | 58 | 15 | 85 | 8 | 390 | 171 |
| 2000 | 4 | | | 7 | 67 | 108 | 43 | 84 | 26 | 112 | 2 | 453 | 185 |
| 2001 | 5 | | | 8 | 91 | 108 | 40 | 68 | 33 | 106 | 2 | 461 | 200 |
| 2002 | 4 | | | 10 | 60 | 92 | 29 | 64 | 15 | 145 | 2 | 421 | 199 |
| 2003 | 5 | | | 14 | 66 | 99 | 38 | 121 | 19 | 134 | 4 | 500 | 219 |
| 2004 | 3 | | | 7 | 60 | 96 | 32 | 148 | 22 | 148 | 2 | 518 | 233 |
| 2005 | 12 | | | 14 | 57 | 109 | 33 | 154 | 20 | 139 | 1 | 539 | 243 |
| 2006 | 10 | | | 21 | 83 | 129 | 48 | 120 | 40 | 143 | 3 | 597 | 233 |
| 2007 | 14 | | | 23 | 80 | 154 | 62 | 159 | 65 | 150 | 6 | 713 | 294 |
| 2008 | 11 | | | 18 | 104 | 166 | 69 | 153 | 51 | 156 | 3 | 731 | 293 |
| 2009 | 21 | | | 20 | 117 | 173 | 56 | 172 | 42 | 154 | 3 | 758 | 306 |
| 2010 | | 8 | 11 | 23 | 131 | 193 | 63 | 171 | 29 | 147 | 2 | 778 | 302 |
| 2011 | | 8 | 6 | 39 | 147 | 217 | 99 | 174 | 37 | 136 | 1 | 864 | 314 |
| 2012 | | 8 | 7 | 37 | 161 | 198 | 110 | 168 | 38 | 132 | 4 | 863 | 305 |
| 2013 | | 21 | 9 | 28 | 196 | 233 | 100 | 175 | 39 | 140 | 5 | 946 | 355 |

Ewige Tabelle

| | Jahrgang | Punkte | Jahre | |
|----|----------------------|--------|-------|----|
| 1 | Anne Holtkötter | 1958 | 53440 | 17 |
| 2 | Bernd Huesker | 1949 | 52450 | 17 |
| 3 | Michael Holtkötter | 1956 | 51539 | 17 |
| 4 | Gottfried Schäfers | 1938 | 46386 | 17 |
| 5 | Maria Feyerabend | 1954 | 46217 | 17 |
| 6 | Stanislav Bartusiak | 1951 | 43582 | 17 |
| 7 | Brigitte Ziegler | 1950 | 40543 | 15 |
| 8 | Ewald Fikus | 1963 | 36819 | 17 |
| 9 | Hans Reimann | 1953 | 36769 | 16 |
| 10 | Rita Lanwer | 1956 | 35229 | 14 |
| 11 | Ruth Lutz | 1953 | 29154 | 14 |
| 12 | Reinhard Schröder | 1952 | 28961 | 11 |
| 13 | Markus van der Velde | 1965 | 28385 | 9 |
| 14 | Michael Geske | 1959 | 28103 | 15 |
| 15 | Andreas Clausing | 1960 | 26880 | 12 |
| 16 | Bernhard Kreienbaum | 1942 | 26669 | 15 |
| 17 | Markus Ischner | 1974 | 26458 | 14 |
| 18 | Reinhard Zumtick | 1963 | 24489 | 12 |
| 19 | Andreas Nergenu | 1951 | 24099 | 12 |
| 20 | Hannelore Horst | 1949 | 22424 | 9 |

Vollständige Tabelle unter <http://www.lsf-muenster.de/wettkampfsport/spiridonwertung.html>

| Vorname | Name | Platz | Punkte | Vorname | Name | Platz | Punkte |
|--------------|-----------------|-------|--------|---------------|-----------------|-------|--------|
| Michael | Albers | 102 | 1145 | Roger | Cramer | 300 | 0 |
| Jannika | Altefrohne | 99 | 1171 | Martina | Cwojdzinski | 300 | 0 |
| Stefanie | Anders | 300 | 0 | Martin | Dahlmann | 178 | 522 |
| Peter | Arlt | 149 | 744 | Kathrin | Dette | 78 | 1466 |
| Jan | Asshauer | 300 | 0 | Christopher | Dicks | 109 | 1115 |
| Elisabeth | Aufberg | 300 | 0 | Lucia | Dießel | 145 | 797 |
| Hendrik | Auf'mKolk | 69 | 1713 | Patrick | Dirksmeier | 75 | 1596 |
| Brigitte | Averdiek | 300 | 0 | Heidi | Dittrich | 156 | 690 |
| Andreas | Baggeroer | 247 | 197 | Peter | Dittrich | 194 | 426 |
| Antonio | Balbino | 147 | 757 | Beate | Dreseler | 300 | 0 |
| Stefan | Bales | 42 | 2170 | Michael | Drewes-Kuhlmann | 300 | 0 |
| Sophie | Bartsch | 244 | 205 | Werner | Driese | 269 | 127 |
| Stanislav | Bartusiak | 87 | 1311 | Britta | Drude | 182 | 500 |
| Heiko | Bastigkeit | 160 | 650 | Hildegard | Durynek | 300 | 0 |
| Bastian | Bathen | 125 | 922 | Nadine | Effner | 257 | 170 |
| Marion | Baumeister | 123 | 969 | Klaus | Ehling | 162 | 623 |
| Andreas | Baune | 199 | 415 | Tobias | Ehrich | 271 | 126 |
| Philipp | Beckmann | 5 | 3528 | Jenny | Engler | 195 | 425 |
| Michael | Beetz | 180 | 508 | Ruben | Enxing | 68 | 1732 |
| Anke | Beilharz-Wüster | 300 | 0 | Nicole | Essing | 55 | 1976 |
| Jari | Bender | 193 | 430 | Norbert | Fasel | 48 | 2063 |
| Thomas | Benighaus | 300 | 0 | Tim | Fasel | 13 | 3201 |
| Thomas | Bergmann | 225 | 283 | Maria | Feyerabend | 12 | 3289 |
| Heike | Berndt | 247 | 197 | Ewald | Fikus | 212 | 362 |
| Dr. Johannes | Bertling | 222 | 298 | Dr. Arne | Fischer | 22 | 2714 |
| Horst | Blotenberg | 257 | 170 | Sabine | Fischer | 189 | 454 |
| Sebastian | Blumentritt | 7 | 3508 | Hermann | Fliß | 89 | 1292 |
| Jürgen | Böhm | 279 | 100 | Ludger | Fliß | 151 | 731 |
| Nadine | Borgmeier | 187 | 480 | Micha Florian | Förderer | 132 | 891 |
| Paul | Boß | 300 | 0 | Ralf | Franke | 19 | 2862 |
| Florian | Braun | 30 | 2424 | Benedikt | Fricke | 239 | 211 |
| Ilona | Bredebusch | 175 | 541 | Julian | Fricke | 184 | 495 |
| Klaus | Brinker | 20 | 2817 | Thomas | Fricke | 32 | 2329 |
| Britta | Brouwer | 28 | 2481 | Werner | Fritsche | 197 | 421 |
| Philipp | Brouwer | 82 | 1418 | Christian | Gems | 94 | 1232 |
| Michael | Brüggershemke | 300 | 0 | Anne | Gerlach | 91 | 1274 |
| Klaus | Buchterkirche | 67 | 1738 | Marietta | Geske | 300 | 0 |
| Heinz | Bücker | 290 | 61 | Michael | Geske | 45 | 2113 |
| Klaus | Bühn | 58 | 1862 | Miles | Geske | 192 | 448 |
| Frank | Burghoff | 239 | 211 | Michael | Gesthuisen | 289 | 64 |
| Stephan | Burt | 157 | 665 | Udo | Goldberg | 136 | 863 |
| Elisabeth | Calluso | 247 | 197 | Rosa | Gomes | 56 | 1899 |
| Magdalena | Cantu | 86 | 1312 | Michael | Goschke | 299 | 8 |
| Thomas | Caruso | 171 | 574 | Sabine | Goschke | 300 | 0 |
| Mohamede | Chraibi | 282 | 91 | Markus | Graf | 264 | 156 |
| Stefan | Chrzanowski | 152 | 727 | Julia | Große Leusbrock | 126 | 921 |
| Nadine | Cimander | 217 | 324 | Susanne | Große Lutermann | 287 | 73 |
| Andreas | Clausing | 65 | 1763 | Magnus | Grüger | 110 | 1105 |
| Heiner | Cloppenburg | 262 | 159 | Ilse | Grühsinger | 300 | 0 |

| Vorname | Name | Platz | Punkte | Vorname | Name | Platz | Punkte |
|-----------|----------------|-------|--------|------------|-------------|-------|--------|
| Beate | Hagemann | 237 | 222 | Hildegard | Kerkhoff | 234 | 241 |
| Annegret | Hageneier | 300 | 0 | Christel | Kersebaum | 208 | 372 |
| Günter | Hahn | 259 | 168 | Bodo | Kienecker | 34 | 2293 |
| Stefan | Hahn | 168 | 595 | Silke | Kienecker | 153 | 715 |
| Laura | Hampel | 47 | 2080 | Jonas | Klein | 221 | 299 |
| Marco | Hampel | 213 | 342 | Sebastian | Klein | 137 | 862 |
| Gerburg | Hartmann | 300 | 0 | Thomas | Knollmeyer | 191 | 450 |
| Carolin | Hauck | 113 | 1052 | Sabine | Knothe | 46 | 2086 |
| Katharina | Hauertmann | 38 | 2205 | Fritz | Koch | 40 | 2189 |
| Kai-Simon | Havers | 222 | 298 | Heike | Koch | 104 | 1142 |
| Brigitte | Heckmann | 276 | 108 | Mathias | Koch | 80 | 1456 |
| Hermann | Hemsing | 120 | 1000 | Susanne | Koch | 159 | 656 |
| Maria | Hemsing | 148 | 749 | Kai-Uwe | Kock | 150 | 738 |
| Antonio | Henrique | 9 | 3323 | Ulrich | Kohaupt | 300 | 0 |
| Maren | Henry | 274 | 118 | Ute | König | 230 | 256 |
| Gregor | Hensen | 242 | 207 | Karsten | Kordes | 107 | 1136 |
| Christine | Herbert | 236 | 236 | Yvonne | Körner | 242 | 207 |
| Monika | Herding | 235 | 238 | Terk | Korte | 98 | 1177 |
| Barbara | Heuer | 108 | 1133 | Andreas | Kösters | 122 | 972 |
| Helga | Hillen | 85 | 1351 | Michael | Kösters | 291 | 59 |
| Manfred | Hoermann | 300 | 0 | Andreas | Krämer | 102 | 1145 |
| Sascha | Hoffmann | 165 | 614 | Frank | Krämer | 119 | 1001 |
| Werner | Hölscher | 155 | 694 | Joost | Krämer | 190 | 453 |
| Anne | Holtkötter | 3 | 3684 | Alida | Kranenburg | 300 | 0 |
| Michael | Holtkötter | 11 | 3293 | Michael | Krapp | 174 | 546 |
| Jutta | Homann | 198 | 420 | Markus | Kreickmann | 39 | 2194 |
| Dr. Sarah | Honemann | 81 | 1432 | Bernhard | Kreienbaum | 267 | 145 |
| Stephanie | Hoppe | 142 | 821 | Delia | Krell-Witte | 23 | 2710 |
| Peter | Horstmann | 260 | 163 | Rolf | Kückelmann | 231 | 251 |
| Heinz | Hoveling | 59 | 1849 | Carola | Kuhlmann | 265 | 149 |
| Lisa | Hülsmann | 214 | 335 | John | Kuhlmann | 2 | 3714 |
| Bernd | Huesker | 16 | 2932 | Mareike | Kusch | 215 | 333 |
| Stephan | Huesmann | 209 | 368 | Dieter | Lammers | 228 | 266 |
| Carsten | Ilgemann | 41 | 2175 | Marissa | Lammers | 246 | 198 |
| Cèline | Jocksch | 96 | 1231 | Stefan | Lammers | 130 | 912 |
| Wolfgang | Jonas | 300 | 0 | Henning | Lange | 220 | 308 |
| Peter | Kaiser | 199 | 415 | Mechthild | Lange | 284 | 82 |
| Ulrich | Kaiser | 92 | 1261 | Theo | Lange | 101 | 1155 |
| Heike | Kaiser-Blömker | 300 | 0 | Stefan | Langenbach | 33 | 2317 |
| Damian | Kaminski | 63 | 1833 | Jürgen | Lanwer | 273 | 119 |
| Parvin | Kamp | 245 | 204 | Hans-Peter | Leimbach | 271 | 126 |
| Mirko | Kandora | 226 | 272 | Imke | Leimbach | 233 | 244 |
| Martin | Kanne | 128 | 919 | Andreas | Leißing | 77 | 1495 |
| Jana | Kappenberg | 93 | 1259 | Robert | Lenger | 170 | 576 |
| André | Karneth | 141 | 833 | Dr. Peter | Leonard | 27 | 2490 |
| Michael | Kasprik | 49 | 2056 | Ulla | Leuer | 254 | 178 |
| Jörg | Keeren | 134 | 878 | Klaus | Lietzow | 300 | 0 |
| Dirk | Keggenhoff | 129 | 916 | Dieter | Linsky | 300 | 0 |
| Sina | Kerkering | 211 | 365 | Christel | Löchte | 262 | 159 |

| Vorname | Name | Platz | Punkte | Vorname | Name | Platz | Punkte |
|----------------|--------------------|-------|--------|--------------|-----------------|-------|--------|
| Hermann | Löchte | 296 | 29 | Fulvio | Quattrocchi | 111 | 1066 |
| Dominik | Löer | 250 | 193 | Ulrich | Radusch | 297 | 28 |
| Kerstin | Loeser | 138 | 847 | Vanessa | Radusch | 105 | 1140 |
| Silke | Lokenberg | 300 | 0 | Vera | Raidt | 279 | 100 |
| Julio | Lopes Gomes | 172 | 559 | Stefan | Ranneberg | 173 | 549 |
| Georg | Ludewig | 282 | 91 | Bärbel | Ratering-Slüter | 143 | 820 |
| Jurek | Lünenborg | 64 | 1800 | Andreas | Reckmann | 135 | 866 |
| Martin | Luig | 144 | 807 | Dr. Björn | Reiß | 31 | 2385 |
| Marcel | Machauer | 169 | 585 | Johanna | Rellensmann | 4 | 3671 |
| Michael | Machill | 90 | 1280 | Susanne | Rellensmann | 163 | 621 |
| Sebastian | Magga | 177 | 528 | Elisabeth | Revering | 294 | 41 |
| Guiseppe | Mariani | 256 | 171 | Heinz-Jürgen | Revering | 300 | 0 |
| Daniel | Mehring | 158 | 658 | Silke | Rieks | 204 | 392 |
| Dr. Corinna | Meiser | 53 | 1984 | Anke | Riepe | 300 | 0 |
| Gerhard | Menke | 52 | 1985 | Andre | Riesmeier | 100 | 1158 |
| Heinz | Merse | 293 | 54 | Barbara | Riesmeier | 36 | 2214 |
| Dr. Timo | Mersmann | 51 | 1989 | Take | Ringena | 218 | 316 |
| Hiltrud | Mertens | 166 | 609 | Yannick | Rinne | 44 | 2147 |
| Stephan | Meyer | 117 | 1041 | Rajmund | Rode | 185 | 488 |
| Marika | Meyer zu Brickwedc | 277 | 107 | Dieter | Rohloff | 285 | 81 |
| Stephanie | Michels | 29 | 2478 | Sue | Rossano Rivero | 74 | 1623 |
| Siegfried | Milden | 54 | 1982 | Marion | Rother | 76 | 1505 |
| David | Möller | 112 | 1064 | Juliana | Rotthauwe | 253 | 179 |
| Anke | Mösle | 62 | 1837 | Abdellah | Saadani | 87 | 1311 |
| Ulrich | Münten | 300 | 0 | Gottfried | Schäfers | 126 | 921 |
| Petra | Mulder-Seiger | 252 | 185 | Michael | Schardt | 106 | 1139 |
| Birgit | Nathaus | 166 | 609 | Michael | Scheel | 71 | 1698 |
| Matthias | Neufeld-Nollmann | 300 | 0 | Christel | Schewe | 275 | 114 |
| Klaus | Neufend | 229 | 259 | Andrea | Schiefel | 300 | 0 |
| Helmut | Neuhaus | 241 | 209 | Dr. Diana | Schilling | 164 | 619 |
| Birgit | Niesing | 260 | 163 | Uli | Schindler | 300 | 0 |
| Dr. Guntram | Ochs | 186 | 483 | Moritz | Schlenkhoff | 60 | 1846 |
| Christa | Papenkort | 288 | 67 | Dr. Dominik | Schmaltz | 216 | 326 |
| Sven | Penaat | 219 | 309 | Ralf | Schmeing | 72 | 1687 |
| Sandra | Peter | 94 | 1232 | Reinhard | Schmiing | 133 | 885 |
| Stefan | Petermann | 203 | 394 | Jürgen | Schmitz | 179 | 511 |
| Sirus | Pezeschgi | 18 | 2869 | Eva | Schönefeld | 24 | 2706 |
| Klaus | Pick | 66 | 1752 | David | Schönherr | 1 | 3931 |
| David | Pieper | 298 | 27 | Marco | Schräer | 79 | 1465 |
| Antje Katrin | Pöcheim | 188 | 466 | Christian | Schröder | 37 | 2206 |
| Andre | Poloczek | 21 | 2744 | Miriam | Schröder | 10 | 3320 |
| Ludger | Pösentrup | 61 | 1840 | Reinhard | Schröder | 8 | 3388 |
| Martina | Pösentrup | 266 | 146 | Mechthild | Schubert | 268 | 144 |
| Simon | Pösentrup | 83 | 1417 | Ralf | Schulze | 25 | 2610 |
| Martin | Pöttker | 84 | 1406 | Thorsten | Schulze | 181 | 507 |
| Dr. Karl Heinz | Prieß | 17 | 2901 | Annette | Schwarzkopf | 202 | 395 |
| Oliver | Prinz | 26 | 2554 | Ira | Schwefer | 14 | 3058 |
| Torolv | Prokosch | 116 | 1042 | Dirk | Schwienheer | 183 | 498 |
| Mario | Proske | 131 | 910 | Jürgen | Seidel | 146 | 787 |

| Vorname | Name | Platz | Punkte | Vorname | Name | Platz | Punkte |
|----------------|--------------|-------|--------|--------------|------------|-------|--------|
| Sandra | Sendker | 300 | 0 | Rainer | Wachsmann | 73 | 1635 |
| Christa | Sieme | 300 | 0 | Daniel | Wälte | 139 | 846 |
| Jürgen | Sieme | 300 | 0 | Klaus | Wandres | 255 | 175 |
| Ralf | Skubschewski | 57 | 1882 | Birgit | Weber | 292 | 57 |
| Uwe | Slüter | 269 | 127 | Jaques | Weber | 281 | 92 |
| Ana-Belkis | Soetebeer | 300 | 0 | Guido | Wecker | 227 | 270 |
| Andreas | Sontopski | 70 | 1702 | Andreas | Wegener | 195 | 425 |
| Gaby | Spatz | 300 | 0 | Stephan | Wegener | 300 | 0 |
| Niklas | Spilker | 300 | 0 | Ulrike | Wegener | 300 | 0 |
| Pantaleone | Squillace | 300 | 0 | Arne | Wehner | 238 | 220 |
| Holger | Stadthaus | 121 | 980 | Martin | Weissner | 115 | 1048 |
| Sybille | Stein | 35 | 2232 | Karl | Wendland | 300 | 0 |
| Dieter | Sternberg | 50 | 2010 | Georg | Wennekers | 300 | 0 |
| Jaqueline | Stumps | 300 | 0 | Georg | Wetterau | 300 | 0 |
| Julia | Suwelack | 124 | 929 | Karin | Wibker | 295 | 30 |
| Uschi | Sypiana | 251 | 191 | Anne | Wiedemann | 300 | 0 |
| Angelika | Syska | 206 | 389 | Dr. Wilfried | Wiedemann | 300 | 0 |
| Edith | Thier | 300 | 0 | Axel | Wiedenhues | 286 | 80 |
| Anne | Thonemann | 300 | 0 | Stephanie | Wieland | 161 | 630 |
| Wilhelm | Thonemann | 278 | 106 | Klaus | Wiemann | 300 | 0 |
| Marie-Anne | Thyron | 300 | 0 | Christoph | Wiesen | 97 | 1211 |
| Jutta | Tüllmann | 300 | 0 | Katrin | Wilkes | 154 | 695 |
| Thorsten | Ullrich | 201 | 409 | Kolja | Wilting | 118 | 1034 |
| Petra | Urbaniak | 300 | 0 | Lino | Witte | 140 | 845 |
| Marion | Urmelt | 224 | 295 | Yvonne | Wöhrmann | 300 | 0 |
| David | Veauthier | 207 | 387 | Clemens | Wolking | 43 | 2160 |
| Gregor | Veauthier | 113 | 1052 | Marc | Ziegler | 15 | 2960 |
| Uwe ter | Veen | 300 | 0 | Jutta | Zimmer | 210 | 366 |
| Markus van der | Velde | 6 | 3524 | Peter | Zimmer | 205 | 391 |
| Hinz | Völkert | 300 | 0 | Reinhard | Zumdick | 175 | 541 |
| Finni | Wachsmann | 232 | 247 | | | | |

Statistik der vergangenen Jahre

1997

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 3164 | 4000 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 6 |
| 2 | 2186 | 3525 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 3 | 2184 | 3373 | Thomas | Rundle | 1940 | 5 |
| 4 | 2514 | 3017 | Ruth | Lutz | 1953 | 6 |
| 5 | 2834 | 2976 | Ewald | Fikus | 1963 | 5 |
| 6 | 2522 | 2805 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 7 | 2221 | 2759 | Andreas | Nergenu | 1951 | 6 |
| 8 | 2323 | 2659 | Michael | Holtkötter | 1956 | 5 |
| 9 | 2137 | 2564 | Hans | Reimann | 1953 | 4 |
| 10 | 2420 | 2479 | Martin | Kanne | 1966 | 4 |

1998

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 3272 | 4138 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 2 | 2243 | 3616 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 3 | 2109 | 3401 | Peter | Samulski | 1938 | 6 |
| 4 | 2584 | 3101 | Ruth | Lutz | 1953 | 5 |
| 5 | 2670 | 2932 | Michael | Geske | 1959 | 5 |
| 6 | 2594 | 2886 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 7 | 1841 | 2844 | Thomas | Rundle | 1940 | 4 |
| 8 | 2708 | 2843 | Ewald | Fikus | 1963 | 5 |
| 9 | 2476 | 2834 | Michael | Holtkötter | 1956 | 6 |
| 10 | 2220 | 2757 | Andreas | Nergenu | 1951 | 6 |

1999

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2502 | 4214 | Peter | Samulski | 1938 | 5 |
| 2 | 3188 | 4184 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 3 | 2091 | 3522 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 4 | 2711 | 3199 | Rita | Lanwer | 1956 | 4 |
| 5 | 2435 | 3136 | Andreas | Nergenu | 1951 | 7 |
| 6 | 2888 | 3095 | Ewald | Fikus | 1963 | 5 |
| 7 | 2661 | 3045 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 8 | 2270 | 3037 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 9 | 2893 | 2893 | Matthias | Pröbsting | 1981 | 6 |
| 10 | 2157 | 2778 | Stanislav | Bartusiak | 1951 | 5 |

2000

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2944 | 3864 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 2 | 3200 | 3778 | Rita | Lanwer | 1956 | 5 |
| 3 | 2206 | 3408 | Bernhard | Kreienbaum | 1942 | 5 |
| 4 | 2936 | 3311 | Michael | Geske | 1959 | 5 |
| 5 | 1866 | 3143 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 6 |
| 6 | 2231 | 2985 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 7 | 2606 | 2982 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 8 | 2382 | 2959 | Ruth | Lutz | 1953 | 6 |
| 9 | 2192 | 2933 | Hannelore | Horst | 1949 | 4 |
| 10 | 2566 | 2855 | Eva | Kammer | 1960 | 5 |

2001

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2799 | 3819 | Hannelore | Horst | 1949 | 6 |
| 2 | 2729 | 3651 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 3 | 1923 | 3312 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 4 | 2688 | 3123 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 4 | 2289 | 3123 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 6 | 2597 | 3116 | Michael | Holtkötter | 1956 | 7 |
| 7 | 1948 | 3074 | Bernhard | Kreienbaum | 1942 | 5 |
| 8 | 2278 | 2990 | Andreas | Nergenu | 1951 | 7 |
| 9 | 2607 | 2942 | Eva | Kammer | 1960 | 5 |
| 10 | 2237 | 2828 | Hans | Reimann | 1953 | 4 |

2002

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2728 | 3721 | Hannelore | Horst | 1949 | 5 |
| 2 | 2983 | 3579 | Rita | Lanwer | 1956 | 6 |
| 3 | 2657 | 3555 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 4 | 1929 | 3322 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 5 | 2572 | 3252 | Hans | Reimann | 1953 | 5 |
| 6 | 1920 | 3029 | Bernhard | Kreienbaum | 1942 | 5 |
| 7 | 2604 | 3026 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 8 | 2393 | 2871 | Michael | Holtkötter | 1956 | 6 |
| 9 | 2686 | 2686 | Christian | Vogel | 1981 | 4 |
| 10 | 2135 | 2652 | Maria | Feyerabend | 1954 | 5 |

2003

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2649 | 3688 | Hannelore | Horst | 1949 | 5 |
| 2 | 2547 | 3476 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 5 |
| 3 | 2605 | 3354 | Hans | Reimann | 1953 | 5 |
| 4 | 3283 | 3283 | Christian | Vogel | 1981 | 5 |
| 5 | 2553 | 3116 | Michael | Holtkötter | 1956 | 7 |
| 6 | 2220 | 3091 | Bernd | Huesker | 1949 | 6 |
| 7 | 2995 | 2995 | Matthias | Pröbsting | 1981 | 4 |
| 8 | 2707 | 2971 | Ewald | Fikus | 1963 | 5 |
| 9 | 2947 | 2961 | Markus | Ischner | 1974 | 5 |
| 10 | 1679 | 2955 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |

2004

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2960 | 3676 | Rita | Lanwer | 1956 | 5 |
| 2 | 2307 | 3277 | Bernd | Huesker | 1949 | 6 |
| 3 | 1748 | 3146 | Gottfried | Schäfers | 1938 | 5 |
| 4 | 2266 | 3092 | Stanislav | Bartusiak | 1951 | 6 |
| 5 | 2558 | 3071 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 6 | 2377 | 2952 | Michael | Holtkötter | 1956 | 6 |
| 7 | 2027 | 2822 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 4 |
| 8 | 2516 | 2799 | Ewald | Fikus | 1963 | 5 |
| 9 | 1662 | 2739 | Bernhard | Kreienbaum | 1942 | 5 |
| 10 | 2366 | 2632 | Gregor | Veauthier | 1963 | 5 |

2005

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|------------|----------|--------|
| 1 | 2291 | 3323 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 2 | 2322 | 3299 | Brigitte | Ziegler | 1950 | 6 |
| 3 | 2380 | 3184 | Hans | Reimann | 1953 | 5 |
| 4 | 2500 | 3160 | Michael | Holtkötter | 1956 | 7 |
| 5 | 2182 | 3036 | Stanislav | Bartusiak | 1951 | 6 |
| 6 | 2451 | 2991 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 7 | 2874 | 2990 | Benoit | Varlet | 1970 | 4 |
| 8 | 2712 | 2978 | Detlev | Bruns | 1965 | 5 |
| 9 | 2591 | 2922 | Gregor | Veauthier | 1963 | 5 |
| 10 | 2466 | 2911 | Andreas | Clausing | 1960 | 6 |

2006

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|---------|------------|----------|--------|
| 1 | 2944 | 3594 | Michael | Hohenhorst | 1959 | 5 |
| 2 | 2519 | 3437 | Hans | Reimann | 1953 | 5 |
| 3 | 3077 | 3423 | Detlev | Bruns | 1965 | 5 |
| 4 | 2221 | 3288 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 5 | 2352 | 3146 | Maria | Feyerabend | 1954 | 7 |
| 6 | 2430 | 3130 | Michael | Holtkötter | 1956 | 8 |
| 7 | 2718 | 3111 | Gregor | Veauthier | 1963 | 7 |
| 8 | 2503 | 3109 | Anne | Holtkötter | 1958 | 8 |
| 9 | 2398 | 3089 | Rita | Lanwer | 1956 | 5 |
| 10 | 2888 | 3031 | Benoit | Varlet | 1970 | 4 |

2007

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|---------|---------------|----------|--------|
| 1 | 3232 | 3646 | Detlev | Bruns | 1965 | 5 |
| 2 | 2922 | 3629 | Michael | Hohenhorst | 1959 | 5 |
| 3 | 2675 | 3382 | Anne | Holtkötter | 1958 | 8 |
| 4 | 2219 | 3356 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 5 | 2422 | 3304 | Maria | Feyerabend | 1954 | 6 |
| 6 | 2480 | 3255 | Michael | Holtkötter | 1956 | 7 |
| 7 | 2249 | 3130 | Hans | Reimann | 1953 | 6 |
| 8 | 2673 | 3105 | Gregor | Veauthier | 1963 | 7 |
| 9 | 2731 | 3081 | Markus | van der Velde | 1965 | 7 |
| 10 | 3011 | 3016 | Daniela | Lembeck | 1979 | 5 |

2008

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|----------|---------------|----------|--------|
| 1 | 3395 | 3639 | Benoît | Varlet | 1970 | 6 |
| 2 | 3601 | 3616 | Steffen | Schnieders | 1979 | 5 |
| 3 | 2446 | 3546 | Reinhard | Schröder | 1952 | 5 |
| 4 | 3269 | 3374 | Markus | Ischner | 1974 | 5 |
| 5 | 2667 | 3373 | Michael | Hohenhorst | 1959 | 5 |
| 6 | 2592 | 3338 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 7 | 2904 | 3324 | Markus | van der Velde | 1965 | 5 |
| 8 | 2375 | 3306 | Maria | Feyerabend | 1954 | 6 |
| 9 | 3185 | 3243 | Björn | Dr. Reiß | 1976 | 5 |
| 10 | 2067 | 3193 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |

2009

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|----------|---------------|----------|--------|
| 1 | 2640 | 3908 | Reinhard | Schröder | 1952 | 5 |
| 2 | 3063 | 3559 | Markus | van der Velde | 1965 | 7 |
| 3 | 2218 | 3500 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 4 | 3268 | 3268 | Michael | Beetz | 1992 | 5 |
| 5 | 2459 | 3226 | Anne | Holtkötter | 1958 | 6 |
| 6 | 2255 | 3203 | Maria | Feyerabend | 1954 | 6 |
| 7 | 3071 | 3146 | Björn | Dr. Reiß | 1976 | 5 |
| 8 | 2326 | 3053 | Antonio | Henrique | 1958 | 6 |
| 9 | 3005 | 3042 | Jana | Kappenberg | 1978 | 5 |
| 10 | 2200 | 3002 | Michael | Holtkötter | 1956 | 7 |

2010

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|----------|---------------|----------|--------|
| 1 | 3725 | 3772 | Steffen | Schnieders | 1979 | 5 |
| 2 | 3514 | 3577 | Jana | Kappenberg | 1978 | 6 |
| 3 | 3022 | 3568 | Markus | van der Velde | 1965 | 5 |
| 4 | 2195 | 3539 | Bernd | Huesker | 1949 | 5 |
| 5 | 2371 | 3438 | Maria | Feyerabend | 1954 | 6 |
| 6 | 2992 | 3374 | Michael | Scheel | 1968 | 6 |
| 7 | 2466 | 3299 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 8 | 2179 | 3294 | Reinhard | Schröder | 1952 | 4 |
| 9 | 3170 | 3271 | Björn | Reiß | 1976 | 5 |
| 10 | 2692 | 3230 | Peter | Leonard | 1964 | 5 |

2011

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|---------------|----------|--------|
| 1 | 2547 | 3934 | Reinhard | Schröder | 1952 | 5 |
| 2 | 3391 | 3677 | Stefan | Langenbach | 1972 | 5 |
| 3 | 3554 | 3642 | Jana | Kappenberg | 1978 | 5 |
| 4 | 2816 | 3379 | Markus | van der Velde | 1965 | 7 |
| 5 | 2019 | 3329 | Bernd | Huesker | 1949 | 6 |
| 6 | 2250 | 3197 | Michael | Holtkötter | 1956 | 5 |
| 7 | 2155 | 3191 | Maria | Feyerabend | 1954 | 5 |
| 8 | 2322 | 3168 | Anne | Holtkötter | 1958 | 5 |
| 9 | 3044 | 3166 | Dr. Björn | Reiß | 1976 | 5 |
| 10 | 2319 | 3164 | Antonio | Henrique | 1958 | 5 |

2012

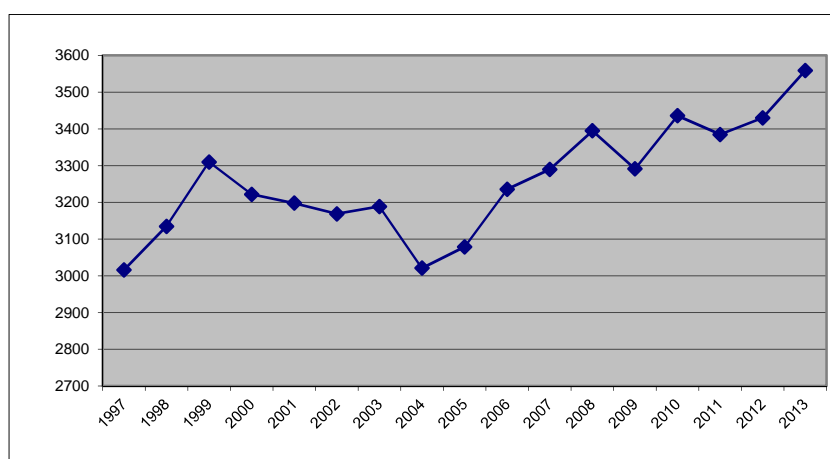
| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|---------|---------------|----------|--------|
| 1 | 3975 | 3993 | Pascal | Hille | 1983 | 5 |
| 2 | 3573 | 3573 | David | Schönherr | 1989 | 5 |
| 3 | 2804 | 3422 | Markus | van der Velde | 1965 | 7 |
| 4 | 2453 | 3415 | Anne | Holtkötter | 1958 | 7 |
| 5 | 2649 | 3412 | Ludger | Pösentrup | 1962 | 5 |
| 6 | 3259 | 3391 | Miriam | Schröder | 1977 | 5 |
| 7 | 3342 | 3342 | Johanna | Rellensmann | 1990 | 5 |
| 8 | 2162 | 3270 | Maria | Feyerabend | 1954 | 6 |
| 9 | 1933 | 3256 | Bernd | Huesker | 1949 | 6 |
| 10 | 2321 | 3230 | Antonio | Henrique | 1958 | 6 |

2013

| Rang | Punkte | AKP | Vorname | Name | Jahrgang | Anzahl |
|------|--------|------|-----------|---------------|----------|--------|
| 1 | 3931 | 3931 | David | Schönherr | 1989 | 6 |
| 2 | 3647 | 3714 | John | Kuhlmann | 1981 | 6 |
| 3 | 2593 | 3684 | Anne | Holtkötter | 1958 | 8 |
| 4 | 3666 | 3666 | Johanna | Rellensmann | 1990 | 5 |
| 5 | 3528 | 3528 | Philipp | Beckmann | 1989 | 5 |
| 6 | 2837 | 3524 | Markus | van der Velde | 1965 | 7 |
| 7 | 3447 | 3508 | Sebastian | Blumentritt | 1981 | 6 |
| 8 | 2101 | 3388 | Reinhard | Schröder | 1952 | 5 |
| 9 | 2339 | 3323 | Antonio | Henrique | 1958 | 5 |
| 10 | 3162 | 3320 | Miriam | Schröder | 1977 | 5 |

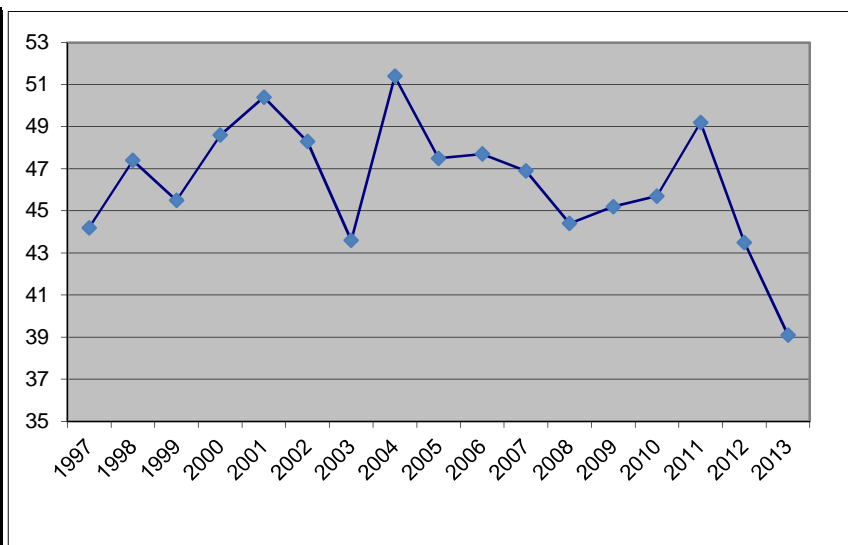
Punktedurchschnitt

| | |
|------|------|
| 1997 | 3016 |
| 1998 | 3135 |
| 1999 | 3310 |
| 2000 | 3222 |
| 2001 | 3198 |
| 2002 | 3169 |
| 2003 | 3189 |
| 2004 | 3021 |
| 2005 | 3079 |
| 2006 | 3236 |
| 2007 | 3290 |
| 2008 | 3395 |
| 2009 | 3291 |
| 2010 | 3436 |
| 2011 | 3385 |
| 2012 | 3430 |
| 2013 | 3559 |



Altersdurchschnitt der TopTen

| | |
|------|------|
| 1997 | 44,2 |
| 1998 | 47,4 |
| 1999 | 45,5 |
| 2000 | 48,6 |
| 2001 | 50,4 |
| 2002 | 48,3 |
| 2003 | 43,6 |
| 2004 | 51,4 |
| 2005 | 47,5 |
| 2006 | 47,7 |
| 2007 | 46,9 |
| 2008 | 44,4 |
| 2009 | 45,2 |
| 2010 | 45,7 |
| 2011 | 49,2 |
| 2012 | 43,5 |
| 2013 | 39,1 |



Top Ten-Platzierungen

| | Name | | Anzahl |
|-----|-----------|---------------|--------|
| 1. | Anne | Holtkötter | 16 |
| 2. | Bernd | Huesker | 13 |
| 3. | Michael | Holtkötter | 11 |
| 4. | Brigitte | Ziegler | 9 |
| 5. | Maria | Feyerabend | 8 |
| | Gottfried | Schäfers | 8 |
| 7. | Hans | Reimann | 7 |
| | Markus | van der Velde | 7 |
| 9. | Ewald | Fikus | 5 |
| | Rita | Lanwer | 5 |
| | Reinhard | Schröder | 5 |
| 12. | Antonio | Henrique | 4 |
| | Hannelore | Horst | 4 |
| | Bernhard | Kreienbaum | 4 |
| | Andreas | Nergenu | 4 |
| | Björn | Reiß | 4 |
| | Gregor | Veauthier | 4 |
| 18. | Stanislav | Bartusiak | 3 |
| | Detlev | Bruns | 3 |
| | Michael | Hohenhorst | 3 |
| | Jana | Kappenberg | 3 |
| | Ruth | Lutz | 3 |
| | Benoit | Varlet | 3 |

24. (2): Michael Geske, Markus Ischner, Eva Kammer, Matthias Pröbsting, Johanna Rellensmann, Thomas Rundle, Peter Samulski, Steffen Schnieders, David Schönherr, Miriam Schröder, Christian Vogel
35. (1): Philipp Beckmann, Michael Beetz, Sebastian Blumentritt, Pascal Hille, Andreas Clausing, Martin Kanne, John Kuhlmann, Daniela Lembeck, Stefan Langenbach, Peter Leonard, Ludger Pösentrup, Michael Scheel

Die Punktbesten - Gesamt

| | | | | | |
|-----|------|------|-----------|-----------|------|
| 1. | 2502 | 4214 | Peter | Samulski | 1999 |
| 2. | 3188 | 4184 | Brigitte | Ziegler | 1999 |
| 3. | 3272 | 4138 | Brigitte | Ziegler | 1998 |
| 4. | 3164 | 4000 | Brigitte | Ziegler | 1997 |
| 5. | 3975 | 3993 | Pascal | Hille | 2012 |
| 6. | 2547 | 3934 | Reinhard | Schröder | 2011 |
| 7. | 3931 | 3931 | David | Schönherr | 2013 |
| 8. | 2640 | 3908 | Reinhard | Schröder | 2009 |
| 9. | 2944 | 3864 | Brigitte | Ziegler | 2000 |
| 10. | 2799 | 3819 | Hannelore | Horst | 2001 |

| | | | | | |
|-----|------|------|---------|-------------|------|
| 1. | 3975 | 3993 | Pascal | Hille | 2012 |
| 2. | 3931 | 3931 | David | Schönherr | 2013 |
| 3. | 3725 | 3772 | Steffen | Schnieders | 2010 |
| 4. | 3666 | 3666 | Johanna | Rellensmann | 2013 |
| 5. | 3647 | 3714 | John | Kuhlmann | 2013 |
| 6. | 3601 | 3616 | Steffen | Schnieders | 2008 |
| 7. | 3573 | 3573 | David | Schönherr | 2012 |
| 8. | 3554 | 3642 | Jana | Kappenberg | 2011 |
| 9. | 3528 | 3528 | Philipp | Beckmann | 2013 |
| 10. | 3514 | 3577 | Jana | Kappenberg | 2010 |

Die Punktbesten - Einzeldisziplinen

| Disziplin | Jahr | Name | Zeit | Punkte | AK-Punkte |
|-----------|------|-------------------|----------|--------|-----------|
| 100 km | 1999 | Peter Samulski | 08:28:37 | 658 | 1061 |
| HM | 2012 | Pascal Hille | 01:08:20 | 902 | 906 |
| Marathon | 2010 | Reinhard Schröder | 02:53:54 | 593 | 897 |
| Marathon | 2011 | Reinhard Schröder | 02:55:24 | 580 | 896 |
| 100 km | 2001 | Hannelore Horst | 09:16:44 | 666 | 891 |
| Marathon | 2009 | Reinhard Schröder | 02:52:59 | 601 | 890 |
| Marathon | 1999 | Brigitte Ziegler | 02:58:43 | 702 | 888 |
| Marathon | 1998 | Brigitte Ziegler | 02:57:28 | 713 | 886 |
| Marathon | 2000 | Brigitte Ziegler | 03:00:58 | 681 | 877 |
| 1 km | 2005 | Christian Vogel | 02:32,82 | 877 | 877 |

| Disziplin | Jahr | Name | Zeit | Punkte | AK-Punkte |
|-----------|------|--------------------|----------|--------|-----------|
| HM | 2012 | Pascal Hille | 01:08:20 | 902 | 906 |
| 1 km | 2005 | Christian Vogel | 02:32,82 | 877 | 877 |
| 1 km | 2003 | Christian Vogel | 02:33,38 | 870 | 870 |
| 1 km | 2003 | Matthias Pröbsting | 02:34,00 | 862 | 862 |
| 800 m | 2010 | Noureddine Boulouh | 01:59,78 | 840 | 850 |
| Marathon | 2010 | Steffen Schnieders | 02:30:44 | 820 | 830 |
| 15 km | 2012 | Pascal Hille | 00:49:14 | 819 | 823 |
| Marathon | 2013 | David Schönherr | 02:31:16 | 814 | 814 |
| 10 km | 2012 | Pascal Hille | 00:32:08 | 810 | 814 |
| 15 km | 2013 | Patrick Dirksmeier | 00:49:29 | 810 | 814 |

| Pl. | Name | 97 | 98 | 99 | 00 | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 | 11 | 12 | 13 | Sum. |
|-----|---------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|
| 1 | Anne Holtkötter | 5 | 5 | 4 | 4 | 7 | 4 | | 6 | 5 | 3 | 8 | 5 | 6 | 4 | 3 | 7 | 8 | 84 |
| 2 | Brigitte Ziegler | 10 | 9 | 9 | 10 | 9 | 8 | 9 | 4 | 9 | | | | | | | | | 77 |
| | Bernd Huesker | | | 3 | 5 | 7 | | 5 | 9 | 10 | 7 | 7 | 1 | 8 | 7 | 6 | 2 | | 77 |
| 4 | Gottfried Schäfers | 9 | 9 | 8 | 6 | 8 | 7 | 1 | 8 | | | | | | | | | | 56 |
| 5 | Michael Holtkötter | 3 | 2 | | | 5 | 3 | 6 | 5 | 7 | 5 | 5 | | 1 | | 5 | | | 47 |
| 6 | Markus v. d. Velde | | | | | | | | | | | 2 | 4 | 9 | 8 | 7 | 8 | 5 | 43 |
| 7 | Hans Reimann | 2 | | | | 1 | 6 | 8 | | 8 | 9 | 4 | | | | | | | 38 |
| 8 | Rita Lanwer | | | 7 | 9 | | 9 | | 10 | | 2 | | | | | | | | 37 |
| 9 | Maria Feyerabend | | | | | | 1 | | | | 6 | 6 | 3 | 5 | 6 | 4 | 3 | | 34 |
| 10 | Reinhard Schröder | | | | | | | | | | | | 8 | 10 | 3 | 10 | | 3 | 34 |
| 11 | Hannelore Horst | | | | 2 | 10 | 10 | 10 | | | | | | | | | | | 32 |
| 12 | Mich. Hohenhorst | | | | | | | | | | 10 | 9 | 6 | | | | | | 25 |
| 13 | Detlev Bruns | | | | | | | | | 3 | 8 | 10 | | | | | | | 21 |
| 14 | Ewald Fikus | 6 | 3 | 5 | | | | 3 | 3 | | | | | | | | | | 20 |
| 15 | Bernh. Kreienbaum | | | | 8 | 4 | 5 | | 2 | | | | | | | | | | 19 |
| | Steffen Schnieders | | | | | | | | | | | | 9 | | 10 | | | | 19 |
| | Jana Kappenberg | | | | | | | | | | | | | 2 | 9 | 8 | | | 19 |
| | David Schönherr | | | | | | | | | | | | | | | | 9 | 10 | 19 |
| 19 | Peter Samulski | | 8 | 10 | | | | | | | | | | | | | | | 18 |
| 20 | Ruth Lutz | 7 | 7 | | 3 | | | | | | | | | | | | | | 17 |
| 21 | Benoit Varlet | | | | | | | | | 4 | 1 | | 10 | | | | | | 15 |
| 22 | Stanislav Bartusiak | | | 1 | | | | | 7 | 6 | | | | | | | | | 14 |
| | Andreas Nergenu | 4 | 1 | 6 | | 3 | | | | | | | | | | | | | 14 |
| 24 | Michael Geske | | 6 | | 7 | | | | | | | | | | | | | | 13 |
| | Thomas Rundle | 8 | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | 13 |
| 26 | Joh. Rellensmann | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | 7 | 11 |
| 27 | Gregor Veauthier | | | | | | | | 1 | 2 | 4 | 3 | | | | | | | 10 |
| | Björn Reiß | | | | | | | | | | | | 2 | 4 | 2 | 2 | | | 10 |
| | Pascal Hille | | | | | | | | | | | | | | | | 10 | | 10 |
| 30 | Stefan Langenbach | | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | 9 |
| | Christian Vogel | | | | | | 2 | 7 | | | | | | | | | | | 9 |
| | Markus Ischner | | | | | | | 2 | | | | | 7 | | | | | | 9 |
| | John Kuhlmann | | | | | | | | | | | | | | | | | 9 | 9 |
| 34 | Michael Beetz | | | | | | | | | | | | | 7 | | | | | 7 |
| | Antonio Henrique | | | | | | | | | | | | | 3 | | 1 | 1 | 2 | 7 |
| 36 | Ludger Pösentrup | | | | | | | | | | | | | | | | 6 | | 6 |
| | Matthias Pröbsting | | | | 2 | | | 4 | | | | | | | | | | | 6 |
| | Philipp Beckmann | | | | | | | | | | | | | | | | | 6 | 6 |
| | Miriam Schröder | | | | | | | | | | | | | | | | 5 | 1 | 6 |
| 40 | Michael Scheel | | | | | | | | | | | | | | 5 | | | | 5 |
| 41 | Sebast. Blumentritt | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | 4 |
| 42 | Eva Kammer | | | | 1 | 2 | | | | | | | | | | | | | 3 |
| 43 | Martin Kanne | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 |
| | Andreas Clausing | | | | | | | | | 1 | | | | | | | | | 1 |
| | Daniela Lembeck | | | | | | | | | | | 1 | | | | | | | 1 |
| | Peter Leonard | | | | | | | | | | | | | | 1 | | | | 1 |

Rosa Mota (* 29. Juni 1958 in Porto) ist eine ehemalige portugiesische Langstreckenläuferin und Olympiasiegerin.

Sie begann während ihrer Schulzeit, an Crossläufen teilzunehmen. 1980 traf sie Pedro Pedrosa jenen Mann, der bis zum Ende ihrer Sportkarriere ihr persönlicher Trainer war. Bei den Europameisterschaften 1982 in Athen fand zum ersten Mal bei internationalen Titelkämpfen ein Marathonlauf für Frauen statt. Es war auch Motas erster Marathonlauf überhaupt, bei dem sie die Favoritin Ingrid Kristiansen schlug. Ihren Titel konnte sie bei den Europameisterschaften 1986 in Stuttgart und bei den Europameisterschaften 1990 in Split verteidigen.



Bei den Olympischen Spielen 1984 in Los Angeles gewann sie die Bronzemedaille, ein Jahr später stellte sie beim Chicago-Marathon, den sie in den beiden Vorjahren gewonnen hatte, ihre Bestzeit von 2:23:29 auf, wurde allerdings nur Dritte hinter Joan Benoit und Ingrid Kristiansen.

Bei den Leichtathletik-Weltmeisterschaften 1987 gewann sie den Marathon mit sieben Minuten Abstand auf die Zweitplatzierte, und bei den Olympischen Spielen 1988 in Seoul krönte sie ihre Karriere mit der olympischen Goldmedaille.

Dreimal gewann sie den Boston-Marathon (1987, 1988 und 1990), einmal den Tokyo International Women's Marathon (1986), und 1991 gewann sie zum Abschluss ihrer leistungssportlichen Karriere den London-Marathon.

A nossa Rosinha („unsere kleine Rosa“), wie sie manchmal von ihren Landsleuten genannt wird) ist eine der bekanntesten portugiesischen Sportpersönlichkeiten überhaupt, neben Eusébio, Carlos Lopes und Luís Figo. Für ihre Weiterentwicklung von Langdistanz-Trainingsmethoden erhielt sie den Abebe-Bikila-Preis.

Vor den Olympischen Spielen 2004 in Athen trug sie ein Stück weit die Olympische Fackel. Rosa Mota engagiert sich für verschiedene wohltätige Organisationen und war Mitglied des portugiesischen Parlaments.

Quelle: Wikipedia.de

| | | | |
|----------------|------|-------------|------|
| Spiridon Louis | 2008 | Paavo Nurmi | 2009 |
| Emil Zatopek | 2010 | Grete Waitz | 2011 |
| Abebe Bikila | 2012 | | |

**Die Laufsportfreunde Münster
wünschen Euch
und Eurer Familie
ein entspanntes Weihnachtsfest,
einen fröhlichen Rutsch
ins nächste Jahr
und für das
neue Laufjahr 2014
gute Zeiten
und viel Spaß.**

