

Insellauf der AOK 2025

Ergebnisliste MW 11 km Lauf

Platz	Startnr.	Name	AK	Ort/ Verein	Zeit
11 km Lauf					
Männlich					
1.	460	Christian Feix	M40	Wismar	51:37
2.	466	Bjorn Bottger			55:29
3.	462	Steffen Kovács	M35	Wismar	55:37
4.	450	Björn Stiehler	MJ U20		57:08
5.	453	Hendrik Seidelmann	M50	Wismar	57:28
6.	440	Alexander Ternes	M45		58:01
7.	456	Kai Lepper	M50		58:55
8.	455	Holger Martin	M60		59:11
9.	464	Christoph Radder	M35	Wismar OT Redentin	1:00:28
10.	436	Frank Winter	M50	Wismar	1:02:07
11.	445	Andy Paetow	M40	Groß Strömkendorf	1:02:57
12.	449	Thomas Gies	M45	Wismar	1:03:07
13.	463	Sergiy Novokreshchenov	M55	Wismar	1:03:26
14.	458	Christoph Sachse	M35	Köthen	1:04:08
15.	438	Christian Arndt	M35	Grundshagen	1:05:55
16.	448	Sebastian Seemann	M40	Boiensdorf OT Stove	1:06:42
17.	454	Nico Rieken	M45	Teldau	1:09:31
18.	465	Martin Manzke	M45		1:12:56
19.	434	Lukas Raabe	M	Insel Poel	1:12:59
20.	461	Marcus Metzner	M45		1:14:29
21.	443	Dirk Raßler	M40	Esslingen	1:21:23
Weiblich					
1.	446	Uta Kummer	W55	Bremen	1:07:06
2.	459	Sara Tunesi	W40	Gruchet-le-Valasse	1:12:24
3.	451	Kerstin Helbig	W45		1:14:29
4.	437	Ulrike Pickert	W40	Lübeck	1:27:48

Anzahl Teilnehmer: 25