Jahresrückblick 2024



Jahresrückblick 2024

Die Daten für den sportlichen Jahresrückblick habe ich nach bestem Wissen und so sorgfältig wie möglich zusammengestellt.

Fehler kann ich aber nicht ausschließen.

Korrekturen sind möglich.

Jahresrückblick 2024

01. Wer läuft mit? Teilnehmerzahlen 2024

02. Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

03. Wer waren die Schnellsten?

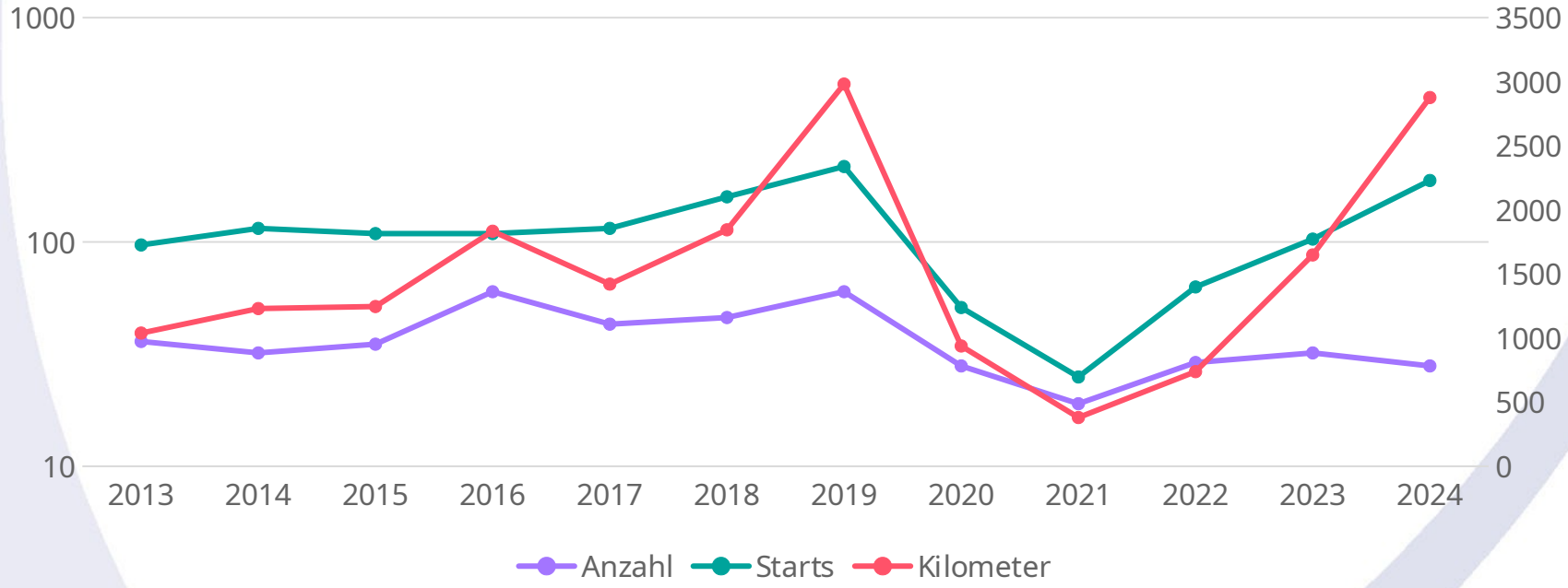
04. Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

05. FLVW Bestenliste & Rekorde

06. Vereinsrekorde & Bestenlisten – Die Spitzenleistungen!

Wer läuft mit? Teilnehmerzahlen 2024

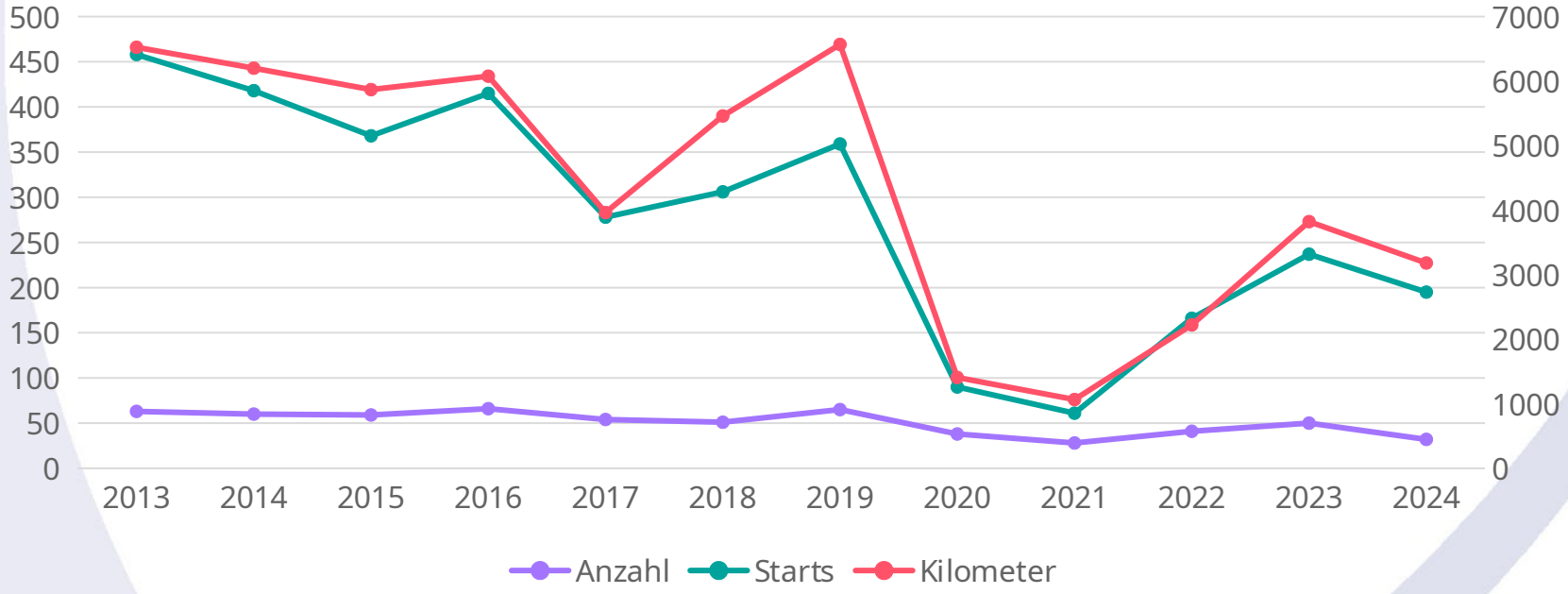
Bei Laufveranstaltungen am Start waren …
28 Frauen | 2.877 km | 188 Starts



Wer läuft mit? Teilnehmerzahlen 2024

Bei Laufveranstaltungen am Start waren …

32 Männer | 3.182 km | 195 Starts



Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Wer hat an den meisten Laufveranstaltungen teilgenommen,
wer hat die meisten Kilometer hinter sich gebracht?

Kombinationswertung

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Frauen: Anzahl

Platz		Starts	Punkte
1	**Lassahn, Manuela**	**14**	**10**
2	**Gillmann, Birte**	**13**	**9**
3	**Donkiewicz, Sabina**	**12**	**8**
3	**Krähling, Katharina**	**12**	**8**
3	**Vieregge, Rebecca**	**12**	**8**
6	Stura-Metzen, Monika	10	5
7	Bieletzki, Nadine	7	4
8	Homeyer, Giesela	6	3
8	Maletz, Manuela	6	3
10	Kneer, Jenny	5	1
10	Kopietz, Simone	5	1

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Frauen: Kilometer

Platz		km	Punkte
1	**Krähling, Katharina**	**291**	**10**
2	**Kneer, Jenny**	**276**	**9**
2	**Gillmann, Birte**	**276**	**9**
4	Lassahn, Manuela	253	7
5	Vieregge, Rebecca	197	6
6	Stura-Metzen, Monika	153	5
7	Donkiewicz, Sabina	134	4
8	Kopietz, Simone	98,3	3
9	Bieletzki, Nadine	86,5	2
10	Flanse, Joana	81,1	1

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Kombi-Wertung Frauen

Platz		Anzahl	km	Add.
1	**Gillmann, Birte**	**9**	**9**	**18**
1	**Krähling, Katharina**	**8**	**10**	**18**
3	**Lassahn, Manuela**	**10**	**7**	**17**
4	Vieregge, Rebecca	8	6	14
5	Donkiewicz, Sabina	8	4	12
6	Kneer, Jenny	1	9	10
6	Stura-Metzen, Monika	5	5	10
8	Bieletzki, Nadine	4	2	6
9	Kopietz, Simone	1	3	4
10	Homeyer, Giesela	3		3
10	Maletz, Manuela	3		3

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Männer: Anzahl

Platz		Starts	Punkte
1	**Willingmann, Todt**	**63**	**10**
2	**Behrend, Jonas**	**34**	**9**
3	**Struck, Jan-Philipp**	**14**	**8**
4	Werner, Daniel	12	7
5	Buchholz, Thorsten	10	6
6	Hanke, Ingo	8	5
6	Münstermann, Marcus	8	5
8	Bücker, Thorsten	7	3
9	Bücker, Heiko	5	2
10	Donkiewicz, Carsten	4	1

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Männer: Kilometer

Platz		km	Punkte
1	**Willingmann, Todt**	**706**	**10**
2	**Struck, Jan-Philipp**	**684**	**9**
3	**Werner, Daniel**	**440**	**8**
4	Behrend, Jonas	354	7
5	Buchholz, Thorsten	180	6
6	Münstermann, Marcus	129	5
7	Bücker, Thorsten	102	4
8	Hanke, Ingo	71,1	3
9	Donkiewicz, Carsten	62,2	2
10	Pinger, Thomas	57,2	1

Die meisten Läufe und Kilometer – Wer liegt vorne?

Kombi-Wertung Männer

Platz		Anzahl	km	Add.
1	**Willingmann, Todt**	**10**	**10**	**20**
2	**Struck, Jan-Philipp**	**8**	**9**	**17**
3	**Behrend, Jonas**	**9**	**7**	**16**
4	Werner, Daniel	7	8	15
5	Buchholz, Thorsten	6	6	12
6	Münstermann, Marcus	5	5	10
7	Hanke, Ingo	5	3	8
8	Bücker, Thorsten	3	4	7
9	Donkiewicz, Carsten	1	2	3
10	Bücker, Heiko	2		2

Wer waren die Schnellsten?

TOP Ten Wertung
der Frauen und Männer

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen – 5 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**25:37**	**Willingmann, Nele**	**5. Mai.**	**Hamm**	**10**
2	**27:25**	**Maletz, Manuela**	**11. Mai.**	**Hamm**	**9**
3	**29:40**	**Bartmann, Greta**	**5. Mai.**	**Hamm**	**8**
4	29:45	Bieletzki, Nadine	16. Nov.	Werl	7
5	32:55	Homeyer, Giesela	1. Mai.	Kamen	6
6	32:58	Sowade, Petra	1. Mai.	Kamen	5
7	35:17	Donkiewicz, Sabina	8. Jun.	Werne	4
8	37:02	Busch, Monika	11. Feb.	Hamm	3
9	42:12	Freitag, Karin	11. Mai.	Hamm	2

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen – 10 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**48:00**	**Zicholl, Zoe**	**1. Mai.**	**Kamen**	**10**
2	**49:29**	**Flanse, Joana**	**28. Jan.**	**Hamm**	**9**
3	**53:09**	**Lassahn, Manuela**	**11. Mai.**	**Hamm**	**8**
4	53:40	Maletz, Manuela	2. Nov.	Paderborn	7
5	54:52	Krähling, Katharina	28. Jan.	Hamm	6
6	1:02:16	Kopietz, Simone	5. Mai.	Hamm	5
7	1:02:17	Stura-Metzen, Monika	5. Mai.	Hamm	4
8	1:06:23	Vieregge, Rebecca	11. Mai.	Hamm	3
9	1:06:24	Gillmann, Birte	15. Sep.	Hamm	2
10	1:07:10	Homeyer, Gisela	28. Jan.	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen – 15 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:09:48**	**Voß, Julica**	**31. Dez.**	**Werl-Soest**	**10**
2	**1:25:21**	**Pinger, Sabine**	**31. Dez.**	**Werl-Soest**	**9**
3	**1:25:34**	**Lassahn, Manuela**	**31. Dez.**	**Hamm**	**8**
4	1:28:13	Kul, Ann-Kristin	31. Dez.	Werl-Soest	7
5	1:30:25	Krähling, Katharina	12. Feb.	Hamm	6
6	1:37:26	Voss, Carlotta	31. Dez.	Werl-Soest	5
7	1:39:29	Stura-Metzen, Monika	12. Feb.	Werl-Soest	4
8	1:40:19	Bieletzki, Nadine	31. Dez.	Werl-Soest	3
9	1:40:29	Vieregge, Rebecca	31. Dez.	Werl-Soest	2
10	1:42:17	Gillmann, Birte	31. Dez.	Werl-Soest	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen – Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:47:39**	**Kneer, Jenny**	**30. Aug.**	**Bochum**	**10**
2	**1:53:44**	**Flanse, Joana**	**25. Feb.**	**Hamm**	**9**
3	**1:55:15**	**Maletz, Manuela**	**5. Mai.**	**Hamm**	**8**
4	1:58:50	Lassahn, Manuela	5. Mai.	Hamm	7
5	2:08:47	Krähling, Katharina	25. Feb.	Hamm	6
6	2:28:02	Kopietz, Simone	31. Aug.	Warendorf	5
7	2:28:46	Stura-Metzen, Monika	31. Aug.	Warendorf	4
8	2:30:11	Gillmann, Birte	31. Aug.	Warendorf	3
9	2:32:45	Vieregge, Rebecca	31. Aug.	Warendorf	2
10	2:33:02	Homeyer, Gisela	25. Feb.	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen – Marathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**3:51:04**	**Kneer, Jenny**	**6. Okt.**	**Köln**	**10**
2	**4:19:29**	**Flanse, Joana**	**29. Sep.**	**Berlin**	**9**
3	**4:33:57**	**Pinger, Sabine**	**8. Sep.**	**Münster**	**8**
4	4:36:21	Lassahn, Manuela	29. Sep.	Berlin	7
5	5:17:18	Gillmann, Birte	29. Sep.	Berlin	6

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Frauen

Platz	Name	Jg.	Punkte	Platz 2023
1	**Lassahn, Manuela**	**1987**	**30**	**6**
2	**Flanse, Joana**	**2000**	**27**	**-**
3	**Maletz, Manuela**	**1964**	**24**	**1**
4	Kneer, Jenny	1984	20	-
5	Krähling, Katharina	1983	18	3
6	Pinger, Sabine	1971	17	-
7	Gillmann, Birte	1979	12	7
7	Stura-Metzen, Monika	1959	12	-
9	Bieletzki, Nadine	1984	10	-
9	Kopietz, Simone	1968	10	-
9	Voß, Julica	2003	10	9
9	Willingmann, Nele	2007	10	9

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer – 5 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**18:15**	**Behrend, Jonas**	**27. Okt.**	**Arnsberg**	**10**
2	**19:49**	**Hanke, Ingo**	**7. Dez.**	**Everswinkel**	**9**
3	**20:31**	**Willingmann, Todt G.**	**5. Mai.**	**Hamm**	**8**
4	22:58	Gutschow, Frank	5. Mai.	Hamm	7
5	26:14	Münstermann, Anton	15. Sep.	Hamm	6
6	26:27	Münstermann, Marcus	15. Sep.	Hamm	5
7	29:11	Buchholz, Thorsten	1. Mai.	Kamen	4
8	32:09	Lindner, Sven	5. Mai.	Hamm	3
9	32:35	Stöpel, Hartmut	2. Nov.	Ascheberg	2
10	34:22	Teumert, Walter	14. Jan.	Bönen	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer – 10 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**39:00**	**Willingmann, Todt G.**	**29. Sep.**	**Dortmund**	**10**
2	**39:10**	**Behrend, Jonas**	**27. Okt.**	**Arnsberg**	**9**
3	**39:52**	**Hanke, Ingo**	**28. Jan.**	**Hamm**	**8**
4	40:49	Struck, Jan-Philipp	28. Jan.	Hamm	7
5	49:56	Bücker, Thorsten	8. Dez.	Bergkamen	6
6	51:30	Schlockermann, Bernd	28. Jan.	Hamm	5
7	53:18	Bücker, Heiko	28. Jan.	Hamm	4
8	54:44	Werner, Daniel	28. Jan.	Hamm	3
9	58:26	Münstermann, Markus	28. Jan.	Hamm	2
10	59:01	Buchholz, Thorsten	28. Jan.	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer – 15 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:00:00**	**Kul, Thomas**	**31. Dez.**	**Werl-Soest**	**10**
2	**1:00:10**	**Behrend, Jonas**	**31. Dez.**	**Werl-Soest**	**9**
3	**1:00:28**	**Hanke, Ingo**	**11. Feb.**	**Hamm**	**8**
4	1:02:32	Struck, Jan-Philipp	11. Feb.	Hamm	7
5	1:05:10	Willingmann, Todt G.	11. Feb.	Hamm	6
6	1:08:56	Bücker, Thorsten	11. Feb.	Hamm	5
7	1:18:42	Brodowski, Dieter	11. Feb.	Hamm	4
8	1:19:28	Donkiewicz, Carsten	11. Feb.	Hamm	3
9	1:19:36	Schlockermann, Bernd	11. Feb.	Hamm	2
10	1:24:30	Bücker, Heiko	11. Feb.	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer – Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:26:59**	**Hanke, Ingo**	**25. Feb.**	**Hamm**	**10**
2	**1:28:55**	**Struck, Jan-Philipp**	**25. Feb.**	**Hamm**	**9**
3	**1:31:00**	**Willingmann, Todt G.**	**27. Okt.**	**Düsseldorf**	**8**
4	1:35:40	Behrend, Jonas	25. Feb.	Hamm	7
5	1:35:57	Bücker, Thorsten	25. Feb.	Hamm	6
6	1:40:23	Voss, Marcus	6. Okt.	Köln	5
7	1:53:48	Brodowski, Dieter	25. Feb.	Hamm	4
8	1:55:31	Bartmann, Ralf	30. Aug.	Bochum	3
9	2:03:49	Donkiewicz, Carsten	25. Feb.	Hamm	2
10	2:05:24	Flory, Stefan	5. Mai.	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer – Marathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	3:56:25	Willingmann, Todt G.	13. Okt.	Bodensee	10
2	4:33:57	Pinger, Thomas	8. Sep.	Münster	9
3	5:43:41	Münstermann, Marcus	8. Sep.	Münster	8

Wer waren die Schnellsten?

Top Ten Männer

Platz	Name	Jg.	Punkte	Platz 2023
1	**Willingmann, Todt G.**	**1965**	**42**	**3**
2	**Behrend, Jonas**	**2004**	**35**	**2**
3	**Hanke, Ingo**	**1974**	**35**	**1**
4	Struck, Jan-Philipp	1992	23	9
5	Bücker, Thorsten	1969	17	5
6	Münstermann, Marcus	1974	15	7
7	Kul, Thomas	1980	10	4
8	Pinger, Thomas	1967	9	-
9	Brodowski, Dieter	1963	8	-
10	Gutschow, Frank	1963	7	-

Erststarts für die Lauffreunde 2024

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit
Korrekturen bitte an
berichte@lauffreundeboenen.de

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Erststarts: 5 km, 10 km, 15 km, Halbmarathon und Marathon

Name	Jg.	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Bieletzki, Nadine	1984	15 km	1:40:19	31. Dez.	Werl-Soest
Bieletzki, Nadine	1984	Halbmarathon	2:33:27	3. Okt.	Dortmund
Busch, Monika	1965	5 km	37:02	11. Feb.	Hamm
Flanse, Joana	2000	10 km	49:29	28. Jan.	Hamm
Flanse, Joana	2000	Halbmarathon	1:53:44	25. Feb.	Hamm
Flanse, Joana	2000	Marathon	4:19:29	29. Sep.	Berlin
Kneer, Jenny	1984	Halbmarathon	1:47:39	30. Aug.	Bochum
Kneer, Jenny	1984	Marathon	3:51:04	6. Okt.	Köln
Kopietz, Andreas	1972	Halbmarathon	4:01:10	15. Jun.	AHRathon
Lindner, Sven	1971	5 km	32:09	5. Mai.	Hamm
Lindner, Sven	1971	Halbmarathon	2:20:45	6. Okt.	Köln
Pinger, Sabine	1971	15 km	1:25:21	31. Dez.	Werl-Soest
Pinger, Sabine	1971	Marathon	4:33:57	8. Sep.	Münster
Pinger, Thomas	1967	15 km	1:25:22	31. Dez.	Werl-Soest
Pinger, Thomas	1967	Marathon	4:33:57	8. Sep.	Münster
Sowade, Petra	1959	5 km	32:58	1. Mai.	Kamen
Teumert, Walter	1952	5 km	34:22	14. Jan.	Bönen
Truchel, Holger	1972	10 km	1:04:40	1. Mai.	Kamen
Voss, Carlotta	2000	15 km	1:37:26	31. Dez.	Werl-Soest
Voß, Gabi	1956	15 km	2:15:57	31. Dez.	Werl-Soest

Persönliche Bestzeiten 2024

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit
Korrekturen bitte an
berichte@lauffreundeboenen.de

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Persönliche Bestzeiten: 5 km, 10 km, 15 km, Halbmarathon und Marathon

Name	Jg.	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Bednarz, Andrea	1968	15 km	2:11:12	31. Dez.	Werl-Soest
Behrend, Jonas	2004	5 km	18:15	27. Okt.	Arnsberg
Behrend, Jonas	2004	10 km	39:10	27. Okt.	Arnsberg
Behrend, Jonas	2004	15 km	1:00:10	31. Dez.	Werl-Soest
Behrend, Jonas	2004	Halbmarathon	1:35:40	25. Feb.	Hamm
Bieletzki, Nadine	1984	5 km	29:45	16. Nov.	Werl
Donkiewicz, Sabina	1972	10 km	1:08:17	5. Mai.	Hamm
Kul, Thomas	1980	15 km	1:00:00	31. Dez.	Werl-Soest
Lassahn Manuela	1987	10 km	53:09	11. Mai.	Hamm
Lassahn Manuela	1987	Halbmarathon	1:58:50	5. Mai.	Hamm
Lassahn, Manuela	1987	Marathon	4:36:21	29. Sep.	Berlin
Münstermann, Anton	2014	5 km	26.14	15. Sep.	Hamm
Sowade, Petra	1959	15 km	1:49:23	11. Feb.	Hamm
Struck, Jan-Philipp	1992	10 km	40:49	28. Jan.	Hamm
Struck, Jan-Philipp	1992	15 km	1:02:32	11. Feb.	Hamm
Vieregge, Rebecca	1985	15 km	1:40:29	31. Dez.	Werl-Soest
Willingmann, Todt G.	1965	10 km	39:00	29. Sep.	Dortmund
Zicholl, Zoe	2000	10 km	48:00	1. Mai.	Kamen

Ultraleistungen 2024

Ultra = alles über die Marathondistanz hinaus

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit
Korrekturen bitte an
berichte@lauffreundeboenen.de

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Ultraleistungen 2024

Name	Jg.	Distanz	Datum	Ort	
6-Stunden-Lauf					
Kneer, Jenny	1984	46,72 km	9. Jun.	Unna	Erststart
Krähling, Katharina	1983	42,83 km	9. Jun.	Unna	
12-Stunden-Lauf					
Buchholz, Thorsten	1981	42,83 km	9. Jun.	Unna	Erststart
48-Stunden-Lauf					
Struck, Jan-Philipp	1992	134,345 km	9. Jun	Unna	

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Ultraleistungen 2024

Name	Jg.	Distanz	Zeit	Datum	Ort
Werner, Daniel	1973	100 km	16:47:41	19. Mai.	TorTour
Werner, Daniel	1973	73,9 km	11:15:24	25. Mai.	Rennsteig
Werner, Daniel	1973	70 km	12:00:00	29. Mrz.	Attendorn
Werner, Daniel	1973	50 km	7:30:00	21. Mrz.	Hagen
Struck, Jan-Philipp	1992	161 km	23:40:32	17. Aug.	Berlin
Struck, Jan-Philipp	1992	63,3 km	6:29:00	13. Apr.	Osnabrück
Krähling Katharina	1983	65 km	11:40:40	25. Mai.	Rennsteig
Kneer, Jenny	1984	73,9 km	10:21:52	25. Mai.	Rennsteig
Kneer, Jenny	1984	50 km	7:30:00	21. Mrz.	Hagen
Flanse, Joana	2000	50 km	7:30:00	21. Mrz.	Hagen

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024

Frauen | 188 Starts

23x Platz 1

12x Platz 2

9x Platz 3

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Frauen

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Busch, Monika	W55	3	5 km	00:37:02	11. Feb.	Hamm
Gillmann, Birte	W45	3	10 km	01:06:32	11. Mai.	Hamm
Kopietz, Simone	W50	3	Halbmarathon	03:00:18	15. Jun.	AHRathon
Krähling, Katharina	W40	3	8 km	00:57:16	21. Jan.	Welver
Lassahn, Manuela	W35	3	10 km	00:55:07	1. Mai.	Kamen
Maletz Manuela	W60	3	5 km	00:27:25	11. Mai.	Hamm
Stura-Metzen, Monika	W65	3	Halbmarathon	02:44:19	9. Jun.	Hagen
Stura-Metzen, Monika	W65	3	25 km	03:07:08	10. Nov.	Bottrop
Vieregge, Rebecca	W35	3	10 km	01:06:24	15. Sep.	Hamm

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Frauen

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Bieletzki, Nadine	W40	2	5 km	00:33:35	1. Mai.	Kamen
Bieletzki, Nadine	W40	2	5 km	00:29:45	16. Nov.	Werl
Gillmann, Birte	W45	2	Marathon	07:03:38	25. Mai.	Bödefeld
Kopietz, Simone	W50	2	Halbmarathon	02:28:02	31. Aug.	Warendorf
Krähling, Katharina	W40	2	Halbmarathon	02:15:15	1. Mai.	Kamen
Lassahn, Manuela	W35	2	10 km	00:57:07	15. Sep.	Hamm
Maletz, Manuela	W60	2	10 km	00:55:23	1. Mai.	Kamen
Sowade, Petra	W65	2	5 km	00:33:37	11. Mai.	Hamm
Stura-Metzen, Monika	W65	2	10 km	01:02:17	5. Mai.	Hamm
Stura-Metzen, Monika	W65	2	10 km	01:06:54	1. Dez.	Münster
Willingmann Nele	WJ U18	2	5 km	00:25:37	5. Mai.	Hamm

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Frauen

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Bieletzki, Matilda	WJ U10	1	2 km	00:09:04	14. Jan.	Bönen
Flechsig, Gaby	W65	1	6 km	00:51:06	21. Mrz.	Hamm
Gillmann, Birte	W45	1	10 km	01:06:34	31. Okt.	Duisburg
Homeyer, Gisela	W75	1	5 km	00:32:55	1. Mai.	Kamen
Homeyer, Gisela	W75	1	5 km	00:33:17	11. Mai.	Hamm
Homeyer, Gisela	W75	1	10 km	01:07:10	28. Jan.	Hamm
Homeyer, Gisela	W75	1	15 km	01:43:52	11. Feb.	Hamm
Homeyer, Gisela	W75	1	Halbmarathon	02:33:02	25. Feb.	Hamm
Homeyer, Gisela	W75	1	15 km	01:48:30	31. Dez.	Werl-Soest
Lassahn Manuela	W35	1	10 km	00:53:09	11. Mai.	Hamm
Lassahn, Manuela	W35	1	6 km	00:29:37	21. Mrz.	Hamm
Maletz Manuela	W60	1	Halbmarathon	01:55:15	5. Mai.	Hamm
Maletz, Manuela	W60	1	10 km	00:57:35	6. Sep.	Höing
Maletz, Manuela	W60	1	10 km	00:55:18	15. Sep.	Hamm
Maletz, Manuela	W60	1	10 km	00:53:40	2. Nov.	Paderborn
Sowade, Petra	W65	1	5 km	00:32:58	1. Mai.	Kamen
Stura-Metzen, Monika	W65	1	10 km	01:08:04	1. Mai.	Kamen
Stura-Metzen, Monika	W65	1	Halbmarathon	03:00:18	15. Jun.	AHRathon
Stura-Metzen, Monika	W65	1	Halbmarathon	02:28:46	31. Aug.	Warendorf
Stura-Metzen, Monika	W65	1	10 km	01:03:50	15. Sep.	Hamm
Stura-Metzen, Monika	W65	1	10 km	01:06:34	31. Okt.	Duisburg

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024

Männern | 195 Starts

34x Platz 1

32x Platz 2

14x Platz 3

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Männer

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Bieletzki, Jakob	MJ U12	3	2 km	00:10:26	14. Jan.	Bönen
Hanke, Ingo	M50	3	10 km	00:40:30	13. Sep.	Lüdinghausen
Meier, Markus	M55	3	Halbmarathon	02:53:07	15. Jun.	AHRathon
Münstermann, Anton	MJ U12	3	5 km	00:26.14	15. Sep.	Hamm
Münstermann, Marcus	M50	3	5 km	00:26:27	15. Sep.	Hamm
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:42:41	14. Jan.	Bönen
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:42:28	14. Apr.	Meschede
Willingmann, Todt G.	M55	3	11 km	00:58:39	3. Jun.	Lennestadt
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:43:20	10. Aug.	Ostbevern
Willingmann, Todt G.	M55	3	26,5 km	02:13:53	17. Aug.	Menden
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:42:19	8. Sep.	Hattingen
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:42:10	6. Okt.	Soest
Willingmann, Todt G.	M55	3	5 km	00:20:51	2. Nov.	Ascheberg
Willingmann, Todt G.	M55	3	10 km	00:43:10	7. Dez.	Everswinkel

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Männer

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Behrend, Jonas	M	2	19,5 km	01:38:48	7. Jan.	Dortmund
Behrend, Jonas	M	2	6 km	00:22:55	21. Mrz.	Hamm
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:42:17	14. Apr.	Meschede
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:46:16	9. Mai.	Allendorf
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:42:01	13. Jun.	Selm
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:41:15	8. Sep.	Hattingen
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:41:04	29. Sep.	Bestwig
Behrend, Jonas	M	2	10 km	00:40:14	6. Okt.	Soest
Behrend, Jonas	M	2	5 km	00:19:17	2. Nov.	Ascheberg
Behrend, Jonas	M	2	5 km	00:18:51	16. Nov.	Werl
Gutschow Frank	M60	2	5 km	00:22:58	5. Mai.	Hamm
Hanke, Ingo	M50	2	15 km	01:00:28	11. Feb.	Hamm
Hanke, Ingo	M50	2	Halbmarathon	01:26:59	25. Feb.	Hamm
Hanke, Ingo	M50	2	5 km	00:20:19	1. Mai.	Kamen
Stöpel, Hartmut	M70	2	5 km	00:34:01	15. Sep.	Hamm
Willingmann, Todt G.	M55	2	19,5 km	01:27:46	7. Jan.	Dortmund
Willingmann, Todt G.	M55	2	8,4 km	00:40:20	10. Mrz.	Meschede
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:41:50	17. Mrz.	Dortmund
Willingmann, Todt G.	M55	2	5,5 km	00:22:47	7. Jun.	Schwerte
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:48:34	9. Jun.	Hagen
Willingmann, Todt G.	M55	2	5 km	00:20:34	23. Jun.	Gelsenkirchen
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:42:46	29. Aug.	Beckum
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:42:29	31. Aug.	Warendorf
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:41:57	14. Sep.	Essen
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:39:00	29. Sep.	Dortmund
Willingmann, Todt G.	M55	2	8,2 km	00:36:51	19. Okt.	Endingen
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:42:05	31. Okt.	Duisburg
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:43:11	1. Dez.	Münster
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:45:20	8. Dez.	Bergkamen
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:41:41	15. Dez.	Hamm
Willingmann, Todt G.	M55	2	10 km	00:42:34	23. Aug.	Einen

Bestzeiten, Erfolge & Neueinsteiger im Fokus!

Top3 AK-Platzierungen 2024 - Männer

Name	AK	Platz	Wettbewerb	Zeit	Datum	Ort
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:42:14	14. Jan.	Bönen
Behrend, Jonas	M	1	8,4 km	00:40:04	10. Mrz.	Meschede
Behrend, Jonas	M	1	4,45 km	00:17:29	28. Apr.	Nehmeim
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:41:42	24. Mai.	Lippstadt
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:44:34	16. Jun.	Velbert
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:41:47	24. Aug.	Essen
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:40:47	15. Sep.	Hamm
Behrend, Jonas	M	1	5 km	00:18:15	27. Okt.	Arnsberg
Behrend, Jonas	M	1	10 km	00:39:35	31. Okt.	Duisburg
Behrend, Jonas	M	1	2,8 km	00:10:18	2. Nov.	Ascheberg
Behrend, Jonas	M	1	15 km	01:04:23	22. Sep.	Möhnesee
Flechsig, Jürgen	M65	1	6 km	00:50:12	21. Mrz.	Hamm
Freitag, Dieter	M70	1	15 km	01:57:14	31. Dez.	Werl-Soest
Gutschow, Frank	M60	1	6 km	00:27:08	21. Mrz.	Hamm
Hanke, Ingo	M50	1	5 km	00:20:07	25. Mai.	Wälster
Struck, Jan-Philipp	M30	1	13 km	01:09:28	21. Jan.	Welver
Teumert, Walter	M70	1	5 km	00:34:22	14. Jan.	Bönen
Willingmann, Todt G.	M55	1	6 km	00:23:30	21. Mrz.	Hamm
Willingmann, Todt G.	M55	1	5 km	00:20:53	14. Apr.	Meschede
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:41:48	24. Mai.	Lippstadt
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:43:18	8. Jun.	Werne
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:42:37	13. Jun.	Selm
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:46:02	15. Jun.	Osnabrück
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:45:00	16. Jun.	Velbert
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:41:55	24. Aug.	Essen
Willingmann, Todt G.	M55	1	Halbmarathon	01:33:37	30. Aug.	Bochum
Willingmann, Todt G.	M55	1	10,1 km	00:43:27	7. Sep.	Rheda-Wiedenbrück
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:42:06	15. Sep.	Hamm
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:42:03	21. Sep.	Nottuln
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:42:05	28. Sep.	Telgte
Willingmann, Todt G.	M55	1	2,8 km	00:11:34	2. Nov.	Ascheberg
Willingmann, Todt G.	M55	1	10 km	00:42:49	8. Nov.	Paderborn

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Bestenliste 2024
Kreis 32 Unna/Hamm

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Bestenliste 2024 - Kreis 32 Unna/Hamm

WJ U18

5km

2.	25:37	Willingmann, Nele	2007	Lauffreunde Bönen	2024-05-05	Hamm

F

10km

2.	48:00	Zicholl, Zoe	2000	Lauffreunde Bönen	2024-05-01	Kamen
3.	49:29	Flanse, Joana	2000	Lauffreunde Bönen	2024-01-28	Hamm

W35

10km

3.	55:07	Lassahn, Manuela	1987	Lauffreunde Bönen	2024-05-01	Kamen

15km

1.	1:25:34	Lassahn, Manuela	1987	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm
2.	1:42:41	Vieregge, Rebecca	1985	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

W40

15km

3.	1:30:25	Krähling, Katharina	1983	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

W50

5km

2.	35:17	Donkiewicz, Sabina	1972	Lauffreunde Bönen	2024-06-08	Werne

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Bestenliste 2024 - Kreis 32 Unna/Hamm

W60

10km

3.	55:18	Maletz, Manuela	1964	Lauffreunde Bönen	2024-09-15	Hamm

W65

5km

2.	32:58	Sowade, Petra	1959	Lauffreunde Bönen	2024-05-01	Kamen

10km

2.	1:02:17	Stura-Metzen, Monika	1959	Lauffreunde Bönen	2024-05-05	Hamm

15km

2.	1:49:23	Sowade, Petra	1959	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

W75

5km

1.	32:55	Homeyer, Giesela	1949	Lauffreunde Bönen	2024-05-01	Kamen

10km

1.	1:07:10	Homeyer, Giesela	1949	Lauffreunde Bönen	2024-01-08	Hamm

15km

1.	1:43:52	Homeyer, Giesela	1949	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Bestenliste 2024 - Kreis 32 Unna/Hamm

M30

10km

3.	40:49	Struck, Jan-Philipp	1992	Lauffreunde Bönen	2024-01-28	Hamm

M40

15km

3.	1:39:02	Buchholz, Thorsten	1981	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

M45

5km

3.	26:02	Grimm, Timo	1976	Lauffreunde Bönen	2024-07-07	Münster

M50

5km

2.	20:07	Hank, Ingo	1974	Lauffreunde Bönen	2024-05-25	Walstedde

10km

1.	39:52	Hank, Ingo	1974	Lauffreunde Bönen	2024-01-28	Hamm

15km

1.	1:00:28	Hank, Ingo	1974	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

M

2.	3:16:06	Hank, Ingo	1974	Lauffreunde Bönen	2024-09-29	Berlin

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Bestenliste 2024 - Kreis 32 Unna/Hamm

M55

5km

1.	20:31	Willingmann, Todt G.	1965	Lauffreunde Bönen	2024-05-05	Hamm

10km

2.	41:49	Willingmann, Todt G.	1965	Lauffreunde Bönen	2024-07-07	Münster

15km

3.	1:05:10	Willingmann, Todt G.	1965	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

M60

5km

1.	22:58	Gutschow, Frank	1963	Lauffreunde Bönen	2024-05-05	Hamm

15km

3.	1:18:42	Brodowski, Dieter	1963	Lauffreunde Bönen	2024-02-11	Hamm

M70

5km

2.	34:22	Teumert, Walter	1952	Lauffreunde Bönen	2024-01-14	Bönen

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Rekordliste
Kreis 32 Unna/Hamm

Es gibt aktuell keine Veränderungen

FLVW Bestenliste & Rekorde

FLVW Rekordliste - Kreis 32 Unna/Hamm

Schülerinnen W8					
10km-Straßenl.	57:16	Stöpel, Daniela	Lauffreunde Bönen	11.01.98	Bönen
Schüler M8					
10km-Straßenl.	50:34	Stöpel, Dominik	Lauffreunde Bönen	29.01.94	Hamm
Frauen					
100km-Straßenl.	8:57:51	Pfeffer, Dorothea	Lauffreunde Bönen	05.04.08	Kienbaum
Männer					
15km-Straßenl.	49:11	Serke, Sven	Lauffreunde Bönen	31.12.10	Werl/Soest

Vereinsrekorde & Bestenlisten – Die Spitzenleistungen!

Ewige TOP-Ten-Wertung

der Frauen und Männer

Es gibt aktuell keine Veränderungen

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen – 5 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**18:41**	**Walter, Katrin**	**27.09.2006**	**Bergkamen-Oberaden**	**10**
2	**19:57**	**Reisige-Muhr, Bettina**	**09.11.2002**	**Werl**	**9**
3	**20:24**	**Andres, Silke**	**27.09.2009**	**Hamm**	**8**
4	20:27	Uelzmann, Christine	01.05.2009	Kamen-Methler	7
5	20:40	Tölle, Sandra	20.05.2000	Wiedenbrück	6
6	20:49	Kluge, Silke	07.12.2003	Hamm	5
7	20:59	Steinkuhl, Heike	27.10.1990	Bergkamen-Oberaden	4
8	21:19	Voß, Julica	14.09.2019	Hamm-Uentrop	3
9	21:29	Brinkmann, Susanne	12.10.2006	Hamm	2
10	21:44	Pfeffer, Dorothea	07.12.2008	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen – 10 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**38:38**	**Walter, Katrin**	**28.01.2007**	**Hamm**	**10**
2	**41:11**	**Reisige Muhr, Bettina**	**23.11.2002**	**Dortmund**	**9**
3	**42:09**	**Kluge, Silke**	**15.07.2006**	**Norderney**	**8**
4	42:30	Steinkuhl, Heike	08.05.1988	Lüdinghausen	7
5	42:53	Uelzmann, Christine	15.06.2007	Dolberg	6
6	42:59	Andres, Silke	11.10.2009	Unna-Lünern	5
7	43:38	Voß, Julica	13.05.2018	Grömitz	4
8	44:26	Pfeffer, Dorothea	11.08.2007	Ahlen	3
9	44:28	Daidok, Eva	12.07.1996	Dülmen-Rorup	2
10	44:59	Deutschmann, Jana	04.04.2015	Düsseldorf	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen – 15 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**59:48**	**Walter, Katrin**	**11.02.2007**	**Hamm**	**10**
2	**1:03:30**	**Andres, Silke**	**08.11.2009**	**Sundern**	**9**
3	**1:04:25**	**Reisige-Muhr, Bettina**	**09.02.2003**	**Hamm**	**8**
4	1:07:00	Kluge, Silke	12.02.2006	Hamm	7
5	1:07:43	Uelzmann, Christine	27.06.2008	Fröndenberg	6
6	1:08:21	Steinkuhl, Heike	20.02.1990	Hamm	5
7	1:08:38	Voß, Julica	01.12.2019	Herten-Bertlich	4
8	1:08:59	Pfeffer, Dorothea	31.12.2007	Werl-Soest	3
9	1:09:01	Brinkmann, Susanne	11.02.2007	Hamm	2
10	1:09:25	Daidok, Eva	14.02.1999	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen – Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:26:08**	**Walter, Katrin**	**25.02.2007**	**Hamm**	**10**
2	**1:30:54**	**Reisige-Muhr, Bettina**	**14.04.2001**	**Paderborn**	**9**
3	**1:34:22**	**Uelzmann, Christine**	**18.05.2008**	**Dortmund**	**8**
4	1:35:48	Kluge, Silke	02.04.2006	Bonn	7
5	1:36:02	Andres, Silke	01.08.2009	Greven	6
6	1:36:07	Steinkuhl, Heike	01.05.1991	Kamen-Methler	5
7	1:37:58	Pfeffer, Dorothea	10.04.2005	Bonn	4
8	1:37:59	Voß, Julica	01.05.2019	Kamen-Methler	3
9	1:39:50	Brinkmann, Susanne	31.05.2010	Duisburg	2
10	1:40:26	Daidok, Eva	08.11.1998	Verl	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen – Marathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**3:13:59**	**Walter, Katrin**	**23.04.2006**	**Hamburg**	**10**
2	**3:17:05**	**Reisige-Muhr, Bettina**	**22.03.2003**	**Steinfurt**	**9**
3	**3:23:43**	**Deutschmann, Jana**	**04.10.2015**	**Köln**	**8**
4	3:26:58	Pfeffer, Dorothea	08.05.2005	Hannover	7
5	3:31:51	Uelzmann, Christine	04.10.2009	Köln	6
6	3:37:55	Maletz, Manuela	30.04.2006	Duisburg	5
7	3:42:16	Daidok, Eva	15.10.2000	Essen	4
8	3:44:25	Kluge, Silke	09.10.2011	Essen	3
9	3:48:47	Hermann, Sabine	22.09.1996	Karlsruhe	2
10	3:48:54	Karlsohn, Ulrike	28.08.1994	Herzlake	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen

Platz	Name	Punkte
1	Walter, Katrin	50
2	Reisige-Muhr, Bettina	44
3	Uelzmann, Christine	33
4	Kluge, Silke	30
5	Andres, Silke	28
6	Steinkuhl, Heike	21
7	Pfeffer, Dorothea	18
8	Voß, Julica	14
9	Deutschmann, Jana	9
10	Daidok, Eva	8

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen

Wer ist am längsten in der ewigen Top-Wertung vertreten?

Heike Steinkuhl

mit einer Zeit von

42:30 Min. für 10 km seit dem 08.05.1988

1:08:21 Std. für 15 km seit dem 20.02.1990

20:59 Min. für 5 km seit dem 27.10.1990

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer – 5 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**15:34**	**Serke, Sven**	**12.10.2014**	**Unna-Lünern**	**10**
2	**16:09**	**Holtmann, Jörg**	**19.08.1995**	**Bönen**	**9**
3	**16:39**	**Wrede, Michael**	**19.07.1996**	**Bergkamen-Oberaden**	**8**
4	17:00	Kohrt, Thomas	08.10.1994	Sythen	7
5	17:02	Karlsohn, Heinrich	19.07.1996	Bergkamen-Oberaden	6
6	17:14	Voß, Marcus	27.09.2009	Hamm	5
7	17:20	Schlockermann, Martin	08.12.1996	Hamm	4
8	17:29	Stoepel, Hartmut	13.09.1986	Fröndenberg	3
9	17:40	Pfeffer, Dirk	16.10.2005	Geseke	2
10	17:44	Deimann, Jonas	28.04.2016	Geseke	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer – 10 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**31:36**	**Serke, Sven**	**18.04.2015**	**Lippetal**	**10**
2	**33:40**	**Holtmann, Jörg**	**26.11.1994**	**Rheine-Mesum**	**9**
3	**33:59**	**Wrede, Michael**	**06.04.1996**	**Paderborn**	**8**
4	34:15	Karlsohn, Heinrich	19.08.1995	Bönen	7
5	34:16	Schlockermann, Martin	19.08.1996	Bönen	6
6	34:33	Pfeffer, Dirk	26.01.2003	Hamm	5
7	34:58	Sinner, Manuel	09.03.2019	Fröndenberg	4
8	35:01	Budde, Klaus	27.03.1994	Bönen	3
9	35:32	Voß, Marcus	23.09.2012	Hamm	2
10	35:40	Kohrt, Thomas	26.01.1997	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer – 15 km

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**49:11**	**Serke, Sven**	**31.12.2010**	**Werl-Soest**	**10**
2	**52:29**	**Wrede, Michael**	**09.02.1997**	**Hamm**	**9**
3	**52:31**	**Holtmann, Jörg**	**04.12.1994**	**Bertlich**	**8**
4	52:47	Pfeffer, Dirk	09.02.2003	Hamm	7
5	53:27	Voß, Marcus	31.12.2010	Werl-Soest	6
6	53:34	Karlsohn, Heinrich	09.02.1997	Hamm	5
7	54:09	Budde, Klaus	31.12.1991	Werl	4
8	54:32	Schlockermann, Martin	14.02.1999	Hamm	3
9	54:45	Kohrt, Thomas	31.12.1993	Werl	2
10	54:52	Sinner, Manuel	21.02.2018	Hamm	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer – Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**1:08:30**	**Serke, Sven**	**04.04.2015**	**Paderborn**	**10**
2	**1:14:21**	**Wrede, Michael**	**01.05.1997**	**Kamen-Methler**	**9**
3	**1:15:13**	**Sinner, Manuel**	**24.02.2019**	**Hamm**	**8**
4	1:15:15	Karlsohn, Heinrich	01.05.1997	Kamen-Methler	7
5	1:15:54	Pfeffer, Dirk	23.02.2003	Hamm	6
6	1:16:24	Holtmann, Jörg	07.11.1993	Unna-Lünern	5
7	1:16:50	Voß, Marcus	01.05.2010	Kamen-Methler	4
8	1:17:15	Schlockermann, Martin	23.02.1997	Hamm	3
9	1:18:08	Kohrt, Thomas	25.02.1995	Hamm	2
10	1:18:56	Engel, Manfred	10.05.1990	Selm	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer – Marathon

Platz	Zeit	Name	Wann?	Wo?	Punkte
1	**2:27:03**	**Serke, Sven**	**28.09.2014**	**Berlin**	**10**
2	**2:38:25**	**Karlsohn, Heinrich**	**27.04.1997**	**Hamburg**	**9**
3	**2:38:45**	**Sinner, Manuel**	**29.09.2019**	**Berlin**	**8**
4	2:39:09	Wrede, Michael	01.05.1996	Essen	7
5	2:45:31	Voß, Markus	20.09.2009	Berlin	6
6	2:45:33	Pfeffer, Dirk	08.05.1995	Hannover	5
7	2:45:45	Groß, Herbert	04.10.1987	Berlin	4
8	2:48:22	Fabian, Hans	04.10.1987	Berlin	3
9	2:48:43	Schlockermann, Martin	27.10.1996	Frankfurt	2
10	2:48:50	Holtmann, Jörg	29.10.1995	Frankfurt	1

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Männer

Platz	Name	Punkte
1	**Serke, Sven**	**50**
2	**Wrede, Michael**	**41**
3	**Karlsohn, Heinrich**	**34**
4	Holtmann, Jörg	32
5	Pfeffer, Dirk	25
6	Voß, Marcus	23
7	Sinner, Manuel	21
8	Schlockermann, Martin	18
9	Kohrt, Thomas	12
10	Budde, Klaus	7

Wer waren die Schnellsten?

Ewige TOP-Ten-Wertung der Frauen

Wer ist am längsten in der ewigen Top-Wertung vertreten?

Hartmut Stoepel

mit einer 5 km-Zeit von 17:29 Min. seit dem 13.09.1986

Herbert Groß

mit einer Marathonzeit von 2:45:45 Std. seit dem 04.10.1987

Hans Fabian

mit einer Marathonzeit von 2:48:22 Std. seit dem 04.10.1987

Das war das Laufjahr 2024

Lauffreunde Bönen 1985 e.V., Blankstraße 13, D-59199 Bönen
Zum geschäftsführenden Vorstand im Sinne des § 26 BGB gehören
Joachim von Glahn, Dieter Brodowski, Birte Gillmann, Sabine Hermann und Thomas Kohrt
Vereinsregister Amtsgericht Hamm VR 20583 | Steuer-Nr. 322/5938/0203