

# Lauffreunde Bönen 1985 e.V.



## Top Ten Frauen Top Twenty Männer 2004



# Top-Ten Wertung 2004 – Frauen

## Einzelergebnisse

### 5 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Walter, Katrin	0:19:24	Herbern	03. 07. 04	10
2	Kluge-Wirth, Silke	0:21:29	Drensteinfurt	12. 06. 04	9
3	Pfeffer, Dorothea	0:21:55	Herten-Bertlich	28. 11. 04	8
4	Maletz, Manuela	0:22:34	Drensteinfurt	12. 06. 04	7
5	Brinkmann, Susanne	0:23:05	Ahlen	09. 10. 04	6
6	Tölle, Sandra	0:23:18	Ahlen	09. 10. 04	5
7	Hermann, Sabine	0:24:15	Bergkamen-Rünthe	12. 09. 04	4
8	Daidok, Eva	0:24:20	Hamm	12. 12. 04	3
9	Kohrt, Bettina	0:24:36	Gütersloh	31. 05. 04	2
10	Tessarek, Ingrid	0:24:40	Werl	13. 11. 04	1

### 10 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Walter, Katrin	0:40:27	Hamm-Uentrop	19. 09. 04	10
2	Kluge-Wirth, Silke	0:43:28	Hamm	25. 01. 04	9
3	Pfeffer, Dorothea	0:44:46	Hamm	31. 10. 04	8
4	Maletz, Manuela	0:46:19	Hamm	25. 01. 04	7
5	Brinkmann, Susanne	0:47:56	Hamm	31. 10. 04	6
6	Daidok, Eva	0:49:46	Hamm	31. 10. 04	5
7	Kohrt, Bettina	0:50:31	Oelde	12. 06. 04	4
8	Tessarek, Ingrid	0:50:34	Hamm	12. 12. 04	3
9	Hermann, Sabine	0:52:08	Hamm	25. 01. 04	2
10	Kroll, Uta	0:52:55	Bönen	11. 01. 04	1

### 15 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Walter, Katrin	1:03:55	Herten-Bertlich	28. 11. 04	10
2	Kluge, Silke	1:07:21	Werl-Soest	31. 12. 04	9
3	Pfeffer, Dorothea	1:09:42	Werl-Soest	31. 12. 04	8
4	Maletz, Manuela	1:09:50	Werl-Soest	31. 12. 04	7
5	Daidok, Eva	1:18:30	Hamm	08. 02. 04	6
6	Tessarek, Ingrid	1:19:20	Fröndenberg	16. 07. 04	5
7	Brinkmann, Susanne	1:19:43	Werl-Soest	31. 12. 04	4
8	Kohrt, Bettina	1:21:01	Werl-Soest	31. 12. 04	3
9	Hermann, Sabine	1:21:11	Hamm	08. 02. 04	2
10	Homeyer, Gisela	1:25:44	Werl-Soest	31. 12. 04	1

## Halbmarathon

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Walter, Katrin	1:32:06	Marienfeld	21. 08. 04	10
2	Pfeffer, Dorothea	1:40:38	Gladbeck	12. 09. 04	9
3	Maletz, Manuela	1:41:52	Hamm	22. 02. 04	8
4	Kluge, Silke	1:42:03	Herten-Bertlich	28. 11. 04	7
5	Daidok, Eva	1:51:53	Hamm	22. 02. 04	6
6	Tessarek, Ingrid	1:54:36	Hamm	22. 02. 04	5
7	Kohrt, Bettina	1:55:42	Kamen	01. 05. 04	4
8	Hermann, Sabine	1:58:10	Hamm	22. 02. 04	3
9	Homeyer, Gisela	2:04:44	Unna-Lünern	10. 10. 04	2
10	Leineweber, Heike	2:11:09	Dortmund/Herne	25. 04. 04	1

## Marathon

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Walter, Katrin	3:24:42	Essen	10. 10. 04	10
2	Pfeffer, Dorothea	3:28:41	Essen	10. 10. 04	9
3	Tessarek, Ingrid	3:56:49	Dortmund/Herne	25. 04. 04	8
4	Hermann, Sabine	4:10:21	Dortmund/Herne	25. 04. 04	7

## Top-Ten-Wertung 2004 Frauen Gesamtwertung

Top-Ten 2004	Name	Punkte	Top-Ten 2003
1	Walter, Katrin	50	1
2	Pfeffer, Dorothea	42	
3	Kluge, Silke	34	3
4	Maletz, Manuela	29	5
5	Tessarek, Ingrid	22	7
6	Daidok, Eva	20	6
7	Hermann, Sabine	18	4
8	Brinkmann, Susanne	16	9
9	Kohrt, Bettina	13	10
10	Tölle, Sandra	5	

# Top-Twenty-Wertung 2004 – Männer

## Einzelergebnisse

### 5 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Holtmann, Jörg	0:18:27	Herbern	03. 07. 04	20
2	Pfeffer, Dirk	0:18:33	Hamm	12. 12. 04	19
3	Budde, Klaus	0:18:39	Herbern	03. 07. 04	18
4	Freitag, Thomas	0:18:43	Bergkamen-Oberaden	29. 09. 04	17
5	Kohrt, Thomas	0:18:46	Hamm	31. 10. 04	16
6	Löddemann, Wolfgang	0:18:58	Hamm	31. 10. 04	15
7	Flory, Michael	0:19:21	Fröndenberg	14. 02. 04	14
8	Unruh, Alexander	0:19:26	Hamm-Uentrop	19. 09. 04	13
9	Kluge, Carsten	0:19:34	Hamm	31. 10. 04	12
10	Berges, Peter	0:19:56	Herbern	03. 07. 04	11
11	Wöllert, Michael	0:19:57	Herbern	03. 07. 04	10
12	von Glahn, Joachim	0:21:02	Fröndenberg	16. 07. 04	9
13	Engel, Manfred	0:21:09	Welver	22. 05. 04	8
14	Hermann, Wolfgang	0:21:20	Kamen	01. 05. 04	7
15	Tölle, Thomas	0:21:39	Fröndenberg	16. 07. 04	6
16	Vulf, Simon	0:21:43	Werne	12. 06. 04	5
17	Harb, Khodr	0:21:50	Ahlen	09. 10. 04	4
18	Bartmann, Ralf	0:22:03	Ahlen	09. 10. 04	3
19	Kasischke, Ulf	0:22:23	Hamm	12. 12. 04	2
20	Walter, Lothar	0:22:28	Drensteinfurt	12. 06. 04	1

### 10 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Pfeffer, Dirk	0:35:28	Herten-Bertlich	28. 11. 04	20
2	Kohrt, Thomas	0:38:21	Hamm	25. 01. 04	19
3	Löddemann, Wolfgang	0:39:00	Hamm	12. 12. 04	18
4	Budde, Klaus	0:39:04	Welver	22. 05. 04	17
5	Freitag, Thomas	0:39:38	Herbern	03. 07. 04	16
6	Flory, Michael	0:40:29	Hamm	12. 12. 04	15
7	Holtmann, Jörg	0:40:29	Hamm	25. 01. 04	15
8	Brock, Karl-Heinz	0:40:37	Hamm	25. 01. 04	13
9	Unruh, Alexander	0:40:44	Unna-Königsborn	09. 05. 04	12
10	Kluge, Carsten	0:41:11	Fröndenberg	16. 07. 04	11
11	von Glahn, Joachim	0:41:37	Hamm	25. 01. 04	10
12	Berges, Peter	0:41:49	Wiedenbrück	22. 05. 04	9
13	Wöllert, Michael	0:41:58	Hamm	25. 01. 04	8
14	Engel, Manfred	0:42:46	Hamm	25. 01. 04	7
15	Uhe, Markus	0:44:16	Soest	05. 09. 04	6
16	Hermann, Wolfgang	0:44:46	Hamm	25. 01. 04	5
17	Fabian, Hans	0:45:09	Hamm	25. 01. 04	4
18	Tölle, Thomas	0:45:17	Mühlheim/Ruhr	20. 06. 04	3
19	Vulf, Simon	0:45:32	Delbrück	17. 09. 04	2
20	Holtkötter, Michael	0:45:43	Hamm	25. 01. 04	1

## 15 km

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Pfeffer, Dirk	0:55:29	Werl-Soest	31. 12. 04	20
2	Budde, Klaus	0:57:56	Werl-Soest	31. 12. 04	19
3	Löddemann, Wolfgang	1:00:08	Werl-Soest	31. 12. 04	18
4	Freitag, Thomas	0:02:40	Fröndenberg	16. 07. 04	17
5	Flory, Michael	1:02:55	Herten-Bertlich	28. 11. 04	16
6	Kohrt, Thomas	1:03:00	Hamm	08. 02. 04	15
7	Brock, Karl-Heinz	1:03:12	Hamm	08. 02. 04	14
8	von Glahn, Joachim	1:04:15	Hamm	08. 02. 04	13
9	Wöllert, Michael	1:04:29	Werl-Soest	31. 12. 04	12
10	Holtmann, Jörg	1:04:30	Werl-Soest	31. 12. 04	11
11	Engel, Manfred	1:06:39	Hamm	08. 02. 04	10
12	Kluge, Carsten	1:07:21	Werl-Soest	31. 12. 04	9
13	Fabian, Hans	1:07:28	Hamm	08. 02. 04	8
14	Kasischke, Ulf	1:09:00	Werl-Soest	31. 12. 04	7
15	Skalski, Frank	1:09:13	Hamm	08. 02. 04	6
16	Budde, Rüdiger	1:11:08	Herten-Bertlich	28. 11. 04	5
17	Selent, Werner	1:11:35	Hamm	08. 02. 04	4
18	Vulf, Simon	1:11:41	Hamm	08. 02. 04	3
19	Hermann, Wolfgang	1:12:00	Hamm	08. 02. 04	2
20	Linnenlücke, Manfred	1:13:33	Hamm	08. 02. 04	1

## Halbmarathon

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Pfeffer, Dirk	1:21:38	Gladbeck	12. 09. 04	20
2	Löddemann, Wolfgang	1:25:06	Hamm	22. 02. 04	19
3	Budde, Klaus	1:25:44	Herten-Bertlich	28. 11. 04	18
4	Brock, Karl-Heinz	1:27:09	Bertlich	04. 04. 04	17
5	Kohrt, Thomas	1:28:06	Herten-Bertlich	28. 11. 04	16
6	Flory, Michael	1:29:11	Hamm	22. 02. 04	15
7	Freitag, Thomas	1:30:09	Marl	05. 06. 04	14
8	von Glahn, Joachim	1:31:42	Hamm	22. 02. 04	13
9	Wöllert, Michael	1:31:59	Hamm	22. 02. 04	12
10	Engel, Manfred	1:32:27	Hamm	22. 02. 04	11
11	Kluge, Carsten	1:33:02	Gladbeck	12. 09. 04	10
12	Skalski, Frank	1:35:36	Hamm	22. 02. 04	9
13	Unruh, Alexander	1:35:39	Hamm	22. 02. 04	8
14	Fabian, Hans	1:37:55	Hamm	22. 02. 04	7
15	Uhe, Markus	1:39:10	Oelde	28. 08. 04	6
16	Hermann, Wolfgang	1:40:12	Hamm	22. 02. 04	5
17	Kasischke, Ulf	1:41:16	Hamm	22. 02. 04	4
18	Selent, Werner	1:41:43	Hamm	22. 02. 04	3
19	Vulf, Simon	1:41:53	Harsewinkel	04. 04. 04	2
20	Korvin, Jürgen	1:43:16	Hamm	22. 02. 04	1

# Marathon

Platz		Zeit	Ort	Datum	Punkte
1	Pfeffer, Dirk	2:52:45	Essen	10. 10. 04	20
2	Brock, Karl-Heinz	3:06:56	Dortmund/Essen	25. 04. 04	19
3	Löddemann, Wolfgang	3:07:34	Dortmund/Essen	25. 04. 04	18
4	Unruh, Alexander	3:07:35	Essen	10. 10. 04	17
5	Budde, Klaus	3:09:56	Essen	10. 10. 04	16
6	Uhe, Markus	3:29:24	Berlin	26. 09. 04	15
7	Fabian, Hans	3:39:41	Unna	11. 07. 04	14
8	Flory, Michael	3:43:29	Steinfurt	20. 03. 04	13
9	Kasischke, Ulf	3:47:24	Dortmund/Essen	25. 04. 04	12
10	Hermann, Wolfgang	3:48:11	Karlsruhe	19. 09. 04	11
11	Tölle, Thomas	3:49:11	Berlin	26. 09. 04	10
12	Vulf, Simon	3:52:08	Essen	10. 10. 04	9
13	Daidok, Michael	3:55:45	Duisburg	06. 06. 04	8
14	Tessarek, Günter	4:01:35	Dortmund/Essen	25. 04. 04	7

## Top-Twenty-Wertung 2004 Männer Gesamtwertung

Top-Twenty 2004	Name	Punkte	Top-Twenty 2003
1	Pfeffer, Dirk	99	5
2	Budde, Klaus	88	8
2	Löddemann, Wolfgang	88	1
4	Flory, Michael	73	2
5	Kohrt, Thomas	66	3
6	Freitag, Thomas	64	
7	Brock, Karl-Heinz	63	4
8	Unruh, Alexander	50	14
9	Holtmann, Jörg	46	
10	von Glahn, Joachim	45	9
11	Kluge, Carsten	42	
11	Wöllert, Michael	42	
13	Engel, Manfred	36	6
14	Fabian, Hans	33	18
15	Hermann, Wolfgang	30	13
16	Uhe, Markus	27	
17	Kasischke, Ulf	25	
18	Vulf, Simon	21	15
19	Berges, Peter	20	7
20	Tölle, Thomas	19	19