

Wie läuft's?



Rückblick 2007

Lauffreunde Bönen 1985 e.V.
www.lauffreundeboenen.de



Top Ten Frauen Top Twenty Männer 2007



Top-Ten-Wertung 2007

Frauen

5 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:18:58	Walter, Katrin	80	1. Apr.	Harsewinkel	10
2	0:20:38	Reisige-Muhr, Bettina	67	1. Sep.	Ahlen	9
3	0:20:49	Uelzmann, Christine	67	1. Mai	Kamen-Methler	8
4	0:21:03	Kluge, Silke	69	1. Sep.	Ahlen	7
5	0:22:30	Brinkmann, Susanne	68	22. Apr.	Rastede	6
6	0:22:33	Pfeffer, Dorothea	61	22. Apr.	Rastede	5
7	0:23:04	Voß-Berkhoff, Heidrun	69	1. Mai	Kamen-Methler	4
8	0:23:34	Maletz, Manuela	64	23. Jun.	Möhnesee	3
9	0:24:15	Stoepel, Corinna	87	3. Nov.	Herbern	2
10	0:24:54	Homeyer, Gisela	49	22. Apr.	Rastede	1

10 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:38:38	Walter, Katrin	80	28. Jan.	Hamm	10
2	0:42:35	Reisige-Muhr, Bettina	67	28. Jan.	Hamm	9
3	0:43:43	Kluge, Silke	69	14. Okt.	Unna-Lünern	8
4	0:44:00	Uelzmann, Christine	67	17. Jun.	Dolberg	7
5	0:44:26	Pfeffer, Dorothea	61	11. Aug.	Ahlen	6
6	0:45:26	Brinkmann, Susanne	68	28. Jan.	Hamm	5
7	0:46:40	Maletz, Manuela	64	28. Jan.	Hamm	4
8	0:48:06	Daude, Jana	87	11. Aug.	Ahlen	3
9	0:51:48	Stoepel, Corinna	87	28. Jan.	Hamm	2
10	0:52:30	Tessarek, Ingrid	50	21. Okt.	Hamm-Berge	1

15 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:59:48	Walter, Katrin	80	11. Feb.	Hamm	10
2	1:05:33	Reisige-Muhr, Bettina	67	11. Feb.	Hamm	9
3	1:08:14	Kluge, Silke	69	31. Dez.	Werl-Soest	8
4	1:08:59	Pfeffer, Dorothea	61	31. Dez.	Werl-Soest	7
5	1:09:01	Brinkmann, Susanne	68	11. Feb.	Hamm	6
6	1:12:40	Maletz, Manuela	64	11. Feb.	Hamm	5
7	1:20:10	Tessarek, Ingrid	50	11. Feb.	Hamm	4
8	1:30:10	Homeyer, Gisela	49	31. Dez.	Werl-Soest	3
9	1:30:21	Schlüter, Helga	49	31. Dez.	Werl-Soest	2
10	1:32:52	Bednarz, Heike	63	11. Feb.	Hamm	1

Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	1:26:08	Walter, Katrin	80	25. Feb.	Hamm	10
2	1:34:05	Reisige-Muhr, Bettina	67	01. Apr.	Harsewinkel	9
3	1:37:25	Uelzmann, Christine	67	13. Mai	Dortmund	8
4	1:39:21	Pfeffer, Dorothea	61	25. Feb.	Hamm	7
5	1:41:22	Brinkmann, Susanne	68	25. Feb.	Hamm	6
6	1:44:17	Maletz, Manuela	64	25. Feb.	Hamm	5
7	1:55:43	Tessarek, Ingrid	50	25. Feb.	Hamm	4
8	2:25:10	Schlüter, Helga	49	18. Mrz.	Lissabon	3

Marathon

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	3:20:13	Walter, Katrin	80	29. Apr.	Hamburg	10
2	3:27:08	Pfeffer, Dorothea	61	29. Apr.	Hamburg	9
3	3:32:31	Reisige-Muhr, Bettina	67	30. Sep.	Bestwig	8
4	3:41:32	Uelzmann, Christine	67	7. Okt.	Köln	7
5	3:44:04	Maletz, Manuela	64	30. Sep.	Berlin	6

Top-Ten-Wertung 2007

Platz	Name	Punkte	Platz 2006
1	Walter, Katrin	50	1
2	Reisige-Muhr, Bettina	44	2
3	Pfeffer, Dorothea	34	6
4	Uelzmann, Christine	30	4
5	Brinkmann, Susanne	23	7
5	Kluge, Silke	23	3
5	Maletz, Manuela	23	5
8	Tessarek, Ingrid	9	10
9	Schlüter, Helga	5	-
10	Voß-Berkhoff, Heidrun	4	-
10	Stoepel, Corinna	4	8

Top-Twenty-Wertung 2007

Männer

5 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:19:02	Pfeffer, Dirk	65	9. Dez.	Hamm	20
2	0:19:19	Münstermann, Marcus	74	19. Sep.	Kamen	19
3	0:19:58	Budde, Klaus	53	9. Dez.	Hamm	18
4	0:20:22	Wöllert, Michael	65	1. Mai	Kamen-Methler	17
5	0:20:23	Schelter, Michael	69	7. Apr.	Paderborn	16
6	0:20:37	Küchmann, Marcus	72	21. Okt.	Hamm-Berge	15
7	0:20:38	Berges, Peter	54	3. Nov.	Herbern	14
8	0:20:38	Munk, Martin	69	3. Nov.	Herbern	14
9	0:20:44	Freitag, Thomas	82	11. Aug.	Ahlen	12
10	0:21:06	Sluyter, Kai	73	19. Sep.	Kamen	11
11	0:22:04	Bartmann, Ralf	66	1. Sep.	Ahlen	10
12	0:22:04	Kluge, Carsten	67	14. Okt.	Unna-Lünern	10
13	0:22:10	Margraf, Thomas	62	9. Dez.	Hamm	8
14	0:22:23	Freitag, Dieter	51	11. Aug.	Ahlen	7
15	0:22:24	Kasischke, Ulf	42	3. Nov.	Herbern	6
16	0:22:26	Stoepel, Hartmut	50	10. Nov.	Werl	5
17	0:22:39	Vulf, Simon	50	1. Sep.	Ahlen	4
18	0:22:59	Hermann, Wolfgang	48	1. Mai	Kamen-Methler	3
19	0:23:23	Stoepel, Dominik	85	1. Sep.	Ahlen	2
20	0:23:26	Tölle, Thomas	63	14. Okt.	Unna-Lünern	1

10 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:36:34	Voß, Marcus	68	17. Jun.	Dolberg	20
2	0:39:03	Pfeffer, Dirk	65	14. Dez.	Ahlen	19
3	0:39:30	Münstermann, Marcus	74	28. Jan.	Hamm	18
4	0:39:55	Schlockermann, Martin	67	12. Aug.	Wickede	17
5	0:40:52	Budde, Klaus	53	23. Sep.	Hamm	16
6	0:41:17	Holtmann, Jörg	63	28. Jan.	Hamm	15
7	0:41:17	Wöllert, Michael	65	28. Jan.	Hamm	15
8	0:41:23	Küchmann, Marcus	72	14. Dez.	Ahlen	13
9	0:41:39	Löddemann, Wolfgang	68	1. Mai	Kamen-Methler	12
10	0:42:23	Freitag, Thomas	82	30. Apr.	Nordkirchen	11
11	0:42:50	von Glahn, Joachim	59	28. Jan.	Hamm	10
12	0:42:56	Unruh, Alexander	55	20. Okt.	Wadersloh	9
13	0:43:21	Schelter, Michael	69	17. Mrz.	Salzkotten	8
14	0:44:43	Berges, Peter	54	10. Nov.	Werl	7
15	0:44:43	Kasischke, Ulf	42	17. Nov.	Bergkamen	7
16	0:45:14	Stoepel, Hartmut	50	23. Jun.	Möhnesee	5
17	0:46:01	Sluyter, Kai	73	1. Jul.	Münster	4
18	0:46:21	Vulf, Simon	50	19. Mai.	Welper	3
19	0:47:14	Bücker, Hans-Georg	52	2. Dez.	Bertlich	2
20	0:47:20	Flehsig, Jürgen	55	28. Jan.	Hamm	1

15 km

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	0:59:08	Pfeffer, Dirk	65	31. Dez.	Werl-Soest	20
2	0:59:44	Münstermann, Marcus	74	11. Feb.	Hamm	19
3	1:00:38	Budde, Klaus	53	11. Feb.	Hamm	18
4	1:02:32	Holtmann, Jörg	63	11. Feb.	Hamm	17
5	1:02:32	Wöllert, Michael	65	11. Feb.	Hamm	17
6	1:04:13	Küchmann, Marcus	72	31. Dez.	Werl-Soest	15
7	1:04:48	von Glahn, Jochen	59	11. Feb.	Hamm	14
8	1:07:49	Freitag, Thomas	82	11. Feb.	Hamm	13
9	1:08:32	Kasischke, Ulf	42	31. Dez.	Werl-Soest	12
10	1:08:42	Kluge, Carsten	67	31. Dez.	Werl-Soest	11
11	1:09:03	Koller, Udo	56	31. Dez.	Werl-Soest	10
12	1:10:08	Schelter, Michael	69	2. Sep.	Herten-Bertlich	9
13	1:13:12	Flehsig, Jürgen	55	11. Feb.	Hamm	8
14	1:13:26	Freitag, Dieter	51	11. Feb.	Hamm	7
15	1:14:31	Sluyter, Kai	73	31. Dez.	Werl-Soest	6
16	1:15:33	Vulf, Simon	50	13. Jul.	Fröndenberg	5
17	1:16:05	Engel, Manfred	41	11. Feb.	Hamm	4
18	1:16:54	Drees, Hartmut	64	31. Dez.	Werl-Soest	3
19	1:17:24	Siegert, Uwe	60	31. Dez.	Werl-Soest	2
20	1:17:25	Stoepel, Hartmut	50	11. Feb.	Hamm	1

Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	1:21:21	Voß, Marcus	68	1. Mai	Kamen-Methler	20
2	1:27:21	Budde, Klaus	53	25. Feb.	Hamm	19
3	1:27:54	Münstermann, Marcus	74	25. Feb.	Hamm	18
4	1:34:15	Wöllert, Michael	65	25. Feb.	Hamm	17
5	1:34:20	Freitag, Thomas	82	25. Feb.	Hamm	16
6	1:39:08	Schelter, Michael	69	1. Mai	Kamen-Methler	15
7	1:41:39	Kasischke, Ulf	42	22. Apr.	Bonn	14
8	1:42:58	Freitag, Dieter	51	7. Apr.	Paderborn	13
9	1:47:22	Vulf, Simon	50	25. Feb.	Hamm	12
10	1:52:04	Daidok, Michael	52	13. Mai	Dortmund	11
11	1:52:04	Tölle, Thomas	63	25. Feb.	Hamm	11
12	1:53:29	Engel, Manfred	41	25. Feb.	Hamm	9
13	1:53:36	Dieckmann, Lothar	44	19. Mai	Wiedenbrück	8
14	1:54:13	Stoepel, Hartmut	50	25. Feb.	Hamm	7
15	2:05:45	Schlockermann, Bernd	72	25. Feb.	Hamm	6

Marathon

Platz	Zeit	Name	Jg.	Datum	Ort	Punkte
1	3:30:20	Münstermann, Marcus	74	13. Mai	Dortmund	20
2	3:38:45	Brock, Karl-Heinz	51	29. Apr.	Dresden	19
3	3:44:07	Kasischke, Ulf	42	9. Sep.	Münster	18
4	3:47:14	Schelter, Michael	69	7. Okt.	Köln	17
5	3:51:20	Vulf, Simon	50	29. Apr.	Duisburg	16
6	3:54:33	Hermann, Wolfgang	48	?	Karlsruhe	15
7	3:55:42	Tölle, Thomas	63	29. Apr.	Hamburg	14
8	4:01:40	Daidok, Michael	52	09. Sep.	Münster	13
9	4:03:50	Freitag, Dieter	51	29. Apr.	Hamburg	12
10	4:32:33	Sluyter, Kai	73	7. Okt.	Köln	11
11	4:33:04	Klink, Thomas	65	13. Mai	Dortmund	10
12	5:01:50	Flehsig, Jürgen	55	29. Apr.	Hamburg	9
13	5:03:51	Homeyer, Klaus	48	13. Mai	Dortmund	8

Top-Twenty-Wertung 2007

Platz	Name	Punkte	Platz 2007
1	Münstermann, Marcus	94	3
2	Budde, Klaus	71	2
3	Wöllert, Michael	66	4
4	Schelter, Michael	65	8
5	Pfeffer, Dirk	59	1
6	Kasischke, Ulf	57	6
7	Freitag, Thomas	52	5
8	Küchmann, Marcus	43	-
9	Voß, Marcus	40	9
9	Vulf, Simon	40	10
11	Freitag, Dieter	39	11
12	Holtmann, Jörg	32	12
12	Sluyter, Kai	32	-
14	Tölle, Thomas	26	-
15	Daidok, Michael	24	-
15	von Glahn, Jochen	24	7
17	Berges, Peter	21	-
17	Kluge, Carsten	21	-
19	Brock, Karl-Heinz	19	15
20	Flehsig, Jürgen	18	20
20	Hermann, Wolfgang	18	19
20	Stoepel, Hartmut	18	18

Wettkampfwertung



Frauen

Wettkampf-Kilometer

Platz	Strecke	
1	538,8	Pfeffer, Dorothea
2	411,7	Walter, Katrin
3	208,7	Reisige-Muhr, Bettina
4	167,1	Maletz, Manuela
5	153,9	Stoepel, Corinna
6	148,3	Brinkmann, Susanne
7	140,0	Kluge, Silke
8	124,4	Uelzmann, Christine
9	72,8	Tessarek, Ingrid
10	71,1	Schlüter, Helga

Zahl der Wettkämpfe

Platz	Läufe	Name
1	39	Walter, Katrin
2	25	Stoepel, Corinna
3	16	Pfeffer, Dorothea
4	15	Kluge, Silke
5	14	Maletz, Manuela
6	14	Reisige-Muhr, Bettina
7	12	Brinkmann, Susanne
8	8	Uelzmann, Christine
9	7	Tessarek, Ingrid
10	5	Freitag, Karin
	5	Schlüter, Helga

Kilometer pro Wettkampf

Strecke	Läufe	Name	Schnitt
538,8	16	Pfeffer, Dorothea	33,7
124,4	8	Uelzmann, Christine	15,6
208,7	14	Reisige-Muhr, Bettina	14,9
71,1	5	Schlüter, Helga	14,2
148,3	12	Brinkmann, Susanne	12,4
167,1	14	Maletz, Manuela	11,9
35,0	3	Bednarz, Heike	11,7
35,0	3	Daidok, Eva	11,7
411,7	39	Walter, Katrin	10,6
72,8	7	Tessarek, Ingrid	10,4

Männer

Wettkampf-Kilometer

Platz	Strecke	
1	377,1	Schelter, Michael
2	283,8	Münstermann, Marcus
3	247,1	Vulf, Simon
4	241,6	Kasischke, Ulf
5	233,8	Freitag, Dieter
6	223,3	Stoepel, Hartmut
7	222,6	Engel, Manfred
8	157,2	Sluyter, Kai
9	133,3	Freitag, Thomas
10	130,5	Daidok, Michael

Zahl der Wettkämpfe

Platz	Läufe	
1	29	Stoepel, Hartmut
2	24	Engel, Manfred
3	23	Schelter, Michael
4	16	Münstermann, Marcus
5	16	Vulf, Simon
6	16	Kasischke, Ulf
7	13	Freitag, Dieter
8	12	Sluyter, Kai
9	10	Freitag, Thomas
10	9	Berges, Peter

Durchschnittliche Wettkampfkilometer

Strecke	Läufe		Schnitt
42,2	1	Brock, Karl-Heinz	42,2
42,2	1	Homeyer, Klaus	42,2
130,5	5	Daidok, Michael	26,1
47,2	2	Klink, Thomas	23,6
83,3	4	Tölle, Thomas	20,8
57,2	3	Hermann, Wolfgang	19,1
233,8	13	Freitag, Dieter	18,0
283,8	16	Münstermann, Marcus	17,7
377,1	23	Schelter, Michael	16,4
247,1	16	Vulf, Simon	15,4

Lauffreunde Bönen 1985 e.V.



Vereinsrekorde Frauen + Männer mit „ewiger“ Top-Ten- Wertung

Stand: 31. Dezember 2007



Frauen

5 km

Platz	Zeit	Datum	Ort	Punkte	
1	00:18:41	Walter, Katrin	27.09.2006	Bergkamen-Oberaden	10
2	00:19:57	Reisige-Muhr, Bettina	09.11.2002	Werl	9
3	00:20:40	Tölle, Sandra	20.05.2000	Wiedenbrück	8
4	00:20:49	Kluge, Silke	07.12.2003	Hamm	7
4	00:20:49	Uelzmann, Christine	01.05.2007	Bergkamen-Oberaden	7
6	00:20:59	Steinkuhl, Heike	27.10.1990	Bergkamen-Oberaden	5
7	00:21:29	Brinkmann, Susanne	12.10.2006	Hamm	4
8	00:21:49	Pfeffer, Dorothea	08.12.2002	Hamm	3
9	00:21:55	Daidok, Eva	27.04.1997	Castrop	2
10	00:21:56	Hermann, Sabine	09.07.1994	Oberaden	1

10 km

Platz	Zeit	Datum	Ort	Punkte	
1	00:38:39	Walter, Katrin	28.01.2007	Hamm	10
2	00:41:11	Reisige-Muhr, Bettina	23.11.2002	Dortmund	9
3	00:42:09	Kluge, Silke	15.07.2006	Norderney	8
4	00:42:30	Steinkuhl, Heike	08.05.1988	Lüdinghausen	7
5	00:44:00	Uelzmann, Christine	14.06.2007	Dolberg	6
6	00:44:26	Pfeffer, Dorothea	11.08.2007	Ahlen	5
7	00:44:28	Daidok, Eva	12.07.1996	Rorup	4
8	00:45:25	Jäger, Sonja	30.10.1994	Hamm	3
9	00:45:26	Brinkmann, Susanne	28.01.2007	Hamm	2
10	00:45:36	Voß-Berkhoff, Heidi	08.01.2006	Bönen	1

15 km

Platz	Zeit	Datum	Ort	Punkte	
1	00:59:48	Walter, Katrin	11.02.2007	Hamm	10
2	01:04:25	Reisige-Muhr, Bettina	09.02.2003	Hamm	9
3	01:07:00	Kluge, Silke	12.02.2006	Hamm	8
4	01:08:21	Steinkuhl, Heike	20.02.1990	Hamm	7
5	01:08:59	Pfeffer, Dorothea	31.12.2007	Werl-Soest	6
6	01:09:01	Brinkmann, Susanne	11.02.2007	Hamm	5
7	01:09:25	Daidok, Eva	14.02.1999	Hamm	4
8	01:09:50	Maletz, Manuela	31.12.2004	Werl-Soest	3
9	01:10:15	Tölle, Sandra	31.12.1999	Werl-Soest	2
10	01:10:27	Hermann, Sabine	07.02.1994	Hamm	1

Halbmarathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	01:26:08	Walter, Katrin	25.02.2007	Hamm	10
2	01:30:54	Reisige-Muhr, Bettina	14.04.2001	Paderborn	9
3	01:35:48	Kluge, Silke	02.04.2006	Bonn	8
4	01:36:07	Steinkuhl, Heike	01.05.1991	Kamen-Methler	7
5	01:36:49	Uelzmann, Christine	14.05.2006	Unna-Königsborn	6
6	01:37:58	Pfeffer, Dorothea	10.04.2005	Bonn	5
7	01:40:26	Daidok, Eva	08.11.1998	Verl	4
8	01:40:32	Brinkmann, Susanne	26.02.2006	Hamm	3
9	01:41:52	Maletz, Manuela	23.02.2003	Hamm	2
10	01:44:09	Hermann, Sabine	12.05.1996	Unna	1

Marathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	03:13:59	Walter, Katrin	23.04.2006	Hamburg	10
2	03:17:05	Reisige-Muhr, Bettina	22.03.2003	Steinfurt	9
3	03:26:58	Pfeffer, Dorothea	08.05.2005	Hannover	8
4	03:37:55	Maletz, Manuela	30.04.2006	Duisburg	7
5	03:41:32	Uelzmann, Christine	07.10.2007	Köln	6
6	03:42:16	Daidok, Eva	15.10.2000	Essen	5
7	03:48:47	Hermann, Sabine	22.09.1996	Karlsruhe	4
8	03:48:54	Karlsohn, Ulrike	28.08.1994	Herzlake	3
9	03:50:27	Tessarek, Ingrid	28.09.1997	Berlin	2
10	03:53:52	Schlink, Rosemarie	20.10.1991	Essen	1

Ewige Top-Ten-Wertung

Platz		Punkte
1	Walter, Katrin	50
2	Reisige-Muhr, Bettina	45
3	Kluge, Silke	31
4	Pfeffer, Dorothea	27
5	Steinkuhl, Heike	25
5	Uelzmann, Christine	25
7	Daidok, Eva	19
8	Brinkmann, Susanne	14
9	Maletz, Manuela	12
10	Tölle, Sandra,	10

Männer

5 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	00:16:09	Holtmann, Jörg	19.08.1995	Bönen	10
2	00:16:39	Wrede, Michael	19.07.1996	Oberaden	9
3	00:17:00	Kohrt, Thomas	08.10.1994	Sythen	8
4	00:17:02	Karlsohn, Heinrich	19.07.1996	Oberaden	7
5	00:17:20	Schlockermann, Martin	08.12.1996	Hamm	6
6	00:17:29	Stoepel, Hartmut	13.09.1986	Fröndenberg	5
7	00:17:40	Pfeffer, Dirk	16.10.2005	Geseke	4
8	00:17:45	Budde, Klaus	14.09.1993	Oberaden	3
9	00:17:50	Engel, Manfred	13.10.1990	Sythen	2
10	00:17:52	Linnenlücke, Manfred	21.10.1992	Brackwede	1

10 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	00:33:40	Holtmann, Jörg	26.11.1994	Mesum	10
2	00:33:59	Wrede, Michael	06.04.1996	Paderborn	9
3	00:34:15	Karlsohn, Heinrich	19.08.1995	Bönen	8
4	00:34:16	Schlockermann, Martin	19.08.1996	Bönen	7
5	00:34:33	Pfeffer, Dirk	26.01.2003	Hamm	6
6	00:35:01	Budde, Klaus	27.03.1994	Bönen	5
7	00:35:39	Voß, Marcus	08.01.2006	Bönen	4
8	00:35:40	Kohrt, Thomas	26.01.1997	Hamm	3
9	00:35:55	Fabian, Hans	16.03.1987	Bielefeld	2
10	00:36:04	Engel, Manfred	07.12.1990	Rheda	1

15 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	00:52:29	Wrede, Michael	09.02.1997	Hamm	10
2	00:52:31	Holtmann, Jörg	04.12.1994	Bertlich	9
3	00:52:47	Pfeffer, Dirk	09.02.2003	Hamm	8
4	00:53:34	Karlsohn, Heinrich	09.02.1997	Hamm	7
5	00:54:09	Budde, Klaus	31.12.1991	Werl	6
6	00:54:32	Schlockermann, Martin	14.02.1999	Hamm	5
7	00:54:45	Kohrt, Thomas	31.12.1993	Werl	4
8	00:54:57	Groß, Herbert	31.12.1986	Werl	3
9	00:55:30	Fabian, Hans	20.02.1988	Hamm	2
10	00:55:35	Voß, Marcus	31.12.2006	Werl-Soest	1

Halbmarathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	01:14:21	Wrede, Michael	01.05.1997	Methler	10
2	01:15:15	Karlsohn, Heinrich	01.05.1997	Methler	9
3	01:15:54	Pfeffer, Dirk	23.02.2003	Hamm	8
4	01:16:24	Holtmann, Jörg	07.11.1993	Unna-Lünern	7
5	01:17:15	Schlockermann, Martin	23.02.1997	Hamm	6
6	01:18:08	Kohrt, Thomas	25.02.1995	Hamm	5
7	01:18:56	Engel, Manfred	10.05.1990	Selm	4
8	01:19:39	Budde, Klaus	23.02.1997	Hamm	3
9	01:19:45	Groß, Herbert	20.12.1987	Lippborg	2
10	01:20:51	Fabian, Hans	17.12.1989	Lippborg	1

Marathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	02:38:25	Karlsohn, Heinrich	27.04.1997	Hamburg	10
2	02:39:09	Wrede, Michael	27.10.1996	Essen	9
3	02:45:33	Pfeffer, Dirk	08.05.2005	Hannover	8
4	02:45:45	Groß, Herbert	04.10.1987	Berlin	7
5	02:48:22	Fabian, Hans	04.10.1987	Berlin	6
6	02:48:43	Schlockermann, Martin	27.10.1996	Frankfurt	5
7	02:48:50	Holtmann, Jörg	29.10.1995	Frankfurt	4
8	02:53:37	Engel, Manfred	24.10.1994	Essen	3
9	02:53:53	Budde, Klaus	24.04.1988	Hamburg	2
10	02:54:01	Brock, Karl-Heinz	04.10.1998	Aschaffenburg	1

Ewige Top-Ten-Wertung

Platz		Punkte
1	Wrede, Michael	47
2	Karlsohn, Heinrich	41
3	Holtmann, Jörg	40
4	Pfeffer, Dirk	34
5	Schlockermann, Martin	29
6	Kohrt, Thomas	20
7	Budde, Klaus	19
8	Groß, Herbert	12
9	Fabian, Hans	11
10	Engel, Manfred	10

Die Lauffreunde Bönen 1985 e.V. in den Bestenlisten und bei Meisterschaften



Frauen

Kreisbestenliste 2007

- Nennungen bis Platz10 -

100 m					
17,0	Stoepel, Corinna	30. Mai	Bergkamen	Platz 2	
3.000 m					
14:08,6	Stoepel, Corinna	19. Sep	Kamen	Platz 3	
5 km					
0:19:46	Walter, Katrin	17. Aug.	Marienfeld	Platz 2	
0:24:15	Stoepel, Corinna	03. Nov	Ascheberg-Herbern	Platz 4	
10 km					
0:38:38	Walter, Katrin	28. Jan.	Hamm	Platz 1	
0:51:48	Stoepel, Corinna	28. Jan.	Hamm	Platz 5	
15 km					
0:59:48	Walter, Katrin	11. Feb.	Hamm	Platz 1	
Halbmarathon					
1:26:08	Walter, Katrin	25. Feb.	Hamm	Platz 1	
Marathon					
3:20:13	Walter, Katrin	29. Apr.	Hamburg	Platz 2	

W 35

5 km					
0:21:28	Kluge, Silke	03. Nov	Ascheberg-Herbern	Platz 1	
0:23:04	Voß-Berkhoff, Heidrun	1. Mai.	Kamen-Methler	Platz 2	
0:29:59	Knotte, Manuela	03. Nov	Ascheberg-Herbern	Platz 6	
0:31:23	Symmank, Simone	09. Dez	Hamm	Platz 7	
0:32:20	Wilke, Frauke	09. Dez	Hamm	Platz 8	
10 km					
0:43:43	Kluge, Silke	14. Okt	Unna-Lünern	Platz 1	
0:45:26	Brinkmann, Susanne	28. Jan.	Hamm	Platz 2	
15 km					
1:08:14	Kluge, Silke	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 2	
1:09:01	Brinkmann, Susanne	11. Feb.	Hamm	Platz 3	
Halbmarathon					
1:41:22	Brinkmann, Susanne	25. Feb.	Hamm	Platz 2	

W 40

5 km					
0:20:49	Uelzmann, Christine	01. Mai	Kamen-Methler	Platz 2	
0:24:31	Maletz, Manuela	09. Jun.	Walstedde	Platz 4	
0:25:44	Firus, Sandra	28. Okt.	Hamm	Platz 6	
0:26:31	Melsheimer, Bettina	03. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 8	

10 km				
0:42:35	Reisige-Muhr, Bettina	28. Jan.	Hamm	Platz 2
0:45:48	Uelzmann, Christine	17. Nov.	Bergkamen	Platz 4
0:46:40	Maletz, Manuela	28. Jan.	Hamm	Platz 6

15 km				
1:05:33	Reisige-Muhr, Bettina	11. Feb.	Hamm	Platz 2
1:12:40	Maletz, Manuela	11. Feb.	Hamm	Platz 3

Halbmarathon				
1:36:23	Reisige-Muhr, Bettina	01. Mai	Kamen-Methler	Platz 1
1:37:25	Uelzmann, Christine	13. Mai	Dortmund	Platz 2
1:44:17	Maletz, Manuela	25. Feb.	Hamm	Platz 4

Marathon				
3:41:32	Uelzmann, Christine	07. Okt.	Köln	Platz 3
3:44:04	Maletz, Manuela	30. Sep.	Berlin	Platz 4

W 45

5 km				
0:22:56	Pfeffer, Dorothea	09. Dez.	Hamm	Platz 3
0:25:37	Steinkuhl, Heike	03. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 6
0:29:09	Leineweber, Heike	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 8

10 km				
0:45:34	Pfeffer, Dorothea	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 3

15 km				
1:08:59	Pfeffer, Dorothea	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 1

Halbmarathon				
1:39:21	Pfeffer, Dorothea	25. Feb.	Hamm	Platz 2

Marathon				
3:27:08	Pfeffer, Dorothea	29. Apr.	Hamburg	Platz 2

50 km				
4:20:20	Pfeffer, Dorothea	04. Nov.	Bottrop	Platz 1

100 km				
9:11:32	Pfeffer, Dorothea	08. Sep.	Winschoten NL	Platz 1

W 50

5 km				
0:28:30	Voß, Gabi	03. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 7
0:29:19	Herud, Gisela	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 8
0:29:56	Bresser, Ute	03. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 10

W 55

5 km				
0:26:15	Tessarek, Ingrid	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 2
0:26:59	Freitag, Karin	19. Mai	Welper	Platz 3
0:34:02	Fliescher, Brigitte	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 5
0:34:03	Walter, Ingrid	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 6

10 km				
0:52:30	Tessarek, Ingrid	21. Okt.	Hamm-Berge	Platz 6
0:56:34	Homeyer, Gisela	09. Dez.	Hamm	Platz 9
15 km				
1:20:10	Tessarek, Ingrid	11. Feb.	Hamm	Platz 3
1:30:10	Homeyer, Gisela	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 6
1:30:21	Schlüter, Helga	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 7
Halbmarathon				
1:55:43	Tessarek, Ingrid	25. Feb.	Hamm	Platz 3
2:25:10	Schlüter, Helga	18. Mrz.	Lissabon	Platz 10

Mannschaft

3 x 800 m-Staffel

9:24,20	Lauffreunde Bönen (Pfeffer - Maletz - Stoepel 87)	30. Mai	Bergkamen	Platz 2
---------	--	---------	-----------	---------

10 km-Mannschaft

2:06:39	Lauffreunde Bönen (Walter 38:38 - Reisige-Muhr 42:35 - Brinkmann 45:26)	28. Jan.	Hamm	Platz 2
---------	--	----------	------	---------

2:31:51	Lauffreunde Bönen (Maletz 46:40 - Stoepel 51:48 - Tessarek 53:23)	28. Jan.	Hamm	Platz 6
---------	--	----------	------	---------

15 km-Mannschaft

3:14:22	Lauffreunde Bönen (Walter 59:48 - Reisige-Muhr 1:05:33 - Brinkmann 1:09:01)	11. Feb	Hamm	Platz 2
---------	--	---------	------	---------

3:42:29	Lauffreunde Bönen (Pfeffer 1:09:39 - Maletz 1:12:40 - Tessarek 1:20:10)	11.Feb.	Hamm	Platz 4
---------	--	---------	------	---------

Halbmarathon-Mannschaft

4:42:47	Lauffreunde Bönen (Walter 1:26:08 - Reisige-Muhr 1:37:18 - Pfeffer 1:39:21)	25. Feb.	Hamm	Platz 2
---------	--	----------	------	---------

5:21:22	Lauffreunde Bönen (Brinkmann 1:41:22 - Maletz 1:44:17 - Tessarek 1:55:43)	25. Feb.	Hamm	Platz 6
---------	--	----------	------	---------

Männer

Kreisbestenliste 2007

- Nennungen bis Platz10 -

Hauptklasse

5 km					
0:24:18	Stoepel, Dominik	09. Jun.	Walstedde		Platz 10
15 km					
15,0	1:07:49 Freitag, Thomas	11. Feb.	Hamm		Platz 6
Halbmarathon					
21,1	1:34:20 Freitag, Thomas	25. Feb.	Hamm		Platz 5

M 30

5.000 m					
0:19:19	Münstermann, Marcus	19. Sep.	Kamen		Platz 1
0:21:06	Sluyter, Kai	19. Sep.	Kamen		Platz 3
10 km					
0:39:30	Münstermann, Marcus	28. Jan.	Hamm		Platz 4
15 km					
0:59:44	Münstermann, Marcus	11. Feb.	Hamm		Platz 3
1:14:31	Sluyter, Kai	31. Dez.	Werl-Soest		Platz 9
Halbmarathon					
1:27:54	Münstermann, Marcus	25. Feb.	Hamm		Platz 2
Marathon					
3:30:20	Münstermann, Marcus	13. Mai	Dortmund		Platz 1
4:32:33	Sluyter, Kai	07. Okt.	Köln		Platz 8

M 35

5 km					
0:20:23	Schelter, Michael	07. Apr.	Paderborn		Platz 4
0:20:37	Küchmann, Marcus	21. Okt.	Hamm-Berge		Platz 5
0:20:38	Munk, Martin	03. Nov.	Ascheberg-Herbern		Platz 6
0:24:43	Firus, Volker	14- Okt.	Unna-Lünern		Platz 10
15 km					
1:04:13	Küchmann, Marcus	31. Dez.	Werl-Soest		Platz 6
Halbmarathon					
1:21:21	Voß, Marcus	01. Mai	Kamen-Methler		Platz 3
1:39:08	Schelter, Michael	01. Mai	Kamen-Methler		Platz 10

M 40

5 km					
0:19:02	Pfeffer, Dirk	09. Dez.	Hamm		Platz 2
0:20:22	Wöllert, Michael	01. Mai	Kamen-Methler		Platz 6
0:22:04	Kluge, Carsten	14. Okt.	Unna-Lünern		Platz 8

10 km				
0:39:03	Pfeffer, Dirk	14. Dez.	Ahlen	Platz 4
0:39:55	Schlockermann, Martin	12. Aug	Wickede	Platz 10

15 km				
0:59:08	Pfeffer, Dirk	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 3
1:02:32	Wöllert, Michael	11. Feb.	Hamm	Platz 8
1:02:32	Holtmann, Jörg	11. Feb.	Hamm	Platz 8

Halbmarathon				
1:34:15	Wöllert, Michael	25. Feb.	Hamm	Platz 8

M 45

Halbmarathon				
1:04:48	von Glahn, Jochen	11. Feb.	Hamm	Platz 8

M 50

5.000 m				
0:20:47	Berges, Peter	19. Sep.	Kamen	Platz 2

5 km				
0:19:58	Budde, Klaus	09. Dez.	Hamm	Platz 4
0:20:38	Berges, Peter	03. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 6

10 km				
0:41:57	Budde, Klaus	09. Dez.	Hamm	Platz 6
0:42:56	Unruh, Alexander	20. Okt.	Wadersloh	Platz 8

15 km				
1:00:38	Budde, Klaus	11. Feb.	Hamm	Platz 2
1:09:03	Koller, Udo	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 8

Halbmarathon				
1:27:21	Budde, Klaus	25. Feb.	Hamm	Platz 2

M 55

3.000 m				
0:13:04	Stoepel, Hartmut	19. Sep.	Kamen	Platz 2

5 km				
0:22:26	Stoepel, Hartmut	10. Nov.	Werl	Platz 2
0:22:59	Hermann, Wolfgang	01. Mai	Kamen-Methler	Platz 3
0:23:54	Jahn, Bernd	23. Jun.	Soest	Platz 4
0:24:49	Walter, Lothar	14. Okt.	Unna-Lünern	Platz 6
0:27:04	Freitag, Dieter	07. Apr.	Paderborn	Platz 7

10 km				
0:45:14	Stoepel, Hartmut	23. Jun.	Soest	Platz 6
0:46:21	Vulf, Simon	19. Mai	Welver	Platz 8

15 km				
1:13:26	Freitag, Dieter	11. Feb.	Hamm	Platz 3
1:15:33	Vulf, Simon	13. Jul.	Fröndenberg	Platz 4
1:17:25	Stoepel, Hartmut	11. Feb.	Hamm	Platz 6
1:18:19	Daidok, Michael	11. Feb.	Hamm	Platz 7

Halbmarathon

1:42:58	Freitag, Dieter	07. Apr.	Paderborn	Platz 4
1:47:22	Vulf, Simon	25. Feb.	Hamm	Platz 8

Marathon

3:38:45	Brock, Karl-Heinz	29. Apr.	Dresden	Platz 2
3:51:20	Vulf, Simon	29. Apr.	Duisburg	Platz 3
4:01:40	Daidok, Michael	09. Sep.	Münster	Platz 4
4:03:50	Freitag, Dieter	29. Apr.	Hamburg	Platz 5
5:03:51	Homeyer, Klaus	13. Mai	Dortmund	Platz 8

M 60

10 km				
0:49:39	Dieckmann, Lothar	09. Dez.	Hamm	Platz 9

15 km				
1:19:43	Dieckmann, Lothar	11. Feb.	Hamm	Platz 8

Halbmarathon

1:53:36	Dieckmann, Lothar	19. Mai	Wiedenbrück	Platz 8
---------	-------------------	---------	-------------	---------

M 65

5.000 m				
0:24:44	Engel, Manfred	19. Sep.	Kamen	Platz 1

5 km				
0:22:24	Kasischke, Ulf	03. Nov.	Herbern	Platz 1
0:23:43	Engel, Manfred	28. Okt.	Hamm	Platz 2

10 km				
0:44:43	Kasischke, Ulf	17. Nov.	Bergkamen	Platz 3
0:48:32	Engel, Manfred	28. Mai	Gütersloh	Platz 5

15 km				
1:08:32	Kasischke, Ulf	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 2
1:16:05	Engel, Manfred	11. Feb.	Hamm	Platz 4

Halbmarathon

1:41:39	Kasischke, Ulf	22. Apr.	Bonn	Platz 2
1:53:29	Engel, Manfred	25. Feb.	Hamm	Platz 5

Marathon

3:44:07	Kasischke, Ulf	09. Sep.	Münster	Platz 2
---------	----------------	----------	---------	---------

Mannschaft

3 x 1.000 m Staffel

10:07,90	Lauffreunde Bönen (von Glahn - Münstermann - Budde)	30. Mai	Bergkamen	Platz 2
10:09,84	Lauffreunde Bönen (Bartmann - Freitag - Löddemann)	30.05.	Bergkamen	Platz 3

10 km-Mannschaft

2:02:04	Lauffreunde Bönen (Münstermann 39:30 - Wöllert 41:17 - Holtmann 41:17)	28. Jan.	Hamm	Platz 8
---------	---	----------	------	---------

15 km-Mannschaft

3:02:54	Lauffreunde Bönen (Münstermann 59:44 - Budde 1:00:38 - Wöllert 1:02:32)	11. Feb.	Hamm	Platz 5
3:15:09	Lauffreunde Bönen (Holtmann 1:02:32 - von Glahn 1:04:48 - Freitag 1:07:49)	11. Feb.	Hamm	Platz 10

Halbmarathon-Mannschaft

4:29:30	Lauffreunde Bönen (Budde 1:27:21 - Münstermann 1:27:54 - Wöllert 1:34:15)	25. Feb.	Hamm	Platz 6
---------	--	----------	------	---------

Westfälische Bestenliste 2007

Frauen

Halbmarathon

1:26:08 Walter, Katrin 25.Feb. Hamm Platz 13

100 km

9:11:32 Pfeffer, Dorothea 08.Sep. Winschoten/NED Platz 3

10 km-Mannschaft

2:06:39 Lauffreunde Bönen 28.Jan. Hamm Platz 14
(Walter 38:38, Reisige-Muhr 42:35, Brinkmann 45:26)

Halbmarathon-Mannschaft

4:42:47 Lauffreunde Bönen 25.Jan. Hamm Platz 10
(Walter 1:26:08, Reisige-Muhr 1:37:18, Pfeffer 1:39:21)

W 30/35 *

3 x 800 m-Staffel

8:42,20 Lauffreunde Bönen 30. Mai Bergkamen Platz 2
(Uelzmann 67, Brinkmann 68, Reisige-Muhr 67)

W 45

Marathon

3:27:08 Pfeffer, Dorothea 29. Apr. Hamburg Platz 6

100 km

9:11:32 Pfeffer, Dorothea 08. Sep. Winschoten/NED Platz 1

Männer

M 30/35 *

3 x 1.000 m-Staffel

10:07,90 Lauffreunde Bönen 30. Mai Bergkamen Platz 4
(von Glahn 59, Münstermann 74, Budde 53)

* Zusammengefasste AK, Zuordnung erfolgt nach der jüngsten Läuferin bzw. dem jüngsten Läufer

Deutsche Bestenliste 2007

Halbmarathon-Mannschaft

4:42:47 Lauffreunde Bönen 25. Jan. Hamm Platz 30
(Walter 1:26:08, Reisige-Muhr 1:37:18, Pfeffer 1:39:21)

100 km

9:11:32 Pfeffer, Dorothea 08. Sep. Winschoten/NED Platz 10

Europäische Bestenliste 2007

100 km

9:11:32 Pfeffer, Dorothea 08. Sep. Winschoten/NED Platz 41

Weltbestenliste 2007

100 km

9:11:32 Pfeffer, Dorothea 08. Sep. Winschoten/NED Platz 69

Kreismeisterschaften

Jeweils 1. Platz

10 km – 21. Okt. in Hamm

Frauen	Stoepel, Corinna	53:02 Min.
W 40	Reisige-Muhr, Bettina	45:02 Min.
W 55	Tessarek, Ingrid	52:30 Min.
M 55	Stoepel, Hartmut	46:10 Min.

Halbmarathon – 25. Feb. In Hamm

Frauen	Walter, Katrin	1:26:08 Std.
W 35	Brinkmann, Susanne	1:41:22 Std.
W 40	Reisige-Muhr, Bettina	1;37:18 Std.
W 45	Pfeffer, Dorothea	1:39:21 Std.
M 50	Budde, Klaus	1:27:21 Std.

Cross – 24. Mrz. in Unna-Hemmerde

W 40 – 7.100 m	Reisige-Muhr, Bettina	33:14 Min.
M 55 – 3.100 m	Stoepel, Hartmut	14:44 Min.

Langstaffel – 30. Mai in Bergkamen

W 35 3 x 800 m	Uelzmann, Christine – Brinkmann, Susanne – Reisige-Muhr, Bettina Zeit: 8:42,20 Min.
M 30 3 x 1.000 m	Von Glahn, Jochen – Münstermann, Marcus – Budde, Klaus Zeit: 10:07,90 Min.

Langstrecke – 19. Sep. in Kamen

M 30 – 5.000 m	Münstermann, Marcus	19:19 Min.
M 55 – 3.000 m	Stoepel, Hartmut	13:04 Min.

Bezirksmeisterschaften

Halbmarathon – 25. Feb. in Hamm

Frauen	Walter, Katrin	1:26:08 Std.	Platz 1
W 35	Brinkmann, Susanne	1:41:22 Std.	Platz 1
W 40	Reisige-Muhr, Bettina	1;37:18 Std.	Platz 1
W 45	Pfeffer, Dorothea	1:39:21 Std.	Platz 2
W 55	Tessarek, Ingrid	1:55:43 Std.	Platz 2
Männer	Freitag, Thomas	1:34:20 Std.	Platz 6
M 30	Münstermann, Marcus	1:27:54 Std.	Platz 2
M 40	Wöllert, Michael	1:34:15 Std.	Platz 9
M 50	Budde, Klaus	1:27:21 Std.	Platz 4
M 55	Freitag, Dieter	1:43:20 Std.	Platz 8
M 55	Vulf, Simon	1:47:22 Std.	Platz 10
M 65	Kasischke, Ulf	1:42:53 Std.	Platz 3
M 65	Engel, Manfred	1:53:59 Std.	Platz 5

Westdeutsche Meisterschaften

Marathon - 29. Apr. in Duisburg

M 55	Vulf, Simon	3:51:20 Std.	Platz 10
------	-------------	--------------	----------

Deutsche Meisterschaften

100 km – 24. Mrz. in Kienbaum

Gesamt	Pfeffer, Dorothea	9:24:09 Std.	Platz 8
W 45			Platz 1