

Crosslauf - Langstrecke, Lauf 1 - MU23,M,M30-M35

01.12.2019 / 10:30

Länge: 9,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	23	Fabianowski Dominik	1989	NO	ASV Köln	32:58
2	25	Dichans Fabian	1982	NO	Ayyo-Team Essen	33:38
3	262	Verhalen Christoph	1982	NO	TuS Xanten	33:41
4	86	Hemkes Lucas	1992	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	33:47
5	14	Breuer Dennis	1990	NO	ASV Duisburg	34:08
6	17	Kruck Karsten	1978	NO	ASV Duisburg	34:31
7	20	Neuens Jan	1997	NO	ASV Duisburg	35:13
8	206	Bong Simon	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	36:10
9	267	Nitz Bastian	2000	NO	TV Voerde	36:27
10	126	Claßen Michael	1986	NO	Mönchengladbacher LG	37:41
11	285	Schickert Simon	1984	NO	ASV Köln	41:39
12	127	Georgoudis Wassilios	1978	NO	Mönchengladbacher LG	42:37
13	238	Beckers Bastian	1980	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	45:34
	1	Kremser Fabian	1997	NO	Aachener TG	ogV
	132	Stevens André	1985	NO	Mönchengladbacher LG	ogV
	124	Fröhling Luca	1999	NO	LV Marathon Kleve	ogV
	141	Hamann Marcel	1982	NO	OSC Waldniel	ogV

Crosslauf - Langstrecke, Männer (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 10:30

Länge: 9,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	86	Hemkes Lucas	1992	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	33:47
2	14	Breuer Dennis	1990	NO	ASV Duisburg	34:08
3	20	Neuens Jan	1997	NO	ASV Duisburg	35:13
	1	Kremser Fabian	1997	NO	Aachener TG	ogV

Crosslauf - Langstrecke, Männer U23 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 10:30

Länge: 9,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	206	Bong Simon	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	36:10
2	267	Nitz Bastian	2000	NO	TV Voerde	36:27
	124	Fröhling Luca	1999	NO	LV Marathon Kleve	ogV

Crosslauf - Langstrecke, Senioren M30 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 10:30

Länge: 9,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	23	Fabianowski Dominik	1989	NO	ASV Köln	32:58
2	126	Claßen Michael	1986	NO	Mönchengladbacher LG	37:41
3	127	Georgoudis Wassilios	1978	NO	Mönchengladbacher LG	42:37
	132	Stevens André	1985	NO	Mönchengladbacher LG	ogV

Crosslauf - Langstrecke, Senioren M35 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 10:30

Länge: 9,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	25	Dichans Fabian	1982	NO	Ayyo-Team Essen	33:38
2	262	Verhalen Christoph	1982	NO	TuS Xanten	33:41
3	17	Kruck Karsten	1978	NO	ASV Duisburg	34:31
4	285	Schickert Simon	1984	NO	ASV Köln	41:39
5	238	Beckers Bastian	1980	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	45:34
	141	Hamann Marcel	1982	NO	OSC Waldniel	ogV

Crosslauf - Langstrecke, Lauf 2 - WU23,W,W30-W35;

01.12.2019 / 11:30

Länge: 6,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	69	von Ehren Kira	1995	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	24:27
2	269	Wehr Katharina	1996	NO	TV Wanheimerort 1880	24:40
3	236	Schwartz Heidi	1989	NO	TuS Köln rrh.	25:18
4	284	Warmer Nicole	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	26:08
5	255	Dahlbeck Anna-Lina	1981	NO	TuS Xanten	26:09
6	92	Valder Sarah	1993	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	26:22
7	157	Ahrens Nina	1995	NO	SC Myhl LA	26:36
8	129	Kaufmann Sophie	1993	NO	Mönchengladbacher LG	27:49
9	125	Beba Sonja	1988	NO	Mönchengladbacher LG	28:37
10	13	Schmitz Claudia	1972	NO	ASC Rosellen/Neuss	31:03
11	134	Weiss Franziska	1992	NO	Mönchengladbacher LG	31:04
12	198	Michel Ronja	1991	NO	TLV Germania Überruhr	31:55
13	105	Michel Susanne	1985	NO	Leichtathletik Nütterden	32:38
14	10	Michel Anne	1985	NO	ASC Rosellen/Neuss	33:26
	249	Teister Sabine	1981	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	

Crosslauf - Langstrecke, Frauen (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 11:30

Länge: 6,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	69	von Ehren Kira	1995	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	24:27
2	269	Wehr Katharina	1996	NO	TV Wanheimerort 1880	24:40
3	92	Valder Sarah	1993	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	26:22
4	157	Ahrens Nina	1995	NO	SC Myhl LA	26:36
5	129	Kaufmann Sophie	1993	NO	Mönchengladbacher LG	27:49
6	134	Weiss Franziska	1992	NO	Mönchengladbacher LG	31:04
7	198	Michel Ronja	1991	NO	TLV Germania Überruhr	31:55

Crosslauf - Langstrecke, Frauen U23 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 11:30

Länge: 6,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	284	Warmer Nicole	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	26:08

Crosslauf - Langstrecke, Seniorinnen W30 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 11:30

Länge: 6,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	236	Schwartz Heidi	1989	NO	TuS Köln rrh.	25:18
2	125	Beba Sonja	1988	NO	Mönchengladbacher LG	28:37
3	105	Michel Susanne	1985	NO	Leichtathletik Nütterden	32:38
4	10	Michel Anne	1985	NO	ASC Rosellen/Neuss	33:26

Crosslauf - Langstrecke, Seniorinnen W35 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 11:30

Länge: 6,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	255	Dahlbeck Anna-Lina	1981	NO	TuS Xanten	26:09
2	13	Schmitz Claudia	1972	NO	ASC Rosellen/Neuss	31:03
	249	Teister Sabine	1981	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	

Crosslauf - Kurzstrecke, Lauf 3 - W14,W15

01.12.2019 / 12:10

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	2	Niederau Annika	2005	NO	Aachener TG	12:50
2	233	Winzen Romy	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	12:56
3	63	Odendahl Hannah	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:03
4	152	Leifeld Eva	2004	NO	Rhein-Berg Runners	13:14
5	60	Helmrich Johanna	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:31
6	64	Römmen Sophie Charlotte	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:35
7	232	Sausen Isabella	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	13:47
8	114	Christiansen Lara	2005	NO	LG Remscheid	13:53
9	230	Bäuerle Lea	2005	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	14:14
10	261	van Bebber Katharina	2005	NO	TuS Xanten	14:29
11	231	Houben Sofia	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	14:40
12	56	Dietrich Paula	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	14:44
13	207	Dittrich Anna	2004	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	14:49
14	253	Aldenhoff Laura	2005	NO	TuS Xanten	15:41
	26	Reibold Flora	2005	NO	Birkesdorfer TV	ogV
	84	Wienold Antonia	2005	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV
	214	Ziegler Franziska	2004	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	192	Noack Lilli	2005	NO	SV Sonsbeck	ogV
	80	Metternich Maja	2004	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Jugend W15 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:10

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	233	Winzen Romy	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	12:56
2	152	Leifeld Eva	2004	NO	Rhein-Berg Runners	13:14
3	60	Helmrich Johanna	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:31
4	64	Römmen Sophie Charlotte	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:35
5	232	Sausen Isabella	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	13:47
6	231	Houben Sofia	2004	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	14:40
7	207	Dittrich Anna	2004	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	14:49
	214	Ziegler Franziska	2004	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	80	Metternich Maja	2004	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Jugend W14 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:10

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	2	Niederau Annika	2005	NO	Aachener TG	12:50
2	63	Odendahl Hannah	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:03
3	114	Christiansen Lara	2005	NO	LG Remscheid	13:53
4	230	Bäuerle Lea	2005	NO	TuS 1920 Jahn Hilfarth	14:14
5	261	van Bebber Katharina	2005	NO	TuS Xanten	14:29
6	56	Dietrich Paula	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	14:44
7	253	Aldenhoff Laura	2005	NO	TuS Xanten	15:41
	26	Reibold Flora	2005	NO	Birkesdorfer TV	ogV
	84	Wienold Antonia	2005	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV
	192	Noack Lilli	2005	NO	SV Sonsbeck	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Lauf 4 - M14,M15

01.12.2019 / 12:30

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	90	Rieck Eliah	2004	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	10:54
2	283	Ihle Leander	2004	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	10:54
3	280	Hariri Hamza	2004	NO	Leichtathl.-SG Eschweiler	11:14
4	21	Schetter Jan	2004	NO	ASV Duisburg	11:17
5	3	Patri Jonas	2005	NO	Aachener TG	11:26
6	144	Zwarg Chris-Ole	2004	NO	OSC Waldniel	11:26
7	73	Klever Laurenz	2004	NO	LAV Oberhausen	11:28
8	268	Nitz Florian	2005	NO	TV Voerde	11:33
9	196	van Straelen Torben	2004	NO	SV Sonsbeck	11:41
10	70	Krott Ole	2004	NO	LAV Habbelrath-Grefrath	11:44
11	115	Powell Max	2004	NO	LG Stadtwerke Hilden	11:46
12	135	Komp Leonhard	2004	NO	MTG Horst Essen	11:53
13	271	Hoberg Felix	2004	NO	VFL Engelskirchen	11:58
14	29	Mehl Lukas	2005	NO	DJK Armada Euchen-Würselen	12:03
15	272	Kaste Till	2004	NO	VFL Merkur Kleve	12:12
16	190	Kuse Ole	2005	NO	SV Sonsbeck	12:23
17	150	Borschbach Leon	2004	NO	Rhein-Berg Runners	12:24
18	78	Krings Henning	2005	NO	LAZ Mönchengladbach	12:31
19	32	Herma Noah	2005	NO	DJK Jung Siegf. Herzogenrath	12:35
20	54	Köller Christoph	2005	NO	LAC THG Kettwig	12:37
21	59	Heide Maximilian	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	12:37
22	229	van Thiel Jonah	2005	NO	Turnverein Ratingen	12:43
23	153	Schaffrath Jonas	2004	NO	Rhein-Berg Runners	12:52
24	281	Fischer Jens	2005	NO	DJK Kleinenbroich	12:54
25	45	Czarnietzki Timo	2005	NO	DJK Novesia Neuss	12:56
26	200	Hesemann Jano	2005	NO	Troisdorfer LG	12:58
27	137	Ditges Fiete	2004	NO	OSC Waldniel	12:59
28	108	Eckholt Lukas	2004	NO	LG Alpen	13:00
29	110	Malmström Jan Hendrik	2004	NO	LG Alpen	13:09
30	49	Schädlich Luis	2005	NO	DJK Novesia Neuss	13:14
31	252	Riedeberger Luca	2004	NO	TuS Wesseling	13:19
32	99	Ressing Joris	2005	NO	LC Adler Bottrop	13:34
33	138	Drever Jan Lukas	2005	NO	OSC Waldniel	13:40
34	47	Merker Darius	2004	NO	DJK Novesia Neuss	13:55
35	48	Merker Julian	2004	NO	DJK Novesia Neuss	14:16
36	107	Drescher Dustin	2004	NO	LG Alpen	14:19
37	186	Claßen Niklas	2004	NO	SV Sonsbeck	14:20
38	193	Reinders Fynn	2005	NO	SV Sonsbeck	15:25
	9	Plümacher Viktor	2005	NO	ART Düsseldorf	
	65	Schaffeld Lukas	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	

Crosslauf - Kurzstrecke, Jugend M15 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:30

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	90	Rieck Eliah	2004	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	10:54
2	283	Ihle Leander	2004	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	10:54
3	280	Hariri Hamza	2004	NO	Leichtathl.-SG Eschweiler	11:14
4	21	Schetter Jan	2004	NO	ASV Duisburg	11:17
5	144	Zwarg Chris-Ole	2004	NO	OSC Waldniel	11:26
6	73	Klever Laurenz	2004	NO	LAV Oberhausen	11:28
7	196	van Straelen Torben	2004	NO	SV Sonsbeck	11:41
8	70	Krott Ole	2004	NO	LAV Habbelrath-Grefrath	11:44
9	115	Powell Max	2004	NO	LG Stadtwerke Hilden	11:46

Crosslauf - Kurzstrecke, Jugend M15 (aus gemeinsamem Bewerb) - Fortsetzung

01.12.2019 / 12:30

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
10	135	Komp Leonhard	2004	NO	MTG Horst Essen	11:53
11	271	Hoberg Felix	2004	NO	VFL Engelskirchen	11:58
12	272	Kaste Till	2004	NO	VFL Merkur Kleve	12:12
13	150	Borschbach Leon	2004	NO	Rhein-Berg Runners	12:24
14	59	Heide Maximilian	2004	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	12:37
15	153	Schaffrath Jonas	2004	NO	Rhein-Berg Runners	12:52
16	137	Ditges Fiete	2004	NO	OSC Waldniel	12:59
17	108	Eckholt Lukas	2004	NO	LG Alpen	13:00
18	110	Malmström Jan Hendrik	2004	NO	LG Alpen	13:09
19	252	Riedeberger Luca	2004	NO	TuS Wesseling	13:19
20	47	Merker Darius	2004	NO	DJK Novesia Neuss	13:55
21	48	Merker Julian	2004	NO	DJK Novesia Neuss	14:16
22	107	Drescher Dustin	2004	NO	LG Alpen	14:19
23	186	Claßen Niklas	2004	NO	SV Sonsbeck	14:20

Crosslauf - Kurzstrecke, Jugend M14 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:30

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	3	Patri Jonas	2005	NO	Aachener TG	11:26
2	268	Nitz Florian	2005	NO	TV Voerde	11:33
3	29	Mehl Lukas	2005	NO	DJK Armada Euchen-Würselen	12:03
4	190	Kuse Ole	2005	NO	SV Sonsbeck	12:23
5	78	Krings Henning	2005	NO	LAZ Mönchengladbach	12:31
6	32	Herma Noah	2005	NO	DJK Jung Siegfr. Herzogenrath	12:35
7	54	Köller Christoph	2005	NO	LAC THG Kettwig	12:37
8	229	van Thiel Jonah	2005	NO	Turnverein Ratingen	12:43
9	281	Fischer Jens	2005	NO	DJK Kleinenbroich	12:54
10	45	Czarnietzki Timo	2005	NO	DJK Novesia Neuss	12:56
11	200	Hesemann Jano	2005	NO	Troisdorfer LG	12:58
12	49	Schädlich Luis	2005	NO	DJK Novesia Neuss	13:14
13	99	Ressing Joris	2005	NO	LC Adler Bottrop	13:34
14	138	Drever Jan Lukas	2005	NO	OSC Waldniel	13:40
15	193	Reinders Fynn	2005	NO	SV Sonsbeck	15:25
	9	Plümacher Viktor	2005	NO	ART Düsseldorf	
	65	Schaffeld Lukas	2005	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	

Crosslauf - Kurzstrecke, Lauf 5 - WJU18,WJU20

01.12.2019 / 12:50

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	93	Vernikov Sonja	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	11:49
2	185	Brömmel Rahel	2002	NO	SV Sonsbeck	12:02
3	79	Lehnen Christina	2003	NO	LAZ Mönchengladbach	12:27
4	68	Szymanowski Pia	2003	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	12:29
5	165	Moser Denise	2000	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	12:33
6	163	Kasimirowicz Emma	2002	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	12:34
7	91	Siebert Nele	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	12:35
8	62	Konrad Caroline	2001	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:08
9	61	Konrad Anna	2002	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:39
10	77	Keil Hannah	2001	NO	LAZ Mönchengladbach	13:44
11	180	Ulrich Charlotte	2004	NO	SSG Königswinter	13:48
12	19	Muschalla Rebecca	2002	NO	ASV Duisburg	13:53
13	72	Schäfer Sophie	2002	NO	LAV Habelrath-Grefrath	13:55
14	174	Anthony Myra	2001	NO	SSG Königswinter	13:56

Crosslauf - Kurzstrecke, Lauf 5 - WJU18,WJU20 - Fortsetzung

01.12.2019 / 12:50

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
15	75	Datta Victoria	2003	NO	LAZ Mönchengladbach	14:10
16	95	Vomberg Tamika	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	14:21
17	176	Dieckmann Carlotta	2003	NO	SSG Königswinter	14:25
18	58	Freyland Anna	2003	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	14:37
19	191	Noack Lena	2002	NO	SV Sonsbeck	14:38
20	178	Niesen Anna Joel	2003	NO	SSG Königswinter	14:51
21	50	Schmitz Lena	2003	NO	Dümtener TV	15:30
22	179	Penno Julie	2004	NO	SSG Königswinter	17:05
	170	Stratmann Hannah	2002	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	ogV
	98	Heinke Janet	2003	NO	LC Adler Bottrop	ogV
	210	Radermacher Marena	2003	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	205	Baumgart Hannah	2003	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	74	Bommes Anna	2002	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV
	22	Vortmeier Anneke	2002	NO	ASV Duisburg	ogV
	175	Bomm Elena	2001	NO	SSG Königswinter	ogV
	194	Schultze Pauline	2003	NO	SV Sonsbeck	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Weibliche Jugend U20 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:50

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	93	Vernikov Sonja	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	11:49
2	165	Moser Denise	2000	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	12:33
3	91	Siebert Nele	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	12:35
4	62	Konrad Caroline	2001	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:08
5	61	Konrad Anna	2002	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	13:39
6	77	Keil Hannah	2001	NO	LAZ Mönchengladbach	13:44
7	174	Anthony Myra	2001	NO	SSG Königswinter	13:56
8	95	Vomberg Tamika	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	14:21
9	58	Freyland Anna	2003	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	14:37
	170	Stratmann Hannah	2002	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	ogV
	175	Bomm Elena	2001	NO	SSG Königswinter	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Weibliche Jugend U18 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 12:50

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	185	Brömmel Rahel	2002	NO	SV Sonsbeck	12:02
2	79	Lehnen Christina	2003	NO	LAZ Mönchengladbach	12:27
3	68	Szymanowski Pia	2003	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	12:29
4	163	Kasimirowicz Emma	2002	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	12:34
5	180	Ulrich Charlotte	2004	NO	SSG Königswinter	13:48
6	19	Muschalla Rebecca	2002	NO	ASV Duisburg	13:53
7	72	Schäfer Sophie	2002	NO	LAV Habbelrath-Grefrath	13:55
8	75	Datta Victoria	2003	NO	LAZ Mönchengladbach	14:10
9	176	Dieckmann Carlotta	2003	NO	SSG Königswinter	14:25
10	191	Noack Lena	2002	NO	SV Sonsbeck	14:38
11	178	Niesen Anna Joel	2003	NO	SSG Königswinter	14:51
12	50	Schmitz Lena	2003	NO	Dümtener TV	15:30
13	179	Penno Julie	2004	NO	SSG Königswinter	17:05
	98	Heinke Janet	2003	NO	LC Adler Bottrop	ogV
	210	Radermacher Marena	2003	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	205	Baumgart Hannah	2003	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	ogV
	74	Bommes Anna	2002	NO	LAZ Mönchengladbach	ogV
	22	Vortmeier Anneke	2002	NO	ASV Duisburg	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Weibliche Jugend U18 (aus gemeinsamem Bewerb) - Fortsetzung

01.12.2019 / 12:50

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
	194	Schultze Pauline	2003	NO	SV Sonsbeck	ogV

Crosslauf - Kurzstrecke, Lauf 6 - MJU18

01.12.2019 / 13:10

Länge: 3,1km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	279	Wittmann Felix	2002	NO	Leichtathl.-SG Eschweiler	10:39
2	30	Blazevic Ivan	2002	NO	DJK Jung Siegfr. Herzogenrath	10:40
3	96	Wardi Youssef	2002	NO	LAZ Rhede	10:43
4	87	Hennes Lukas	2002	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	11:13
5	82	Rajter David	2003	NO	LAZ Mönchengladbach	11:16
6	212	Thomzik Kai	2002	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	11:17
7	151	Gardeweg Lukas	2003	NO	Rhein-Berg Runners	11:18
8	51	Schramm Jonas	2002	NO	Dümtener TV	11:31
9	276	Schermayer Clemens	2003	NO	Werdener Turnerbund	11:32
10	109	Kall Felix	2003	NO	LG Alpen	11:40
11	100	Roßkothen Jan	2003	NO	LC Adler Bottrop	11:45
12	16	Kläß Maximilian	2003	NO	ASV Duisburg	11:47
13	28	Diedrichs Sebastian	2003	NO	DJK Armada Euchen-Würselen	11:51
14	183	Bader Damian	2003	NO	Styrumer TV	11:52
15	94	Vernikov Wiktor	2002	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	11:53
16	154	vom Lehn Lukas	2003	NO	Rhein-Berg Runners	11:54
17	164	Kluczkowski Hugo-Augustin	2003	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	11:59
18	55	Borgwardt Luke	2002	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	12:07
19	167	Pilger Kai	2003	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	12:08
20	155	Weinkauff Nils	2002	NO	Rhein-Berg Runners	12:16
21	275	Koch Florian	2002	NO	Werdener Turnerbund	12:19
22	209	Hennig Lennart	2003	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	12:20
23	111	Meiss Gabriel	2003	NO	LG Alpen	12:25
24	201	Hesemann Luca	2002	NO	Troisdorfer LG	12:45
25	211	Schüttler Jonas	2002	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	12:55
26	162	Dreyer Lukas	2003	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	13:09
27	97	Ehring Simon Niklas	2003	NO	LC Adler Bottrop	13:23
28	112	Rous Jonathan	2002	NO	LG Alpen	13:45
29	282	Zamzow Sebastian	2002	NO	SV Sonsbeck	14:25
30	102	Schmidt Dominik	2002	NO	LC Adler Bottrop	14:45
	71	Remming Tom	2002	NO	LAV Habelrath-Grefrath	
	6	Thiele Luca	2003	NO	Aachener TG	
	234	Kaufmann Niklas	2002	NO	TuS Köln rrh.	
	177	Heller Nick	2002	NO	SSG Königswinter	

Crosslauf - Mittelstrecke, Lauf 7 - M40-M90

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	53	Abraham Philippe	1976	NO	LAC THG Kettwig	17:23
2	228	Berger Sascha	1979	NO	Turnverein Erkelenz	17:59
3	11	Minke Sebastian	1977	NO	ASC Rosellen/Neuss	18:05
4	204	Curtis Gareth	1974	NO	TSV Aufderhöhe Solingen	18:09
5	181	Hesselmann Jürgen	1965	NO	STV Hünxe	18:11
6	220	Jonkmanns Uwe	1971	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	18:27
7	33	Betting Friedhelm	1964	NO	DJK Lowick	18:48
8	270	Schmitz Roland	1963	NO	VFB Alemannia Pfalzdorf	18:49
9	277	Jahner Detlef	1964	NO	Wiehltales Leichtathletik-Club	18:52
10	81	Rajter Adam	1978	NO	LAZ Mönchengladbach	18:53

Crosslauf - Mittelstrecke, Lauf 7 - M40-M90 - Fortsetzung

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
11	143	Lange Harald	1968	NO	OSC Waldniel	18:56
12	27	Wellerdick Sven	1969	NO	Brühler TV 1879	19:09
13	34	Bolte Andreas	1977	NO	DJK Lowick	19:27
14	113	Paulußen Michael	1966	NO	LG Ameln/Linnich	19:39
15	24	Kebeck Rüdiger	1971	NO	ASV Süchteln	19:44
16	248	Schramm Frank	1972	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	19:47
17	172	Schäfer Andre	1973	NO	SG Monheim	19:48
18	52	Nickel Stephan	1967	NO	Dürener TV	19:50
19	273	Laermann Ralf	1958	NO	VSV Grenzland Wegberg	19:52
20	182	Hesselmann Rolf	1957	NO	STV Hünxe	20:04
21	39	Lüth Stephan	1974	NO	DJK Lowick	20:07
22	257	Kerkhoff Christoph	1974	NO	TuS Xanten	20:15
23	44	Czarnietzki Bernd	1963	NO	DJK Novesia Neuss	20:26
24	36	Grunau Manfred	1967	NO	DJK Lowick	20:41
25	256	Grote Stephan	1971	NO	TuS Xanten	20:48
26	246	Klöcker Peter	1962	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:06
27	244	Kiekhöfel Andreas	1977	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:09
28	35	Geukes André	1969	NO	DJK Lowick	21:18
29	235	Schmidt Winfried	1948	NO	TuS Köln rrh.	21:20
30	286	van Dongen Werner	1959	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	21:35
31	239	Chmielewski Michael	1960	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:55
32	131	Richerdt Dr. Dirk	1953	NO	Mönchengladbacher LG	21:59
33	259	Noack Lutz	1968	NO	TuS Xanten	22:07
34	128	Höfker Johann	1952	NO	Mönchengladbacher LG	22:41
35	254	Berghoff Michael	1968	NO	TuS Xanten	22:45
36	242	Gudden Ralf	1968	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	22:49
37	240	Eckardt Stefan	1971	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	23:14
38	274	Hitzmann Dieter	1957	NO	VT Kempen 1859	23:16
39	226	te Deuits Norbert	1963	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	23:31
40	130	Paffrath Adam	1951	NO	Mönchengladbacher LG	23:48
41	140	Faulhaber Horst	1969	NO	OSC Waldniel	23:56
42	260	Seerau Roland	1961	NO	TuS Xanten	24:03
43	148	Kombrink Dr. Erich	1950	NO	Pulheimer SC	24:36
44	147	Eich Werner	1945	NO	Pulheimer SC	24:41
45	287	Willems Heinrich	1956	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	25:18
46	250	van Stiphoudt Arnd	1967	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	25:45
47	215	Bendlage Hans-Jakob	1949	NO	TSV Kaldenkirchen	25:55
48	104	Brückner Peter	1956	NO	Leichtathletik Nütterden	25:59
49	217	Kalweit Siegfried	1942	NO	TSV Viktoria Mülheim	26:45
50	149	Spölggen Joachim	1954	NO	Pulheimer SC	26:46
51	173	Scharbert Bernd	1949	NO	Solinger LC	27:45
	38	Jansen Bjoern	1979	NO	DJK Lowick	
	101	Roßkothen Jens	1970	NO	LC Adler Bottrop	
	197	Bräutigam Dr. Claus	1969	NO	TFG Köln-Nippes	
	156	Meyer Thomas	1974	NO	Rumelner TV	

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M40 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	53	Abraham Philippe	1976	NO	LAC THG Kettwig	17:23
2	228	Berger Sascha	1979	NO	Turnverein Erkelenz	17:59
3	11	Minke Sebastian	1977	NO	ASC Rosellen/Neuss	18:05
4	81	Rajter Adam	1978	NO	LAZ Mönchengladbach	18:53

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M40 (aus gemeinsamem Bewerb) - Fortsetzung

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
5	34	Bolte Andreas	1977	NO	DJK Lowick	19:27
6	244	Kiekhöfel Andreas	1977	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:09
	38	Jansen Bjoern	1979	NO	DJK Lowick	

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M45 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	204	Curtis Gareth	1974	NO	TSV Aufderhöhe Solingen	18:09
2	220	Jonkmanns Uwe	1971	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	18:27
3	24	Kebeck Rüdiger	1971	NO	ASV Süchteln	19:44
4	248	Schramm Frank	1972	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	19:47
5	172	Schäfer Andre	1973	NO	SG Monheim	19:48
6	39	Lüth Stephan	1974	NO	DJK Lowick	20:07
7	257	Kerkhoff Christoph	1974	NO	TuS Xanten	20:15
8	256	Grote Stephan	1971	NO	TuS Xanten	20:48
9	240	Eckardt Stefan	1971	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	23:14
	101	Roßkothen Jens	1970	NO	LC Adler Bottrop	
	156	Meyer Thomas	1974	NO	Rumelner TV	

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M50 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	181	Hesselmann Jürgen	1965	NO	STV Hünxe	18:11
2	143	Lange Harald	1968	NO	OSC Waldniel	18:56
3	27	Wellerdick Sven	1969	NO	Brühler TV 1879	19:09
4	113	Paulußen Michael	1966	NO	LG Ameln/Linnich	19:39
5	52	Nickel Stephan	1967	NO	Dürener TV	19:50
6	36	Grunau Manfred	1967	NO	DJK Lowick	20:41
7	35	Geukes André	1969	NO	DJK Lowick	21:18
8	259	Noack Lutz	1968	NO	TuS Xanten	22:07
9	254	Berghoff Michael	1968	NO	TuS Xanten	22:45
10	242	Gudden Ralf	1968	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	22:49
11	140	Faulhaber Horst	1969	NO	OSC Waldniel	23:56
12	250	van Stiphoudt Arnd	1967	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	25:45
	197	Bräutigam Dr. Claus	1969	NO	TFG Köln-Nippes	

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M55 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	33	Betting Friedhelm	1964	NO	DJK Lowick	18:48
2	270	Schmitz Roland	1963	NO	VFB Alemannia Pfalzdorf	18:49
3	277	Jahner Detlef	1964	NO	Wiehltales Leichtathletik-Club	18:52
4	44	Czarnietzki Bernd	1963	NO	DJK Novesia Neuss	20:26
5	246	Klöcker Peter	1962	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:06
6	239	Chmielewski Michael	1960	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	21:55
7	226	te Deuits Norbert	1963	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	23:31
8	260	Seerau Roland	1961	NO	TuS Xanten	24:03

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M60 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	273	Laermann Ralf	1958	NO	VSV Grenzland Wegberg	19:52
2	182	Hesselmann Rolf	1957	NO	STV Hünxe	20:04
3	286	van Dongen Werner	1959	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	21:35
4	274	Hitzmann Dieter	1957	NO	VT Kempen 1859	23:16
5	287	Willems Heinrich	1956	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	25:18
6	104	Brückner Peter	1956	NO	Leichtathletik Nütterden	25:59

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M65 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	131	Richerdt Dr. Dirk	1953	NO	Mönchengladbacher LG	21:59
2	128	Höfker Johann	1952	NO	Mönchengladbacher LG	22:41
3	130	Paffrath Adam	1951	NO	Mönchengladbacher LG	23:48
4	148	Kombrink Dr. Erich	1950	NO	Pulheimer SC	24:36
5	147	Eich Werner	1945	NO	Pulheimer SC	24:41
6	149	Spölggen Joachim	1954	NO	Pulheimer SC	26:46

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M70 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	235	Schmidt Winfried	1948	NO	TuS Köln rrh.	21:20
2	215	Bendlage Hans-Jakob	1949	NO	TSV Kaldenkirchen	25:55
3	173	Scharbert Bernd	1949	NO	Solinger LC	27:45

Crosslauf - Mittelstrecke, Senioren M75 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 13:30

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	217	Kalweit Siegfried	1942	NO	TSV Viktoria Mülheim	26:45

Crosslauf - Mittelstrecke, Lauf 8 - MJU20,MU23,M

01.12.2019 / 14:20

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	160	Ruppert Frederik	1997	NO	SC Myhl LA	15:36
2	161	Völler Jonas	2001	NO	SC Myhl LA	16:06
3	121	Schwarz Yannick	1993	NO	LT DSHS Köln	16:21
4	159	Ringk Moritz	2000	NO	SC Myhl LA	16:22
5	8	Wyrwoll Lothar	1992	NO	Aachener TG	16:24
6	18	Lange Erik	2000	NO	ASV Duisburg	16:28
7	67	Spinrath Fabian	1992	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	16:30
8	5	Pietsch Gero	1992	NO	Aachener TG	16:31
9	184	Beus Armin Gero	1994	NO	SV Sonsbeck	16:33
10	7	Wilke Richard	1992	NO	Aachener TG	16:40
11	139	Faulhaber Fabio	2001	NO	OSC Waldniel	16:51
12	142	Krumm Henry	2002	NO	OSC Waldniel	17:02
13	4	Pelzer Martin	1988	NO	Aachener TG	17:06
14	66	Seidel David	1992	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	17:09
15	145	Zwarg Jan-Bastian	2001	NO	OSC Waldniel	17:13
16	187	Gnoß Marcel	1997	NO	SV Sonsbeck	17:14
17	15	Hausburg Marcel	2000	NO	ASV Duisburg	17:15
18	89	Kelly Luke	2000	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	17:22
19	208	Grunert Jonathan Lukas	2000	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	17:23

Crosslauf - Mittelstrecke, Lauf 8 - MJU20,MU23,M - Fortsetzung

01.12.2019 / 14:20

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
20	1	Kremser Fabian	1997	NO	Aachener TG	17:24
21	57	Dunkel Marcus	1997	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	17:25
22	85	Hammoor Thomas	1998	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	17:57
23	146	Zwarg Tom-Luka	2001	NO	OSC Waldniel	18:05
24	168	Schwabe Torben	2000	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	18:08
25	46	Jung Thomas	2001	NO	DJK Novesia Neuss	18:27
26	118	Hochstrate Jonas	1998	NO	LT DSHS Köln	18:33
27	166	Nowicki-Koth Jakob	2001	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	18:45
28	158	Kaspar Jonas	2001	NO	SC Myhl LA	19:15
29	169	Siekierka Mikolaj	1998	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	21:02
30	83	Solf David	1980	NO	LAZ Mönchengladbach	22:55
aW	263	Eppelsheimer Jan	1994	RH	TV Alzey	16:17
aW	116	Unterfeld Torben	1998	WE	LSF Münster	20:20
	267	Nitz Bastian	2000	NO	TV Voerde	
	88	Kaufmann Justus	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	

Crosslauf - Mittelstrecke, Männer (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 14:20

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	121	Schwarz Yannick	1993	NO	LT DSHS Köln	16:21
2	8	Wyrwoll Lothar	1992	NO	Aachener TG	16:24
3	67	Spinrath Fabian	1992	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	16:30
4	5	Pietsch Gero	1992	NO	Aachener TG	16:31
5	184	Beus Armin Gero	1994	NO	SV Sonsbeck	16:33
6	7	Wilke Richard	1992	NO	Aachener TG	16:40
7	4	Pelzer Martin	1988	NO	Aachener TG	17:06
8	66	Seidel David	1992	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	17:09
9	57	Dunkel Marcus	1997	NO	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	17:25
10	83	Solf David	1980	NO	LAZ Mönchengladbach	22:55
aW	263	Eppelsheimer Jan	1994	RH	TV Alzey	16:17

Crosslauf - Mittelstrecke, Männliche Jugend U20 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 14:20

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	161	Völler Jonas	2001	NO	SC Myhl LA	16:06
2	159	Ringk Moritz	2000	NO	SC Myhl LA	16:22
3	18	Lange Erik	2000	NO	ASV Duisburg	16:28
4	139	Faulhaber Fabio	2001	NO	OSC Waldniel	16:51
5	142	Krumm Henry	2002	NO	OSC Waldniel	17:02
6	145	Zwarg Jan-Bastian	2001	NO	OSC Waldniel	17:13
7	15	Hausburg Marcel	2000	NO	ASV Duisburg	17:15
8	89	Kelly Luke	2000	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	17:22
9	208	Grunert Jonathan Lukas	2000	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	17:23
10	146	Zwarg Tom-Luka	2001	NO	OSC Waldniel	18:05
11	168	Schwabe Torben	2000	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	18:08
12	46	Jung Thomas	2001	NO	DJK Novesia Neuss	18:27
13	166	Nowicki-Koth Jakob	2001	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	18:45
14	158	Kaspar Jonas	2001	NO	SC Myhl LA	19:15
	267	Nitz Bastian	2000	NO	TV Voerde	
	88	Kaufmann Justus	2001	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	

Crosslauf - Mittelstrecke, Männer U23 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 14:20

Länge: 4,6km - Finale

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	160	Ruppert Frederik	1997	NO	SC Myhl LA	15:36
2	187	Gnoß Marcel	1997	NO	SV Sonsbeck	17:14
3	1	Kremser Fabian	1997	NO	Aachener TG	17:24
4	85	Hammoor Thomas	1998	NO	LAZ PUMA Rhein-Sieg	17:57
5	118	Hochstrate Jonas	1998	NO	LT DSHS Köln	18:33
6	169	Siekierka Mikolaj	1998	NO	SFD 75 Düsseldorf-Süd	21:02
aW	116	Unterfeld Torben	1998	WE	LSF Münster	20:20

Crosslauf - Mittelstrecke, Lauf 9 - WU23,W,W40-W90

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	119	Jensen Pia	1994	NO	LT DSHS Köln	12:23
2	122	Wrede Marina	1996	NO	LT DSHS Köln	12:26
3	117	Blameuser Carmen	1993	NO	LT DSHS Köln	12:32
4	195	Stevens Theresa	1997	NO	SV Sonsbeck	13:02
5	103	Tiefenbach Selina	1997	NO	LC Adler Bottrop	13:08
6	189	Katschak Stefanie	1995	NO	SV Sonsbeck	13:28
7	133	Wefers Ulrike	1966	NO	Mönchengladbacher LG	14:04
8	218	Born Michaela	1963	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	14:10
9	43	Uebbing Sylvia	1967	NO	DJK Lowick	14:12
10	264	Janz Karin	1966	NO	TV Refrath	14:18
11	265	Remshagen Doris	1967	NO	TV Refrath	14:23
12	278	Zeitz-Kempkens Ulrike	1968	NO	Kevelaerer SV	14:28
13	123	Zwack Linda	1997	NO	LT DSHS Köln	14:38
14	12	Püthe Dr. Tina	1977	NO	ASC Rosellen/Neuss	14:41
15	31	Herma Heike	1971	NO	DJK Jung Siegfr. Herzogenrath	14:46
16	42	Ridder Veronika	1971	NO	DJK Lowick	14:51
17	216	Kalweit Heike	1968	NO	TSV Viktoria Mülheim	14:54
18	188	Joosten Judith	1994	NO	SV Sonsbeck	14:55
19	221	Kühnast Stefanie	1974	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	14:56
20	223	Schoofs Erika	1966	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:02
21	224	Seegers Claudia	1962	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:09
22	266	Rentergent Carola	1963	NO	TV Refrath	15:14
23	219	Hermann Anita	1961	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:17
24	237	Bauer Martina	1961	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	15:26
25	40	Moddenborg Petra	1972	NO	DJK Lowick	15:29
26	37	Ihling Britta	1974	NO	DJK Lowick	15:42
27	258	Kuse Nicole	1973	NO	TuS Xanten	16:11
28	41	Möllmann Rita	1969	NO	DJK Lowick	16:22
29	247	Koeck Nadine	1976	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:28
30	245	Kiekhöfel Daniela	1979	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:29
31	243	Kappenhagen Angelika	1957	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:33
32	225	Spronk Marianne	1948	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	17:03
33	241	Frenzel Daniela	1973	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	19:38
34	171	Folgmann Heike	1955	NO	SG Monheim	20:11
35	227	Voss Monica	1951	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	20:16
36	222	Schäfer Elsbeth	1942	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	22:17
	106	Schwitek Silke	1974	NO	Leichtathletik Nütterden	
	251	Reeker Hannah	1999	NO	TuS Wesseling	
	213	Warmer Nicole	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	
	76	Houben Christiane	1966	NO	LAZ Mönchengladbach	
	120	Schröder Melinda	1997	NO	LT DSHS Köln	
	136	Bommes Silke	1974	NO	OSC Waldniel	

Crosslauf - Mittelstrecke, Frauen (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	119	Jensen Pia	1994	NO	LT DSHS Köln	12:23
2	122	Wrede Marina	1996	NO	LT DSHS Köln	12:26
3	117	Blameuser Carmen	1993	NO	LT DSHS Köln	12:32
4	189	Katschak Stefanie	1995	NO	SV Sonsbeck	13:28
5	188	Joosten Judith	1994	NO	SV Sonsbeck	14:55

Crosslauf - Mittelstrecke, Frauen U23 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	195	Stevens Theresa	1997	NO	SV Sonsbeck	13:02
2	103	Tiefenbach Selina	1997	NO	LC Adler Bottrop	13:08
3	123	Zwack Linda	1997	NO	LT DSHS Köln	14:38
	251	Reeker Hannah	1999	NO	TuS Wesseling	
	213	Warmer Nicole	1997	NO	TSV Bayer 04 Leverkusen	
	120	Schröder Melinda	1997	NO	LT DSHS Köln	

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W40 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	12	Püthe Dr. Tina	1977	NO	ASC Rosellen/Neuss	14:41
2	247	Koeck Nadine	1976	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:28
3	245	Kiekhöfel Daniela	1979	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:29

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W45 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	31	Herma Heike	1971	NO	DJK Jung Siegr. Herzogenrath	14:46
2	42	Ridder Veronika	1971	NO	DJK Lowick	14:51
3	221	Kühnast Stefanie	1974	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	14:56
4	40	Moddenborg Petra	1972	NO	DJK Lowick	15:29
5	37	Ihling Britta	1974	NO	DJK Lowick	15:42
6	258	Kuse Nicole	1973	NO	TuS Xanten	16:11
7	41	Möllmann Rita	1969	NO	DJK Lowick	16:22
8	241	Frenzel Daniela	1973	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	19:38
	106	Schwittek Silke	1974	NO	Leichtathletik Nütterden	
	136	Bommes Silke	1974	NO	OSC Waldniel	

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W50 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	133	Wefers Ulrike	1966	NO	Mönchengladbacher LG	14:04
2	43	Uebbing Sylvia	1967	NO	DJK Lowick	14:12
3	264	Janz Karin	1966	NO	TV Refrath	14:18
4	265	Remshagen Doris	1967	NO	TV Refrath	14:23
5	278	Zeitz-Kempkens Ulrike	1968	NO	Kevelaerer SV	14:28
6	216	Kalweit Heike	1968	NO	TSV Viktoria Mülheim	14:54
7	223	Schoofs Erika	1966	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:02
	76	Houben Christiane	1966	NO	LAZ Mönchengladbach	

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W55 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	218	Born Michaela	1963	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	14:10
2	224	Seegers Claudia	1962	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:09
3	266	Rentergent Carola	1963	NO	TV Refrath	15:14
4	219	Hermann Anita	1961	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	15:17
5	237	Bauer Martina	1961	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	15:26

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W60 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	243	Kappenhagen Angelika	1957	NO	TuS Oedt 1884 e.V.	16:33
2	171	Folgmann Heike	1955	NO	SG Monheim	20:11

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W65 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	227	Voss Monica	1951	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	20:16

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W70 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	225	Spronk Marianne	1948	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	17:03

Crosslauf - Mittelstrecke, Seniorinnen W75 (aus gemeinsamem Bewerb)

01.12.2019 / 15:00

Länge: 3,1km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	LV	Verein	Leistung
1	222	Schäfer Elsbeth	1942	NO	Turn-u.Spielv. Weeze 1910/19	22:17