

Netto Zeit	Name	Vorname	AK	Bezeichnung d. Veranstaltung	Ort	Datum
<b>24-Stundenlauf</b>						
92 km	John	Petra	W45	24-Stundenlauf Rünigen	Rünigen	24./25.8.2013
81 km	Wölflé	Justus	MU16	24-Stundenlauf Rünigen	Rünigen	24./25.8.2013
<b>100 km</b>						
09:08:28	Riemann	Ernst	M55	Deutsche Meisterschaften	Kienbaum	13.04.2013
09:32:09	Thiede	Matthias	M35	Bieler Lauftage	Biel (CH)	08.06.2013
<b>50 km</b>						
03:23:27	Wilshusen	Matthias	M40	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
03:35:28	Thiede	Matthias	M35	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
04:05:30	Riemann	Ernst	M55	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
04:19:54	Wiedemann	Heiko	M45	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
04:30:01	Meinberg	Anke	W55	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
04:40:33	Albrecht	Daniela	W35	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
04:44:14	Friedrich	Ilka	W40	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
05:26:55	Richter	Michael	M55	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
05:40:45	Schneider	Wili	M65	Deutsche Meisterschaften 50 km	Bottrop	10.11.2013
<b>Marathon</b>						
02:52:55	Wilshusen	Matthias	M40	10. Magdeburg Marathon	Magdeburg	20.10.2013
03:21:16	Riemann	Ernst	M55	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
03:24:04	Pella	Carsten	M35	40. BMW Berlin-Marathon	Berlin	29.09.2013
03:32:48	Lehmann	Frank	M40	BMW Frankfurt Marathon	Frankfurt	26.10.2013
03:38:28	Albrecht	Daniela	W35	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
03:45:33	Boeltzig	Birko	M45	Oberelbe-Marathon	Dresden	28.04.2013
03:46:05	Staebe	Erika	W50	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
03:46:13	Meinberg	Anke	W55	TCS Amsterdam Marathon	Amsterdam/NL	19.10.2013
03:51:06	Jeschke	Andre	M40	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
03:51:07	Friedrich	Ilka	W40	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
03:56:02	Haigermoser	Anton	M45	Metro Group Marathon	Düsseldorf	28.04.2013
03:56:03	Althoff	Axel	M50	Metro Group Marathon	Düsseldorf	28.04.2013
03:57:22	John	Petra	W45	Haspa Marathon	Hamburg	21.04.2013
03:57:22	Herrmann	Kathrin	W40	Haspa Marathon	Hamburg	21.04.2013
04:10:05	Böhme	Alf	M50	1. Schloss Marienburg Marathon	Marienburg	23.11.2013
04:26:26	Horst	Andreas	M45	16. Morgenpost Marathon	Dresden	24.10.2013
04:32:15	Richter	Michael	M55	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
04:38:06	Fürer	Michael	M40	13. Untertage-Sparkassen-Marathon	Sondershausen	16.11.2013
04:38:09	Schneider	Friedrich-Wilhelm	M65	TCS Amsterdam Marathon	Amsterdam/NL	19.10.2013
<b>Halbmarathon</b>						
01:15:48	Wilshusen	Matthias	M40	7. Stadtparkassen-Marathon	Cuxhaven	13.04.2013
01:21:55	Thiede	Matthias	M35	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:25:48	Ahrens	Klaus	M35	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
01:26:04	Lehmann	Frank	M40	10. SWB Marathon	Bremen	05.10.2013
01:28:16	Begoihn	Jan-Patrik	M30	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:30:29	Wiedemann	Heiko	M45	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:31:46	Plehn	Karsten	M45	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:34:27	Pella	Carsten	M35	8. Wolfsburg Marathon	Wolfsburg	08.09.2013
01:34:55	Jeschke	Andre	M40	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:35:33	Staebe	Erika	W50	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:35:56	Meyer	Sandra Kristin	WHK	10. SWB Marathon	Bremen	05.10.2013
01:37:39	Timmler-Wöhler	Frank	M50	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:40:00	Friedrich	Ilka	W40	Europameisterschaften Senioren	Upice (CZE)	26.05.2013
01:42:08	Schenke	Holger	M40	10. SWB Marathon	Bremen	05.10.2013
01:44:06	Boeltzig	Birko	M45	8. Wolfsburg Marathon	Wolfsburg	08.09.2013
01:44:14	Haigermoser	Anton	M40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:45:39	Fürer	Michael	M40	Braunschweiger Lauftage	Braunschweig	27.10.2013
01:46:55	Galle	Dennis	M35	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:47:23	Richter	Michael	M55	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:50:39	Welnitz	Oliver	M40	TUI Marathon	Hannover	05.05.2013
01:51:24	Nesselrath	Anike	W30	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:51:24	Althoff	Axel	M50	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:52:27	Mack	Torsten	M40	10. Magdeburg Marathon	Magdeburg	20.10.2013

Netto Zeit	Name	Vorname	AK	Bezeichnung d. Veranstaltung	Ort	Datum
<b>Ergänzung Halbmarathon</b>						
01:52:56	Herrmann	Kathrin	W40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:54:01	John	Petra	W45	Volkslauf Schapen	Schapen	08.09.2013
02:04:34	Braukmeier	Renate	W55	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
02:09:50	Just	Susanne	W40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
<b>Stundenlauf</b>						
15,690 km	Thiede	Matthias	M35	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
14,733 km	Wiedemann	Heiko	M45	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
14.451 km	Ahrens	Klaus	M35	Laufabend TSV Lelm	Königslutter	03.07.2013
13,947 km	Jeschke	Andre	M40	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
12,620 km	Friedrich	Ilka	W40	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
12,090 km	Richter	Michael	M55	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
11,935 km	Meinberg	Anke	W55	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
<b>10 km</b>						
00:34:19	Wilshusen	Matthias	M40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:34:56	Scholtyssek	Lukas	MU16	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:37:23	Tönnies	Christian	MHK	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:38:44	Ehlers	Oliver	M30	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:39:03	Ahrens	Klaus	M35	Braunschweiger Neujahrslauf	Braunschweig	06.01.2013
00:39:29	Fitzner	Andreas	M45	8. Eintracht Stadionlauf	Braunschweig	17.03.2013
00:39:56	Begoihn	Jan-Patrik	M30	12. Lehrter Abend-City-Lauf	Lehrte	06.09.2013
00:41:19	Pella	Carsten	M35	21. TÜV Rheinland Berliner Marathon Staffel	Berlin	17.11.2013
00:41:27	Wiedemann	Heiko	M45	12. Lehrter Abend-City-Lauf	Lehrte	06.09.2013
00:42:35	Böhme	Alf	M50	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:43:15	Staebe	Erika	W50	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:44:17	Friedrich	Ilka	W40	Europameisterschaften Senioren	Upice/CZE)	24.05.2013
00:44:40	Albrecht	Daniela	W35	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:45:19	Haigermoser	Anton	M45	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:45:46	Welnitz	Oliver	M40	40. Silvesterlauf	Drochtersen	31.12.2013
00:47:03	Althoff	Axel	M50	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:47:03	Schenke	Holger	M40	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:47:04	Richter	Michael	M55	15. Vorsfelder Stadtlauf	Vorsfelde	17.03.2013
00:47:13	John	Petra	W45	Winternachtslauf	Bad Lauterberg	01.02.2013
00:48:10	Fürer	Michael	M40	Braunschweiger Neujahrslauf	Braunschweig	06.01.2013
00:49:09	Herrmann	Katrin	W40	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:50:21	Schnür	Christian	M40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:50:31	Bartels	Kathrin	W40	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:53:20	Wölflle	Justus	MU16	21. Staffelmarahton	Berlin	17.11.2013
00:55:00	Niemeyer	Jens	M45	Celler Wasa-Lauf	Celle	10.03.2013
00:55:01	Braukmeier	Renate	W50	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:56:35	Just	Susanne	W45	4.TUI ReiseCenter Lauf	Veltenhof	12.05.2013
00:56:58	Wahl-Beck	Kathrin	W40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:59:02	Zipp	Joachim	M50	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:00:52	Beck	Herbert	M40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
01:02:48	Zipp	Bärbel	W40	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
<b>10.000 m</b>						
00:34:11	Wilshusen	Matthias	M40	Deutsche Meisterschaften Langstrecke	Bremen	04.05.2013
00:37:36	Thiede	Matthias	M35	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
00:39:45	Wiedemann	Heiko	M45	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
00:40:16	Ahrens	Klaus	M35	Laufabend TSV Lelm	Königslutter	03.07.2013
00:42:44	Jeschke	Andre	M40	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
00:47:35	Friedrich	Ilka	W40	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
00:47:56	Richter	Michael	M55	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013
00:50:10	Meinberg	Anke	W55	Stundenlauf Schladen	Schladen	13.04.2013

Netto Zeit	Name	Vorname	AK	Bezeichnung d. Veranstaltung	Ort	Datum
<b>5 km</b>						
00:16:43	Meyer	Frederic	MHK	Sarstedter Adventslauf	Sarstedt	15.12.2013
00:16:52	Scholysek	Lukas	MU16	9. Wiesenlauf	Klein Meckelsen	20.07.2013
00:17:14	Tönnies	Christian	MHK	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:18:33	Plehn	Karsten	M45	Campuslauf	Braunschweig	14.04.2013
00:18:53	Begoihn	Jan-Partik	M30	15. Vorsfelder Stadtlauf	Vorsfelde	17.03.2013
00:19:43	Wiedemann	Heiko	M45	15. Vorsfelder Stadtlauf	Vorsfelde	17.03.2013
00:20:52	Nesselrath	Anike	W30	28. Wolfenbütteler Stadtlauf	Wolfenbüttel	15.09.2013
00:21:17	Albrecht	Daniela	W35	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:22:10	Friedrich	Ilka	W40	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:24:04	Bartels	Karin	W45	8. Eintracht Stadionlauf	Braunschweig	17.03.2013
00:24:41	Schnür	Christian	M45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:28:18	Wölfle	Justus	MU16	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:28:21	Zipp	Joachim	M50	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:30:49	Meißner	Regina	W45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:30:59	Schwandt	Günther	M65	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:31:10	Zipp	Bärbel	W45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:32:11	Klapschinski	Sabine	W45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:32:28	Wölfle	Heike	W45	21. Staffelmaraathon	Berlin	17.11.2013
00:33:26	Schnür	Petra	W45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
00:33:27	Born	Beate	W45	29. Stadtgrabenlauf	Wolfenbüttel	01.05.2013
<b>5.000 m</b>						
00:17:03	Tönnies	Christian	MHK	Kreismeisterschaften Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.05.2013
00:17:19	Thiede	Matthias	M30	Läuferabend Helmstedt	Helmstedt	18.10.2013
00:17:29	Meyer	Frederic	MHK	Kreismeisterschaften Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.05.2013
00:18:55	Ahrens	Klaus	M35	Kreismeisterschaften Peine	Edemissen	26.04.2013
00:22:09	Richter	Michael	M55	Kreismeisterschaften Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.05.2013
00:21:45	Friedrich	Ilka	W40	Kreismeisterschaften Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.05.2013
<b>3.000 m</b>						
00:09:29	Scholysek	Lukas	MU16	Landesmeisterschaften	Winsen (Luhe)	09.06.2013
00:09:41	Meyer	Frederic	MHK	Vereinsmeisterschaften MTV Jahn Schladen	Schladen	16.06.2013
00:11:03	Ahrens	Klaus	M35	Sportabzeichen	Gronau (Leine)	03.08.2013
00:12:24	Nesselrath	Anike	W30	Bezirksmeisterschaften	Braunschweig	01.06.2013
00:12:59	Friedrich	Ilka	W40	Bezirksmeisterschaften	Braunschweig	14.09.2013
<b>3.000 m Hinderniss</b>						
00:10:59	Meyer	Frederic	MHK	Bezirksmeisterschaften	Braunschweig	01.06.2013
<b>1 Meile</b>						
00:04:36	Meyer	Frederic	MHK	Springer- und Läufermeeting	Edemissen	17.08.2013
00:05:18	Thiede	Matthias	M30	Laufabend TSV Lelm	Königslutter	03.07.2013
<b>1.500 m</b>						
00:04:17	Meyer	Frederic	MHK	Springer- und Läufermeeting	Edemissen	17.08.2013
00:04:33	Scholysek	Lukas	MU16	1. Bad Harzburger Sommerlaufserie	Bad Harzburg	22.08.2013
00:06:05	Friedrich	Ilka	W40	MTV Vereinsmeisterschaften	Wolfenbüttel	30.08.2013
<b>1.000 m</b>						
00:02:35	Meyer	Frederic	MHK	Laufabend TSV Lelm	Königslutter	03.07.2013
00:02:55	Scholysek	Lukas	MU16	1. Bad Harzburger Laufserie	Bad Harzburg	29.05.2013
00:03:38	Nesselrath	Anike	W30	Kreismeisterschaften WF	Wolfenbüttel	22.05.2013
00:03:52	Friedrich	Ilka	W40	Kreismeisterschaften WF	Wolfenbüttel	22.05.2013
<b>800 m</b>						
00:01:59	Meyer	Frederic	MHK	Läuferabend Bad Harzburg	Bad Harzburg	14.08.2013
00:02:16	Scholysek	Lukas	MU16	Läuferabend Bad Harzburg	Bad Harzburg	14.08.2013
00:02:56	Friedrich	Ilka	W40	Sportfest	Schladen	16.06.2013

Netto Zeit	Name	Vorname	AK	Bezeichnung d. Veranstaltung	Ort	Datum
<b>Triathlon (Sprint-Distanz)</b>						
01:07:14	Plehn	Karsten	M45	Hamburg-Triathlon	Hamburg	14.07.2013
<b>Triathlon (Olympische Distanz)</b>						
02:20:55	Plehn	Karsten	M45	Gegen den Wind - Triathlon	St. Peter Ording	17.08.2013
<b>Triathlon (Mittel-Distanz)</b>						
05:35:55	Plehn	Karsten	M45	Ironman 70,3	Berlin	16.06.2013