

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	404	Hülss, Carsten	LAV Zeven	75	M 40	1 37:07
2	402	Oberschilp, Andreas	LG Bremen Nord	67	M 45	1 37:50
3	714	Sebrantke, Oliver	LC Hansa Stuhr	76	M 40	2 38:25
4	896	Wereda, Fisha	LG Kreis Verden	91	M HK	1 39:11
5	895	Hailu, Abiel	LG Kreis Verden	95	M HK	2 39:35
6	586	Koc, Benjamin	SC Weyhe	82	M 30	1 40:07
7	471	Reuter, Arne	SC Weyhe	75	M 40	3 40:08
8	721	Dirschauer, Philipp	ATS Buntentor Bremen	94	M HK	3 41:12
9	107	Horlbeck, Dominique	Tri Lizards	99	MJ U18	1 41:38
10	720	Lubitz, Gerrit	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	1 42:02
11	443	Schoenewolf, Sebastian	BSG Sparkasse Bremen	84	M 30	2 42:28
12	496	Glatthor, Thorsten	TSV Schwarme	75	M 40	4 42:50
13	444	Bramkamp, Martin	SC Weyhe	71	M 45	2 43:01
14	601	Richardson, Daniel		82	M 30	3 43:07
15	561	Bruns, Michael	ATS Buntentor Bremen	59	M 55	1 43:11
16	435	Kostka, Jiri	Triathlon Club Bremen	70	M 45	3 43:24
17	712	Müller, Jens Oliver	Harpstedter TB - Triathlon	81	M 35	1 43:28
18	485	Trense, Michael	LG Kreis Verden	61	M 55	2 43:34
19	429	Bobrink, Wilfried	SV Barver	59	M 55	3 43:38
20	585	Briese, Dirk	1. FC Osterholz - Scharmbeck	67	M 45	4 44:02
21	680	Poolke, Oliver	LG Kreis Verden	71	M 45	5 44:28
22	549	Wächter, Sascha	Triathlon Club Bremen	70	M 45	6 44:35
23	560	Grammisch, Björn	Daverdener Runners	72	M 40	5 44:55
24	665	Sokoll, Peter	LC Hansa Stuhr	59	M 55	4 45:01
25	201	Heyn, Janina	ATS Buntentor Bremen	82	W 30	1 45:05
26	405	Rosemann, Oliver	TuS Huchting	67	M 45	7 45:27
27	706	Mix, Dr. Uli	LC Hansa Stuhr	56	M 60	1 45:43
28	565	Langhorst, Thomas	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	2 46:04
29	581	Jankowsky, Lutz	Schulsport Gemeinschaft Leerße	66	M 50	3 46:10
30	717	Borsdorff, Sören - Christian	Triathlon Club Bremen	89	M HK	4 46:15
31	613	Gehrke, Ralf	TSV Schwarme	69	M 45	8 46:18
32	568	Wehrenberg, Jens	JG Oyle	68	M 45	9 46:31
33	453	Wassermann, Bernd	ATS Buntentor Bremen	64	M 50	4 46:41
34	584	Bergmann, Jan	LG Kreis Verden	71	M 45	10 46:50
35	490	Oellrich, Andre	Triathlon Club Bremen	90	M HK	5 46:55
36	440	Kaminski, Leszek	BSG Sparkasse Bremen	56	M 60	2 46:59
37	400	Meyer, Michael	Brinkum	67	M 45	11 47:06
38	894	Rickers, Maximilian	TSV Blender	90	M HK	6 47:08
39	654	Bauer, Michael	VSK Osterholz- Scharmbeck	67	M 45	12 47:23
40	605	Jähnichen, Sven	TSV Schwarme	75	M 40	6 47:27
41	309	Noack, Melanie	LG Kreis Verden	80	W 35	1 47:29
42	719	Mohamed, Jamil	ATS Buntentor Bremen	98	MJ U20	1 47:34
43	430	Fetter, Reiner	LG Kreis Verden	69	M 45	13 47:36
44	427	Beneke, Marvin	Delmenhorster TV	94	M HK	7 47:40
45	211	Timmes, Sabrina	Tus Varrel	80	W 35	2 47:46
46	573	Masemann, Johann	TV Bruchhausen - Vilsen	52	M 60	3 47:47
46	475	Wiegmann, Patrick	Weyher Lauftreff	74	M 40	7 47:47
48	432	Ranke, Gerd	LG Kreis Verden	58	M 55	5 48:23
49	417	Bernhardt, Marcell	Racebooker	74	M 40	8 48:30
50	418	Childs, Jörg	Tus Sudweyhe	68	M 45	14 48:33
51	591	Klosterhoff, Andreas	SG Stern Bremen	67	M 45	15 48:37
52	570	Geiß, Jochen	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	6 48:44
53	656	Vorkauf, Bernd	Weyher Lauftreff	59	M 55	7 48:45
54	642	Stehmeier, Heiko	ATS Buntentor Bremen	62	M 50	5 49:09
55	552	Schwarz, Thorsten	Tri Team Schwarme	66	M 50	6 49:13
56	442	Schwarzer, Kay	BSG Sparkasse Bremen	79	M 35	2 49:16
57	245	Elmers, Tanja	Uni Triathlöwen Bremen	83	W 30	2 49:20
58	651	von Spiezak Brzezinski, Marco	Bremen	80	M 35	3 49:37
59	463	Metag, Thomas	Tus Varrel	63	M 50	7 49:45
60	480	Kohlwes, Hendrik	Bremen	92	M HK	8 49:55

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
61	583	Bothe, Ralf	LC Hansa Stuhr	65	M 50	8	50:19
62	216	Pudek, Larissa Maria	Triathlon Club Bremen	86	W 30	3	50:44
63	466	Reimers, Jürgen	LG Kreis Verden	60	M 55	8	50:55
64	257	Ebers, Julia	ATS Buntentor Bremen	74	W 40	1	51:11
65	658	Rohlfing, Jens	RSV Bruchhausen - Vilsen	64	M 50	9	51:18
66	500	Müller, Harald	Tus Sudweyhe	65	M 50	10	51:20
67	462	Kehlenbeck, Frank	Tus Sudweyhe	62	M 50	11	51:21
68	436	Kruse, Frank	LC Hansa Stuhr	65	M 50	12	51:23
69	553	Lüdeck, Lukas	Triathlon Club Bremen	87	M HK	9	51:33
70	707	Frers, Henning	Radclub Bremen	70	M 45	16	51:36
71	663	Freerks, Marc	Radclub Bremen	66	M 50	13	51:42
72	588	Bettker, Sascha	SC Weyhe	71	M 45	17	51:52
73	243	Nordmann, Anke	Weyher Lauftreff	79	W 35	3	51:59
74	677	Spanier, Ekkehard	Weyher Lauftreff	60	M 55	9	52:08
75	445	Dittberner, Harald	Bremen	46	M 70	1	52:12
76	465	Risse, Harald	Uenzen	65	M 50	14	52:23
77	598	Balde, Nikolai	Deutsche Post	58	M 55	10	52:28
78	545	Lühmann, Marco	Lauftreff Ottersberg	70	M 45	18	52:31
79	481	Bösche, Olaf	Weyhe	65	M 50	15	52:32
80	240	Gilster, Mathias	Tri Lizards	67	M 45	19	52:35
80	571	Krumdieck, Ralf	1. Nienburger SC	69	M 45	19	52:35
82	567	Baudach, Jörg	TSV Kirchlinteln	69	M 45	21	52:39
83	723	Luttmann, Willi	TSV Kirchlinteln	57	M 55	11	52:40
84	476	Pfeiffer, Thomas	LG Kreis Verden	62	M 50	16	52:50
85	725	Köhler, Carsten	TVE Nordwohld	72	M 40	9	53:10
86	724	Salecker, Stefan	Emtinghausen	67	M 45	22	53:26
87	647	Wolf, Hartmut	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	12	53:34
88	660	Engler, Olaf	Weyher Lauftreff	70	M 45	23	53:47
89	893	Fricke, Kristin	SV Werder Bremen	78	W 35	4	53:55
90	675	Jäsckke, Jürgen	LC Hansa Stuhr	66	M 50	17	54:08
91	425	Schiefer, Hero	Sport-Ziel Marathonteam	59	M 55	13	54:09
92	234	Sommer - Schmidt, Kersten	LG Kreis Verden	61	W 55	1	54:11
93	610	Seemann, Uwe	Syke	57	M 55	14	54:22
94	203	Unger, Martina	Bassum	64	W 50	1	54:36
95	424	Probst, Andreas	SC Weyhe	63	M 50	18	54:38
96	593	Greune, Jan	Tri Team Schwarme	62	M 50	19	54:45
97	590	Ruhland, Frank	LC Hansa Stuhr	62	M 50	20	54:48
98	594	Willenbrock, Harm Jürgen	LG Kreis Verden	52	M 60	4	54:50
99	254	Reyes Aguilera, Araceli	FLIB e.V.	76	W 40	2	55:02
100	554	Kehlenbeck, Markus	SV Kirchweyhe	71	M 45	24	55:06
101	247	Grapentin, Susann	ATS Buntentor Bremen	72	W 40	3	55:17
102	411	Meinken, Walter	TSV Völkersen	49	M 65	1	55:18
103	547	Steffens, Helmut	TV Eiche Horn Bremen	66	M 50	21	55:24
104	472	Haase, Wilfried	LG Kreis Verden	56	M 60	5	55:26
105	291	Bösche, Janina	TSV Schwarme	89	W HK	1	55:33
106	223	Klasen, Kerstin	TSV Schwarme	68	W 45	1	55:36
107	608	Sündermann, Sven	Bremen	73	M 40	10	55:55
108	252	Heger, Ingrid	LG Kreis Verden	52	W 60	1	56:17
109	313	Hockemeyer, Susanne	Lustvoll Laufen	70	W 45	2	56:32
110	448	Michaelis, Dieter	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	53	M 60	6	56:36
111	249	Oebel, Jette	TV Eiche Horn Bremen	65	W 50	2	57:07
112	278	Gehrke, Celia	TSV Schwarme	01	WJ U16	1	57:23
113	210	Metag, Claudia	Tus Varrel	70	W 45	3	57:40
114	209	Kunert, Uschi	Uni Triathlöwen Bremen	51	W 65	1	57:46
115	897	Kacholt, Helmut	TSV Barrien	47	M 65	2	57:59
116	1	Unger, Moritz	TSV Neubruchhausen	00	MJ U18	2	58:01
117	337	Schröder, Lena	ATS Buntentor Bremen	97	WJ U20	1	58:20
118	273	Pelka, Andrea	TV Jahn Delmenhorst	61	W 55	2	58:25
119	272	Austerman, Bettina	TV Jahn Delmenhorst	62	W 50	3	58:38
120	684	Schamuhn, Frank		65	M 50	22	58:44

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
121	276	Krolak, Katharina	Tus Sudweyhe	84	W 30	4	58:47
121	611	Neuber, Daniel	Weyhe	84	M 30	4	58:47
123	208	Jeske, Anke	SC Weyhe	63	W 50	4	59:23
124	595	Lakomy, Werner	Sport-Ziel Marathonteam	54	M 60	7	59:24
125	408	Hövelmann, Sven	hanseWasserBremen	70	M 45	25	59:44
126	410	Böhmer, Axel	Uni Triathlöwen Bremen	51	M 65	3	1:00:02
127	317	Wieting, Yvonne	Syke	78	W 35	5	1:01:40
128	657	Langner, Klaus	Zoll Cuxhaven	55	M 60	8	1:01:48
129	655	Schierloh, Gerd	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	66	M 50	23	1:02:28
130	596	Vahrmann, Herbert	ATS Buntentor Bremen	60	M 55	15	1:03:19
131	478	Schubert, Gerhard	Lauftreff Höpkens Ruh	61	M 55	16	1:04:01
132	277	Preußner, Gisela	Lustvoll Laufen	56	W 60	2	1:04:39
133	316	Garbade, Stefanie	Lauftreff Höpkens Ruh	67	W 45	4	1:04:40
134	226	Noetzel, Karin	FLIB e.V.	66	W 50	5	1:04:42
135	263	Mutert, Karin	TSV Kirchlinteln	44	W 70	1	1:06:21
136	509	Sengstarke, Hans Herman	SC Weyhe	48	M 65	4	1:06:45
137	264	Augustin, Hannah	Tri Team Schwarme	66	W 50	6	1:08:12
138	338	Hüneke, Martina	Lustvoll Laufen	67	W 45	5	1:08:29
139	606	Hermes, Johannes	Syke	57	M 55	17	1:08:32
140	270	Krüger - Penning, Claudia	Lustvoll Laufen	65	W 50	7	1:09:07
141	212	Bernau, Waltraud	Triathlon Club Bremen	49	W 65	2	1:09:12
142	332	Rodewald, Miriam	Lustvoll Laufen	73	W 40	4	1:09:14
143	612	Juchems, Hartmut	Lustvoll Laufen	55	M 60	9	1:09:15
144	324	Tangemann, Monika	Tri Team Schwarme	63	W 50	8	1:09:42
145	297	Jischa - Wolf, Elsa	ATS Buntentor Bremen	68	W 45	6	1:12:41
146	479	Schütte, Hans Jost	VfL Oldenburg	41	M 75	1	1:13:09
147	652	Hinzmann, Manfred	Triathlon Club Bremen	38	M 75	2	1:19:10
148	477	Sager, Bernhard	VfL Oldenburg	41	M 75	3	1:22:52

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Männer

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
1	404	Hülss, Carsten	LAV Zeven	75	M 40	1	37:07
2	402	Oberschilp, Andreas	LG Bremen Nord	67	M 45	1	37:50
3	714	Sebrantke, Oliver	LC Hansa Stuhr	76	M 40	2	38:25
4	896	Wereda, Fisha	LG Kreis Verden	91	M HK	1	39:11
5	895	Hailu, Abiel	LG Kreis Verden	95	M HK	2	39:35
6	586	Koc, Benjamin	SC Weyhe	82	M 30	1	40:07
7	471	Reuter, Arne	SC Weyhe	75	M 40	3	40:08
8	721	Dirschauer, Philipp	ATS Buntentor Bremen	94	M HK	3	41:12
9	107	Horlbeck, Dominique	Tri Lizards	99	MJ U18	1	41:38
10	720	Lubitz, Gerrit	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	1	42:02
11	443	Schoenewolf, Sebastian	BSG Sparkasse Bremen	84	M 30	2	42:28
12	496	Glatthor, Thorsten	TSV Schwarme	75	M 40	4	42:50
13	444	Bramkamp, Martin	SC Weyhe	71	M 45	2	43:01
14	601	Richardson, Daniel		82	M 30	3	43:07
15	561	Bruns, Michael	ATS Buntentor Bremen	59	M 55	1	43:11
16	435	Kostka, Jiri	Triathlon Club Bremen	70	M 45	3	43:24
17	712	Müller, Jens Oliver	Harpstedter TB - Triathlon	81	M 35	1	43:28
18	485	Trense, Michael	LG Kreis Verden	61	M 55	2	43:34
19	429	Bobrink, Wilfried	SV Barver	59	M 55	3	43:38
20	585	Briese, Dirk	1. FC Osterholz - Scharmbeck	67	M 45	4	44:02
21	680	Poolke, Oliver	LG Kreis Verden	71	M 45	5	44:28
22	549	Wächter, Sascha	Triathlon Club Bremen	70	M 45	6	44:35
23	560	Grammisch, Björn	Daverdener Runners	72	M 40	5	44:55
24	665	Sokoll, Peter	LC Hansa Stuhr	59	M 55	4	45:01
25	405	Rosemann, Oliver	TuS Huchting	67	M 45	7	45:27
26	706	Mix, Dr. Uli	LC Hansa Stuhr	56	M 60	1	45:43

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Männer

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
27	565	Langhorst, Thomas	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	2	46:04
28	581	Jankowsky, Lutz	Schulsport Gemeinschaft Leerße	66	M 50	3	46:10
29	717	Borsdorff, Sören - Christian	Triathlon Club Bremen	89	M HK	4	46:15
30	613	Gehrke, Ralf	TSV Schwarme	69	M 45	8	46:18
31	568	Wehrenberg, Jens	JG Oyle	68	M 45	9	46:31
32	453	Wassermann, Bernd	ATS Buntentor Bremen	64	M 50	4	46:41
33	584	Bergmann, Jan	LG Kreis Verden	71	M 45	10	46:50
34	490	Oellrich, Andre	Triathlon Club Bremen	90	M HK	5	46:55
35	440	Kaminski, Leszek	BSG Sparkasse Bremen	56	M 60	2	46:59
36	400	Meyer, Michael	Brinkum	67	M 45	11	47:06
37	894	Rickers, Maximilian	TSV Blender	90	M HK	6	47:08
38	654	Bauer, Michael	VSK Osterholz- Scharmbeck	67	M 45	12	47:23
39	605	Jähnichen, Sven	TSV Schwarme	75	M 40	6	47:27
40	719	Mohamed, Jamil	ATS Buntentor Bremen	98	MJ U20	1	47:34
41	430	Fetter, Reiner	LG Kreis Verden	69	M 45	13	47:36
42	427	Beneke, Marvin	Delmenhorster TV	94	M HK	7	47:40
43	573	Masemann, Johann	TV Bruchhausen - Vilsen	52	M 60	3	47:47
43	475	Wiegmann, Patrick	Weyher Lauftreff	74	M 40	7	47:47
45	432	Ranke, Gerd	LG Kreis Verden	58	M 55	5	48:23
46	417	Bernhardt, Marcell	Racebooker	74	M 40	8	48:30
47	418	Childs, Jörg	Tus Sudweyhe	68	M 45	14	48:33
48	591	Klosterhoff, Andreas	SG Stern Bremen	67	M 45	15	48:37
49	570	Geiß, Jochen	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	6	48:44
50	656	Vorkauf, Bernd	Weyher Lauftreff	59	M 55	7	48:45
51	642	Stehmeier, Heiko	ATS Buntentor Bremen	62	M 50	5	49:09
52	552	Schwarz, Thorsten	Tri Team Schwarme	66	M 50	6	49:13
53	442	Schwarzer, Kay	BSG Sparkasse Bremen	79	M 35	2	49:16
54	651	von Spiezak Brzezinski, Marco	Bremen	80	M 35	3	49:37
55	463	Metag, Thomas	Tus Varrel	63	M 50	7	49:45
56	480	Kohlwes, Hendrik	Bremen	92	M HK	8	49:55
57	583	Bothe, Ralf	LC Hansa Stuhr	65	M 50	8	50:19
58	466	Reimers, Jürgen	LG Kreis Verden	60	M 55	8	50:55
59	658	Rohlfing, Jens	RSV Bruchhausen - Vilsen	64	M 50	9	51:18
60	500	Müller, Harald	Tus Sudweyhe	65	M 50	10	51:20
61	462	Kehlenbeck, Frank	Tus Sudweyhe	62	M 50	11	51:21
62	436	Kruse, Frank	LC Hansa Stuhr	65	M 50	12	51:23
63	553	Lüdeck, Lukas	Triathlon Club Bremen	87	M HK	9	51:33
64	707	Frers, Henning	Radclub Bremen	70	M 45	16	51:36
65	663	Freerks, Marc	Radclub Bremen	66	M 50	13	51:42
66	588	Bettker, Sascha	SC Weyhe	71	M 45	17	51:52
67	677	Spanier, Ekkehard	Weyher Lauftreff	60	M 55	9	52:08
68	445	Dittberner, Harald	Bremen	46	M 70	1	52:12
69	465	Risse, Harald	Uenzen	65	M 50	14	52:23
70	598	Balde, Nikolai	Deutsche Post	58	M 55	10	52:28
71	545	Lühmann, Marco	Lauftreff Ottersberg	70	M 45	18	52:31
72	481	Bösche, Olaf	Weyhe	65	M 50	15	52:32
73	240	Gilster, Mathias	Tri Lizards	67	M 45	19	52:35
73	571	Krumdieck, Ralf	1. Nienburger SC	69	M 45	19	52:35
75	567	Baudach, Jörg	TSV Kirchlinteln	69	M 45	21	52:39
76	723	Luttmann, Willi	TSV Kirchlinteln	57	M 55	11	52:40
77	476	Pfeiffer, Thomas	LG Kreis Verden	62	M 50	16	52:50
78	725	Köhler, Carsten	TVE Nordwohld	72	M 40	9	53:10
79	724	Salecker, Stefan	Emtinghausen	67	M 45	22	53:26
80	647	Wolf, Hartmut	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	12	53:34
81	660	Engler, Olaf	Weyher Lauftreff	70	M 45	23	53:47
82	675	Jäsckke, Jürgen	LC Hansa Stuhr	66	M 50	17	54:08
83	425	Schiefer, Hero	Sport-Ziel Marathonteam	59	M 55	13	54:09
84	610	Seemann, Uwe	Syke	57	M 55	14	54:22
85	424	Probst, Andreas	SC Weyhe	63	M 50	18	54:38
86	593	Greune, Jan	Tri Team Schwarme	62	M 50	19	54:45

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Männer

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
87	590	Ruhland, Frank	LC Hansa Stuhr	62	M 50	20	54:48
88	594	Willenbrock, Harm Jürgen	LG Kreis Verden	52	M 60	4	54:50
89	554	Kehlenbeck, Markus	SV Kirchweyhe	71	M 45	24	55:06
90	411	Meinken, Walter	TSV Völkersen	49	M 65	1	55:18
91	547	Steffens, Helmut	TV Eiche Horn Bremen	66	M 50	21	55:24
92	472	Haase, Wilfried	LG Kreis Verden	56	M 60	5	55:26
93	608	Sündermann, Sven	Bremen	73	M 40	10	55:55
94	448	Michaelis, Dieter	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	53	M 60	6	56:36
95	897	Kacholt, Helmut	TSV Barrien	47	M 65	2	57:59
96	1	Unger, Moritz	TSV Neubruchhausen	00	MJ U18	2	58:01
97	684	Schamuhn, Frank		65	M 50	22	58:44
98	611	Neuber, Daniel	Weyhe	84	M 30	4	58:47
99	595	Lakomy, Werner	Sport-Ziel Marathonteam	54	M 60	7	59:24
100	408	Hövelmann, Sven	hanseWasserBremen	70	M 45	25	59:44
101	410	Böhmer, Axel	Uni Triathlöwen Bremen	51	M 65	3	1:00:02
102	657	Langner, Klaus	Zoll Cuxhaven	55	M 60	8	1:01:48
103	655	Schierloh, Gerd	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	66	M 50	23	1:02:28
104	596	Vahrmann, Herbert	ATS Buntentor Bremen	60	M 55	15	1:03:19
105	478	Schubert, Gerhard	Lauftreff Höpkens Ruh	61	M 55	16	1:04:01
106	509	Sengstarke, Hans Herman	SC Weyhe	48	M 65	4	1:06:45
107	606	Hermes, Johannes	Syke	57	M 55	17	1:08:32
108	612	Juchems, Hartmut	Lustvoll Laufen	55	M 60	9	1:09:15
109	479	Schütte, Hans Jost	VfL Oldenburg	41	M 75	1	1:13:09
110	652	Hinzmann, Manfred	Triathlon Club Bremen	38	M 75	2	1:19:10
111	477	Sager, Bernhard	VfL Oldenburg	41	M 75	3	1:22:52

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Frauen

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit	
1	201	Heyn, Janina	ATS Buntentor Bremen	82	W 30	1	45:05
2	309	Noack, Melanie	LG Kreis Verden	80	W 35	1	47:29
3	211	Timmes, Sabrina	Tus Varrel	80	W 35	2	47:46
4	245	Elmers, Tanja	Uni Triathlöwen Bremen	83	W 30	2	49:20
5	216	Pudek, Larissa Maria	Triathlon Club Bremen	86	W 30	3	50:44
6	257	Ebers, Julia	ATS Buntentor Bremen	74	W 40	1	51:11
7	243	Nordmann, Anke	Weyher Lauftreff	79	W 35	3	51:59
8	893	Fricke, Kristin	SV Werder Bremen	78	W 35	4	53:55
9	234	Sommer - Schmidt, Kersten	LG Kreis Verden	61	W 55	1	54:11
10	203	Unger, Martina	Bassum	64	W 50	1	54:36
11	254	Reyes Aguilera, Araceli	FLIB e.V.	76	W 40	2	55:02
12	247	Grapentin, Susann	ATS Buntentor Bremen	72	W 40	3	55:17
13	291	Bösche, Janina	TSV Schwarme	89	W HK	1	55:33
14	223	Klasen, Kerstin	TSV Schwarme	68	W 45	1	55:36
15	252	Heger, Ingrid	LG Kreis Verden	52	W 60	1	56:17
16	313	Hockemeyer, Susanne	Lustvoll Laufen	70	W 45	2	56:32
17	249	Oebel, Jette	TV Eiche Horn Bremen	65	W 50	2	57:07
18	278	Gehrke, Celia	TSV Schwarme	01	WJ U16	1	57:23
19	210	Metag, Claudia	Tus Varrel	70	W 45	3	57:40
20	209	Kunert, Uschi	Uni Triathlöwen Bremen	51	W 65	1	57:46
21	337	Schröder, Lena	ATS Buntentor Bremen	97	WJ U20	1	58:20
22	273	Pelka, Andrea	TV Jahn Delmenhorst	61	W 55	2	58:25
23	272	Austerman, Bettina	TV Jahn Delmenhorst	62	W 50	3	58:38
24	276	Krolak, Katharina	Tus Sudweyhe	84	W 30	4	58:47
25	208	Jeske, Anke	SC Weyhe	63	W 50	4	59:23
26	317	Wieting, Yvonne	Syke	78	W 35	5	1:01:40
27	277	Preußner, Gisela	Lustvoll Laufen	56	W 60	2	1:04:39
28	316	Garbade, Stefanie	Lauftreff Höpkens Ruh	67	W 45	4	1:04:40
29	226	Noetzel, Karin	FLIB e.V.	66	W 50	5	1:04:42

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Frauen**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
30	263	Mutert, Karin	TSV Kirchlinteln	44	W 70	1:06:21
31	264	Augustin, Hannah	Tri Team Schwarme	66	W 50	1:08:12
32	338	Hüneke, Martina	Lustvoll Laufen	67	W 45	1:08:29
33	270	Krüger - Penning, Claudia	Lustvoll Laufen	65	W 50	1:09:07
34	212	Bernau, Waltraud	Triathlon Club Bremen	49	W 65	1:09:12
35	332	Rodewald, Miriam	Lustvoll Laufen	73	W 40	1:09:14
36	324	Tangemann, Monika	Tri Team Schwarme	63	W 50	1:09:42
37	297	Jischa - Wolf, Elsa	ATS Buntentor Bremen	68	W 45	1:12:41

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Weibl. Jugend U16**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	278	Gehrke, Celia	TSV Schwarme	01	WJ U16	57:23

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Männl. Jugend U18**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	107	Horlbeck, Dominique	Tri Lizards	99	MJ U18	41:38
2	1	Unger, Moritz	TSV Neubruchhausen	00	MJ U18	58:01

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Männl. Jugend U20**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	719	Mohamed, Jamil	ATS Buntentor Bremen	98	MJ U20	47:34

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Weibl. Jugend U20**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	337	Schröder, Lena	ATS Buntentor Bremen	97	WJ U20	58:20

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Männer Hauptkl.**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	896	Wereda, Fisha	LG Kreis Verden	91	M HK	39:11
2	895	Hailu, Abiel	LG Kreis Verden	95	M HK	39:35
3	721	Dirschauer, Philipp	ATS Buntentor Bremen	94	M HK	41:12
4	717	Borsdorff, Sören - Christian	Triathlon Club Bremen	89	M HK	46:15
5	490	Oellrich, Andre	Triathlon Club Bremen	90	M HK	46:55
6	894	Rickers, Maximilian	TSV Blender	90	M HK	47:08
7	427	Beneke, Marvin	Delmenhorster TV	94	M HK	47:40
8	480	Kohlwes, Hendrik	Bremen	92	M HK	49:55
9	553	Lüdeck, Lukas	Triathlon Club Bremen	87	M HK	51:33

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Frauen Hauptkl.**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	291	Bösche, Janina	TSV Schwarme	89	W HK 1	55:33

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 30**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	586	Koc, Benjamin	SC Weyhe	82	M 30 1	40:07
2	443	Schoenewolf, Sebastian	BSG Sparkasse Bremen	84	M 30 2	42:28
3	601	Richardson, Daniel		82	M 30 3	43:07
4	611	Neuber, Daniel	Weyhe	84	M 30 4	58:47

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 30**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	201	Heyn, Janina	ATS Buntentor Bremen	82	W 30 1	45:05
2	245	Elmers, Tanja	Uni Triathlöwen Bremen	83	W 30 2	49:20
3	216	Pudek, Larissa Maria	Triathlon Club Bremen	86	W 30 3	50:44
4	276	Krolak, Katharina	Tus Sudweyhe	84	W 30 4	58:47

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 35**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	712	Müller, Jens Oliver	Harpstedter TB - Triathlon	81	M 35 1	43:28
2	442	Schwarzer, Kay	BSG Sparkasse Bremen	79	M 35 2	49:16
3	651	von Spiezak Brzezinski, Marco	Bremen	80	M 35 3	49:37

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 35**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	309	Noack, Melanie	LG Kreis Verden	80	W 35 1	47:29
2	211	Timmes, Sabrina	Tus Varrel	80	W 35 2	47:46
3	243	Nordmann, Anke	Weyher Lauftreff	79	W 35 3	51:59
4	893	Fricke, Kristin	SV Werder Bremen	78	W 35 4	53:55
5	317	Wieting, Yvonne	Syke	78	W 35 5	1:01:40

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 40**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	404	Hülss, Carsten	LAV Zeven	75	M 40 1	37:07
2	714	Sebrantke, Oliver	LC Hansa Stuhr	76	M 40 2	38:25
3	471	Reuter, Arne	SC Weyhe	75	M 40 3	40:08
4	496	Glatthor, Thorsten	TSV Schwarme	75	M 40 4	42:50
5	560	Grammisch, Björn	Daverdener Runners	72	M 40 5	44:55
6	605	Jähnichen, Sven	TSV Schwarme	75	M 40 6	47:27
7	475	Wiegmann, Patrick	Weyher Lauftreff	74	M 40 7	47:47
8	417	Bernhardt, Marcell	Racebooker	74	M 40 8	48:30
9	725	Köhler, Carsten	TVE Nordwohld	72	M 40 9	53:10

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 40**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
10	608	Sündermann, Sven	Bremen	73	M 40 10	55:55

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 40**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	257	Ebers, Julia	ATS Buntentor Bremen	74	W 40 1	51:11
2	254	Reyes Aguilera, Araceli	FLIB e.V.	76	W 40 2	55:02
3	247	Grapentin, Susann	ATS Buntentor Bremen	72	W 40 3	55:17
4	332	Rodewald, Miriam	Lustvoll Laufen	73	W 40 4	1:09:14

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 45**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	402	Oberschilp, Andreas	LG Bremen Nord	67	M 45 1	37:50
2	444	Bramkamp, Martin	SC Weyhe	71	M 45 2	43:01
3	435	Kostka, Jiri	Triathlon Club Bremen	70	M 45 3	43:24
4	585	Briese, Dirk	1. FC Osterholz - Scharmbeck	67	M 45 4	44:02
5	680	Poolke, Oliver	LG Kreis Verden	71	M 45 5	44:28
6	549	Wächter, Sascha	Triathlon Club Bremen	70	M 45 6	44:35
7	405	Rosemann, Oliver	TuS Huchting	67	M 45 7	45:27
8	613	Gehrke, Ralf	TSV Schwarme	69	M 45 8	46:18
9	568	Wehrenberg, Jens	JG Oyle	68	M 45 9	46:31
10	584	Bergmann, Jan	LG Kreis Verden	71	M 45 10	46:50
11	400	Meyer, Michael	Brinkum	67	M 45 11	47:06
12	654	Bauer, Michael	VSK Osterholz- Scharmbeck	67	M 45 12	47:23
13	430	Fetter, Reiner	LG Kreis Verden	69	M 45 13	47:36
14	418	Childs, Jörg	Tus Sudweyhe	68	M 45 14	48:33
15	591	Klosterhoff, Andreas	SG Stern Bremen	67	M 45 15	48:37
16	707	Frers, Henning	Radclub Bremen	70	M 45 16	51:36
17	588	Bettker, Sascha	SC Weyhe	71	M 45 17	51:52
18	545	Lühmann, Marco	Lauftreff Ottersberg	70	M 45 18	52:31
19	240	Gilster, Mathias	Tri Lizards	67	M 45 19	52:35
19	571	Krumdieck, Ralf	1. Nienburger SC	69	M 45 19	52:35
21	567	Baudach, Jörg	TSV Kirchlinteln	69	M 45 21	52:39
22	724	Salecker, Stefan	Emtinghausen	67	M 45 22	53:26
23	660	Engler, Olaf	Weyher Lauftreff	70	M 45 23	53:47
24	554	Kehlenbeck, Markus	SV Kirchweyhe	71	M 45 24	55:06
25	408	Hövelmann, Sven	hanseWasserBremen	70	M 45 25	59:44

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 45**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	223	Klasen, Kerstin	TSV Schwarme	68	W 45 1	55:36
2	313	Hockemeyer, Susanne	Lustvoll Laufen	70	W 45 2	56:32
3	210	Metag, Claudia	Tus Varrel	70	W 45 3	57:40
4	316	Garbade, Stefanie	Lauftreff Höpkens Ruh	67	W 45 4	1:04:40
5	338	Hüneke, Martina	Lustvoll Laufen	67	W 45 5	1:08:29
6	297	Jischa - Wolf, Elsa	ATS Buntentor Bremen	68	W 45 6	1:12:41



Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016							
Ergebnisliste - Senioren M 50							
Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak		Endzeit
1	720	Lubitz, Gerrit	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	1	42:02
2	565	Langhorst, Thomas	ATS Buntentor Bremen	66	M 50	2	46:04
3	581	Jankowsky, Lutz	Schulsport Gemeinschaft Leerße	66	M 50	3	46:10
4	453	Wassermann, Bernd	ATS Buntentor Bremen	64	M 50	4	46:41
5	642	Stehmeier, Heiko	ATS Buntentor Bremen	62	M 50	5	49:09
6	552	Schwarz, Thorsten	Tri Team Schwarme	66	M 50	6	49:13
7	463	Metag, Thomas	Tus Varrel	63	M 50	7	49:45
8	583	Bothe, Ralf	LC Hansa Stuhr	65	M 50	8	50:19
9	658	Rohlfing, Jens	RSV Bruchhausen - Vilsen	64	M 50	9	51:18
10	500	Müller, Harald	Tus Sudweyhe	65	M 50	10	51:20
11	462	Kehlenbeck, Frank	Tus Sudweyhe	62	M 50	11	51:21
12	436	Kruse, Frank	LC Hansa Stuhr	65	M 50	12	51:23
13	663	Freerks, Marc	Radclub Bremen	66	M 50	13	51:42
14	465	Risse, Harald	Uenzen	65	M 50	14	52:23
15	481	Bösche, Olaf	Weyhe	65	M 50	15	52:32
16	476	Pfeiffer, Thomas	LG Kreis Verden	62	M 50	16	52:50
17	675	Jäsckke, Jürgen	LC Hansa Stuhr	66	M 50	17	54:08
18	424	Probst, Andreas	SC Weyhe	63	M 50	18	54:38
19	593	Greune, Jan	Tri Team Schwarme	62	M 50	19	54:45
20	590	Ruhland, Frank	LC Hansa Stuhr	62	M 50	20	54:48
21	547	Steffens, Helmut	TV Eiche Horn Bremen	66	M 50	21	55:24
22	684	Schamuhn, Frank		65	M 50	22	58:44
23	655	Schierloh, Gerd	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	66	M 50	23	1:02:28

Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016							
Ergebnisliste - Seniorinnen W 50							
Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak		Endzeit
1	203	Unger, Martina	Bassum	64	W 50	1	54:36
2	249	Oebel, Jette	TV Eiche Horn Bremen	65	W 50	2	57:07
3	272	Austerman, Bettina	TV Jahn Delmenhorst	62	W 50	3	58:38
4	208	Jeske, Anke	SC Weyhe	63	W 50	4	59:23
5	226	Noetzel, Karin	FLIB e.V.	66	W 50	5	1:04:42
6	264	Augustin, Hannah	Tri Team Schwarme	66	W 50	6	1:08:12
7	270	Krüger - Penning, Claudia	Lustvoll Laufen	65	W 50	7	1:09:07
8	324	Tangemann, Monika	Tri Team Schwarme	63	W 50	8	1:09:42

Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016							
Ergebnisliste - Senioren M 55							
Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak		Endzeit
1	561	Bruns, Michael	ATS Buntentor Bremen	59	M 55	1	43:11
2	485	Trense, Michael	LG Kreis Verden	61	M 55	2	43:34
3	429	Bobrink, Wilfried	SV Barver	59	M 55	3	43:38
4	665	Sokoll, Peter	LC Hansa Stuhr	59	M 55	4	45:01
5	432	Ranke, Gerd	LG Kreis Verden	58	M 55	5	48:23
6	570	Geiß, Jochen	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	6	48:44
7	656	Vorkauf, Bernd	Weyher Lauftreff	59	M 55	7	48:45
8	466	Reimers, Jürgen	LG Kreis Verden	60	M 55	8	50:55
9	677	Spanier, Ekkehard	Weyher Lauftreff	60	M 55	9	52:08
10	598	Balde, Nikolai	Deutsche Post	58	M 55	10	52:28
11	723	Luttmann, Willi	TSV Kirchlinteln	57	M 55	11	52:40
12	647	Wolf, Hartmut	ATS Buntentor Bremen	61	M 55	12	53:34
13	425	Schiefer, Hero	Sport-Ziel Marathonteam	59	M 55	13	54:09
14	610	Seemann, Uwe	Syke	57	M 55	14	54:22
15	596	Vahrmann, Herbert	ATS Buntentor Bremen	60	M 55	15	1:03:19
16	478	Schubert, Gerhard	Lauftreff Höpkens Ruh	61	M 55	16	1:04:01

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 55**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
17	606	Hermes, Johannes	Syke	57	M 55 17	1:08:32

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 55**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	234	Sommer - Schmidt, Kersten	LG Kreis Verden	61	W 55 1	54:11
2	273	Pelka, Andrea	TV Jahn Delmenhorst	61	W 55 2	58:25

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 60**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	706	Mix, Dr. Uli	LC Hansa Stuhr	56	M 60 1	45:43
2	440	Kaminski, Leszek	BSG Sparkasse Bremen	56	M 60 2	46:59
3	573	Masemann, Johann	TV Bruchhausen - Vilsen	52	M 60 3	47:47
4	594	Willenbrock, Harm Jürgen	LG Kreis Verden	52	M 60 4	54:50
5	472	Haase, Wilfried	LG Kreis Verden	56	M 60 5	55:26
6	448	Michaelis, Dieter	Lauftreff Bruchhausen -Vilsen	53	M 60 6	56:36
7	595	Lakomy, Werner	Sport-Ziel Marathonteam	54	M 60 7	59:24
8	657	Langner, Klaus	Zoll Cuxhaven	55	M 60 8	1:01:48
9	612	Juchems, Hartmut	Lustvoll Laufen	55	M 60 9	1:09:15

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 60**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	252	Heger, Ingrid	LG Kreis Verden	52	W 60 1	56:17
2	277	Preußner, Gisela	Lustvoll Laufen	56	W 60 2	1:04:39

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Senioren M 65**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	411	Meinken, Walter	TSV Völkersen	49	M 65 1	55:18
2	897	Kacholt, Helmut	TSV Barrien	47	M 65 2	57:59
3	410	Böhmer, Axel	Uni Triathlöwen Bremen	51	M 65 3	1:00:02
4	509	Sengstarke, Hans Herman	SC Weyhe	48	M 65 4	1:06:45

**Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016**
**Ergebnisliste - Seniorinnen W 65**

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	209	Kunert, Uschi	Uni Triathlöwen Bremen	51	W 65 1	57:46
2	212	Bernau, Waltraud	Triathlon Club Bremen	49	W 65 2	1:09:12

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Senioren M 70

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	445	Dittberner, Harald	Bremen	46	M 70 1	52:12

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Seniorinnen W 70

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	263	Mutert, Karin	TSV Kirchlinteln	44	W 70 1	1:06:21

## Langstrecke 10 500 m am 11.12.2016

### Ergebnisliste - Senioren M 75

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Jg	Ak	Endzeit
1	479	Schütte, Hans Jost	VfL Oldenburg	41	M 75 1	1:13:09
2	652	Hinzmann, Manfred	Triathlon Club Bremen	38	M 75 2	1:19:10
3	477	Sager, Bernhard	VfL Oldenburg	41	M 75 3	1:22:52