

5km Straßenlauf, WJ U14, WJ U16, F, WJ U18, WJ U20, WK U12, W35, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
	123171	Milena Kauertz	2006	GER	TG Neuss	19:40	19:43	
	222446	Veronika Stockem	2000	GER	LG Aachen	20:19	20:23	+ 0:40
3	1892	Lena Melsa	2008	GER	LT-Stoppenberg e.V.	20:31	20:35	+ 0:52
	423047	Sonja Beba	1988	GER	LAZ Mönchengladbach	21:54	22:01	+ 2:18
5	1784	Sandra Paß	1987	GER	PT Andrea von Horn	22:04	22:12	+ 2:29
6	1690	Clara Schubert	2011	GER	TV Ratingen - Leichtathletikteam	22:25	22:29	+ 2:46
7	448	Séraphine Ragot	2008	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	22:06	22:31	+ 2:48
8	746	Joana Wolff	1997	GER	Triathlon Team Ratingen 08	22:26	22:33	+ 2:50
9	267	Levke Jansen	2006	GER	LV Marathon Kleve	22:44	22:48	+ 3:05
10	447	Melanie Ragot	1973	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	22:48	23:14	+ 3:31
11	1421	Maike Nakotte	2005	GER	LT-Stoppenberg e.V.	23:10	23:17	+ 3:34
12	133	Elena Winkler	1986	GER	Deutschland	23:24	23:32	+ 3:49
13	1598	Ute Spicker	1961	GER	Team-Essen 199 e.V.	23:25	23:38	+ 3:55
14	1734	Marleen Gaschemann	2005	GER	Friedrich Ebert Realschule	23:26	23:48	+ 4:05
15	1506	Maya Conraths	2011	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	23:30	23:55	+ 4:12
16	713	Leni Baumgarten	2007	GER	Triathlon Team Ratingen 08	23:55	24:02	+ 4:19
17	1507	Julie von Maltitz	1974	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	23:39	24:06	+ 4:23
18	1581	Hisako Yoshizawa	1975	GER	Deutschland	24:02	24:08	+ 4:25
19	1785	Linda Grothmann	1987	GER	PT Andrea von Horn	24:08	24:16	+ 4:33
	2023197	Belinda Wilke	1960	GER	TG Neuss	24:13	24:18	+ 4:35
21	69	Sophie Kroner	2004	GER	me-läuft!	24:06	24:19	+ 4:36
22	1685	Lea Ost	2010	GER	TV Ratingen - Leichtathletikteam	24:37	24:45	+ 5:02
23	1135	Christina Begas	1973	GER	Deutschland	24:07	24:46	+ 5:03
24	1673	Lara Lehmkuhl	1989	GER	Deutschland	24:49	25:07	+ 5:24
	2523184	Heike Kalweit	1968	GER	TSV Viktoria Mülheim	25:02	25:08	+ 5:25
26	465	Hanna Fiedler	1980	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	25:02	25:24	+ 5:41
27	278	Marina Hambloch	1996	GER	Physiotherapie Heitbrink	25:01	25:37	+ 5:54
28	760	Nadine Ten Eicken	1990	GER	Deutschland	25:34	25:44	+ 6:01
	2923044	Julina Stolle	2001	GER	BRIDGERUNNERS Düsseldorf	25:34	25:45	+ 6:02
30	1538	Ella Parks	1990	GER	Deutschland	25:42	25:51	+ 6:08
30	1634	Alexandra Haugrund	1976	GER	Montagsläufer	25:18	25:51	+ 6:08
32	238	Carlotta Winter	2002	GER	Winter Maschinenbau	25:39	26:05	+ 6:22
	3323159	Elvira Schöller	1989	GER	Deutschland	25:39	26:09	+ 6:26
34	1654	Julia Tillmann	1973	GER	Original Bootcamp	26:06	26:14	+ 6:31
35	655	Claudia Nollmann	1973	GER	Albert-Schweitzer-Schule	25:54	26:38	+ 6:55
	3623225	Marika Arnold	2006	GER	Deutschland	26:28	26:43	+ 7:00
37	715	Lea Becker	2011	GER	Triathlon Team Ratingen 08	26:32	26:54	+ 7:11
38	493	Pia Hoppenheit	1997	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	26:45	26:55	+ 7:12
39	1520	Kathrin Woidt	2001	GER	Deutschland	26:36	26:58	+ 7:15
40	731	Mayla Suzan Nepicks	2015	GER	Triathlon Team Ratingen 08	26:54	27:01	+ 7:18
41	1865	Conny Drenker	1975	GER	Triathlon Team Ratingen 08	27:09	27:18	+ 7:35
42	1769	Marion Krämer	1968	GER	Robbi, Tobbi und die Tachyonen	26:58	27:19	+ 7:36
43	734	Sophie Reiber	2005	GER	Triathlon Team Ratingen 08	27:05	27:20	+ 7:37
44	998	Alexandra Block	1976	GER	Liebfrauenschule Ratingen	26:48	27:22	+ 7:39
45	1641	Judith Alexander	2007	GER	Deutschland	26:52	27:25	+ 7:42

5km Straßenlauf, WJ U14, WJ U16, F, WJ U18, WJ U20, WK U12, W35, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75 / 10:00

Fortsetzung

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
46	1011	Tanja Meißner	1970	GER	Liebfrauenschule Ratingen	27:11	27:27	+ 7:44
47	143	Maike Olah	1989	GER	Kita St. Jacobus	27:18	27:28	+ 7:45
48	1109	Linda Nowakowski	2006	GER	Laufftreff Alt-Erkrath	27:19	27:30	+ 7:47
48	1534	Jil Idems	2008	GER	Deutschland	26:59	27:30	+ 7:47
50	593	Monika Wolters	1971	GER	ASC Ratingen West	27:12	27:39	+ 7:56
51	662	Florentine Rabanus	2010	GER	Deutschland	27:34	27:40	+ 7:57
52	274	Astrid Schaaphaus	1988	GER	Physiotherapie Heitbrink	27:22	27:57	+ 8:14
53	508	Justine Guignard	1989	GER	Deutschland	27:34	28:00	+ 8:17
54	1107	Henriette Winter	2011	GER	Winter Maschinenbau	27:35	28:01	+ 8:18
55	733	Catrin Pautzke	1961	GER	Triathlon Team Ratingen 08	27:55	28:06	+ 8:23
56	661	Stephanie Rabanus	1976	GER	Deutschland	28:02	28:08	+ 8:25
57	1813	Roswita Schlachte	1955	GER	VfL Eintracht Hannover	28:06	28:10	+ 8:27
58	1827	Leonie Dinsing	1987	GER	Deutschland	27:59	28:15	+ 8:32
59	23282	Lara Kronenberg	1996	GER	Deutschland	27:54	28:19	+ 8:36
60	1012	Maya Kaczmarczyk	1976	GER	Liebfrauenschule Ratingen	28:13	28:46	+ 9:03
61	1130	Anja Danelsing	1976	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	28:09	28:48	+ 9:05
62	1850	Michaela Schütz	1971	GER	Konfettibande Ratingen	28:15	28:49	+ 9:06
63	81	Melli Rude	1979	GER	Konfettibande Ratingen	28:33	29:06	+ 9:23
64	990	Letizia Littwin	2010	GER	Liebfrauenschule Ratingen	28:53	29:16	+ 9:33
65	718	Heide Deppmeyer	1972	GER	Triathlon Team Ratingen 08	29:01	29:17	+ 9:34
65	1143	Melanie Bender	1987	GER	Physiotherapie Heitbrink	28:45	29:17	+ 9:34
67	340	Aura Stoskus	1999	GER	Deutschland	28:35	29:19	+ 9:36
68	23149	Julia Da Silva Antunes Alves	2007	GER	Suitbertus Lauf-Team	28:57	29:26	+ 9:43
69	1140	Birgit Kömmling	1977	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	28:54	29:31	+ 9:48
69	22441	Kerstin Solbach	1980	GER	Kita St. Jacobus	28:49	29:31	+ 9:48
71	1572	Cornelia Diening- Neuhaus	1978	GER	Deutschland	29:16	29:36	+ 9:53
72	1559	Susanne Eger	1971	GER	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf	29:11	29:49	+ 10:06
73	974	Patrizia Golle	2010	GER	Liebfrauenschule Ratingen	29:23	29:51	+ 10:08
74	1733	Brigitte Gaschemann	1972	GER	Friedrich Ebert Realschule	29:31	29:56	+ 10:13
75	1313	Nora Ummelmann	1998	GER	Deutsche Vermögensberatung	29:48	29:59	+ 10:16
76	1560	Monika Brustmann	1971	GER	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf	29:21	30:01	+ 10:18
77	1125	Agnieszka Meijer	1986	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	29:54	30:10	+ 10:27
78	1486	Tanja Blasitzke	1979	GER	Anchor Running Crew Duisburg/ DSV 98	29:32	30:11	+ 10:28
79	250	Nikolett Farkas	1990	GER	Deutschland	29:32	30:13	+ 10:30
80	785	Linda Miarka	1990	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	29:40	30:17	+ 10:34
80	1123	Tania Rost	1972	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	29:39	30:17	+ 10:34
82	370	Michaela Köllner	1987	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	30:09	30:24	+ 10:41
82	1856	Michaela Clark	1989	GER	Deutschland	30:13	30:24	+ 10:41
84	1260	Luciana Duque	2009	GER	Verisure Deutschland GmbH	30:09	30:28	+ 10:45
85	807	Fenja Schreiner	1988	GER	Niterra EMEA GmbH	30:21	30:31	+ 10:48
86	23024	Teodora Terzieva	1977	GER	Deutschland	30:33	30:33	+ 10:50
87	1743	Sabrina Querforth	1976	GER	Konfettibande Ratingen	30:02	30:38	+ 10:55
88	1074	Christiane Salentin	1972	GER	Anchor Running Crew	30:10	30:56	+ 11:13
89	995	Malaika Eleftheriadis	1978	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:25	30:59	+ 11:16
90	1490	Nina Lotta Bauernfeind	2005	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:31	31:15	+ 11:32
91	810	Helena Berens	2008	GER	Deutschland	30:45	31:16	+ 11:33

5km Straßenlauf, WJ U14, WJ U16, F, WJ U18, WJ U20, WK U12, W35, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75 / 10:00

Fortsetzung

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
92	764	Johanna Ludwikowski	1997	GER	Deutschland	30:53	31:25	+ 11:42
93	272	Katrin Sperb	1988	GER	Physiotherapie Heitbrink	30:52	31:28	+ 11:45
94	141	Tina Klobusek	1971	GER	Kita St. Jacobus	31:05	31:30	+ 11:47
95	239	Elizabeth Dreesen	1988	GER	Winter Maschinenbau	31:04	31:32	+ 11:49
96	22447	Nicole Sommerfeld	1975	GER	Die Turboschnecke	30:46	31:34	+ 11:51
97	1006	Nicole Holz	1979	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:43	31:35	+ 11:52
98	23132	Marietta Schiefelbein	1996	GER	Djk VfR Saarn	30:54	31:46	+ 12:03
98	23150	Marie Sterling	1990	GER	Djk VfR Saarn	30:56	31:46	+ 12:03
100	273	Marina Rape	1988	GER	Physiotherapie Heitbrink	31:16	31:47	+ 12:04
101	988	Mia Gerreser	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	31:27	31:49	+ 12:06
102	188	Helena Otto	2000	GER	Deutschland	31:15	31:50	+ 12:07
102	505	Amelie Sensenbrenner	2013	GER	TV Ratingen	31:38	31:50	+ 12:07
104	1543	Fiona Scheidt	2010	GER	TV Ratingen	31:36	31:51	+ 12:08
104	1700	Hannah Sophie Pönitz	2013	GER	TV Ratingen - Leichtathletikteam	31:38	31:51	+ 12:08
104	1841	Sabrina Rudolf	1990	GER	Deutschland	31:02	31:51	+ 12:08
107	1147	Julia Drehmer	1986	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	31:42	32:00	+ 12:17
108	277	Celina Klem	1996	GER	Physiotherapie Heitbrink	31:34	32:08	+ 12:25
108	763	Dagmar Schmitz	1998	GER	Deutschland	31:35	32:08	+ 12:25
110	1584	Gina Heinzmann	1988	GER	Deutschland	31:53	32:12	+ 12:29
111	23208	Angèle Hansmaennel	1970	GER	Deutschland	31:44	32:13	+ 12:30
112	22436	Eva Buchkremer	2013	GER	Deutschland	31:30	32:15	+ 12:32
113	23168	Nadine Arbeiter	1980	GER	Deutschland	31:58	32:22	+ 12:39
114	1872	Saskia Reinshagen	1987	GER	Deutschland	32:00	32:30	+ 12:47
114	1873	Katharina Werner	1987	GER	Deutschland	32:00	32:30	+ 12:47
116	1646	Martina Schorn	1974	GER	Mettmann Sport	32:21	32:34	+ 12:51
117	22435	Wiebke Buchkremer	1979	GER	Deutschland	31:55	32:40	+ 12:57
118	472	Tanja Reiber	1977	GER	Deutschland	32:30	32:46	+ 13:03
119	23214	Aurelie Dulbecco	1976	GER	TC 1913	32:47	32:53	+ 13:10
120	23254	Nadine Uhlmann	1996	GER	Deutschland	32:33	32:54	+ 13:11
120	23255	Anne Lux	1996	GER	Deutschland	32:34	32:54	+ 13:11
122	138	Miriam Datki	1986	GER	Deutschland	32:29	32:57	+ 13:14
122	1369	Andrea Lenzing	1972	GER	Dietrich-Bonhoeffer- Gymnasium	32:30	32:57	+ 13:14
124	23156	Vivian Kluytmans	1990	GER	Dietrich-Bonhoeffer- Gymnasium	32:26	32:58	+ 13:15
125	1270	Gabriele Wolf	1964	GER	Deutschland	32:49	33:01	+ 13:18
126	518	Janne Merk	2000	GER	Deutschland	32:10	33:02	+ 13:19
127	1001	Isabelle Sprünken	1976	GER	Liebfrauenschule Ratingen	32:30	33:19	+ 13:36
128	1585	Anna Heinzmann	1996	GER	Original Bootcamp	33:09	33:27	+ 13:44
129	983	Lina-Marie Schütz	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	33:14	33:40	+ 13:57
130	451	Anna Pilz	1979	GER	BRIDGERUNNERS DÜSSELDORF	32:48	33:41	+ 13:58
130	1854	Beate Buchwald	1973	GER	Konfettibande Ratingen	33:07	33:41	+ 13:58
132	136	Magdalena Hedwig	1980	GER	Mettmann Sport	33:43	33:57	+ 14:14
133	1373	Jana Lewerenz	1972	GER	Dietrich-Bonhoeffer- Gymnasium	33:07	34:02	+ 14:19
134	275	Britta Averdick	1972	GER	Physiotherapie Heitbrink	33:10	34:04	+ 14:21
135	23238	Pia Ellrott	2002	GER	Deutschland	33:40	34:05	+ 14:22
136	271	Chiara-Sophie Blau	2003	GER	Physiotherapie Heitbrink	33:34	34:08	+ 14:25
137	281	Katja Höffgen	1970	GER	Physiotherapie Heitbrink	33:34	34:10	+ 14:27
138	280	Andrea Niemcyk	1975	GER	Physiotherapie Heitbrink	33:35	34:12	+ 14:29
139	213	Uta Wiesemann	1979	GER	Mi Casa - Dein zu Hause	33:29	34:25	+ 14:42
140	405	Angelique Richter	1974	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	33:38	34:33	+ 14:50
141	23264	Kim Eichmann	1986	GER	TuS Homberg	34:37	35:05	+ 15:22

5km Straßenlauf, WJ U14, WJ U16, F, WJ U18, WJ U20, WK U12, W35, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75, W80, W85 / 10:00

Fortsetzung

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
142	1674	Nancy Tillmanns	1975	GER	Deutschland	34:22	35:10	+ 15:27
142	23308	Julia Ditewig	1989	GER	Deutschland	34:22	35:10	+ 15:27
144	413	Mareike Schröter	1986	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	34:18	35:12	+ 15:29
145	22431	Silvia Nöh	1979	GER	Gipfelkurs Düsseldorf	34:56	35:46	+ 16:03
146	236	Katrin Birkhahn	1966	GER	Winter Maschinenbau	35:17	35:58	+ 16:15
147	1501	Kim Schneider	2006	GER	QITS GmbH	35:51	36:08	+ 16:25
148	1023	Kazuko Kanuma-Kölzer	1955	GER	Running Team Grafenberg	35:15	36:10	+ 16:27
149	1161	Deborah Stix	1987	GER	Mitsubishi Electric	36:02	36:11	+ 16:28
150	23221	Lea Leithe	2000	GER	Deutschland	35:47	36:19	+ 16:36
150	23224	Lara Meneghinello	2000	GER	Deutschland	35:48	36:19	+ 16:36
152	1253	Lina Qin	1990	GER	Verisure Deutschland GmbH	36:07	36:26	+ 16:43
152	1265	Lisa-Sophie Kusserow	2000	GER	Verisure Deutschland GmbH	36:07	36:26	+ 16:43
154	727	Andrea Kläsener	1965	GER	Triathlon Team Ratingen 08	35:50	36:27	+ 16:44
155	776	Christiane Koch	1980	GER	Anchor Running Crew Duisburg	36:32	36:32	+ 16:49
156	179	Mozhde Rostamian	1990	GER	Deutschland	36:30	36:45	+ 17:02
157	312	Elke Hacker	1949	GER	TuS 08 Lintorf	36:45	36:57	+ 17:14
158	1843	Katharina Rejdak	1974	GER	Deutschland	36:22	37:04	+ 17:21
159	375	Miriam Willems	1980	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	36:39	37:08	+ 17:25
160	1561	Elke Schnaudt	1960	GER	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf	36:35	37:16	+ 17:33
161	1762	Kristina Borchardt	1986	GER	Deutschland	36:38	37:28	+ 17:45
162	798	Sabrina Thum	1990	GER	Niterra EMEA GmbH	36:50	37:42	+ 17:59
163	23251	Sophia Stenzel	1997	GER	Deutschland	36:48	37:43	+ 18:00
164	1775	Kathrin Simonis	1980	GER	Deutschland	37:12	37:48	+ 18:05
165	991	Lena Gerreser	2006	GER	Liebfrauenschule Ratingen	37:36	37:59	+ 18:16
166	1651	Joanna Kwasnik	1971	GER	St. Marien Krankenhaus GmbH	37:38	38:15	+ 18:32
167	1231	Angela Berger	1962	GER	Bataver Lauftreff	37:41	38:27	+ 18:44
168	23311	Sophie Langer	2008	GER	Deutschland	38:25	38:47	+ 19:04
169	92	Heidi Brandt	1966	GER	ME Sport	39:01	39:16	+ 19:33
170	23213	Kim Leuschner	1996	GER	Deutschland	38:46	39:27	+ 19:44
171	481	Astrid Wagner	1969	GER	Weseler Kanu-Club 1925 e.V.	40:14	40:46	+ 21:03
172	1020	Nicole Malcherowitz	1978	GER	Deutschland	42:11	42:50	+ 23:07

5km Straßenlauf, MJ U18, MJ U20, MK U12, M, W30, W40, M65, M70, M75, M80

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
1	714	Jan Baumgarten	2004	GER	Triathlon Team Ratingen 08	16:24	16:27	
2	23274	Maximilian Jakobs	1998	GER	SG Duisburg-Süd	17:07	17:09	+ 0:42
3	23124	Jan Vernikov	2008	GER	Ohne Verein	17:12	17:15	+ 0:48
4	23050	Benjamin Kaufmann	2004	GER	Seidenraupen Krefeld e.V	17:30	17:36	+ 1:09
5	1881	Marvin Jesinghaus	1998	GER	TV Refrath	18:13	18:16	+ 1:49
6	1037	Nico Neumann	2006	GER	Deutschland	18:37	18:41	+ 2:14
7	1422	Clemens Höffelman	2004	GER	LT-Stoppenberg e.V.	18:41	18:46	+ 2:19
8	107	Max Pocha	2003	GER	ERDINGER Active Team	18:44	18:48	+ 2:21
9	1521	Jonas Gerzar	2002	GER	Triathlon Team Düsseldorf	18:48	18:56	+ 2:29
10	1555	Enno Ritzenhoff	2007	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	19:26	19:30	+ 3:03
11	23026	Jahniss Frizz Lüther	2004	GER	DJK VFR Mülheim Saarn	19:38	19:52	+ 3:25
12	23138	Abdurrahman Vrabac	2006	GER	Fair'llos	20:07	20:12	+ 3:45
13	1609	Maksym Makarov	2007	GER	Team-Essen 199 e.V.	20:12	20:17	+ 3:50

5km Straßenlauf, MJ U18, MJ U20, MK U12, M, W30, W40, M65, M70, M75, M80 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
14	735	Christopher Reiß	1997	GER	Triathlon Team Ratingen 08	20:22	20:29	+ 4:02
15	736	Lukas Rühlemann	1999	GER	Triathlon Team Ratingen 08	20:23	20:30	+ 4:03
16	23179	Luca Melsa	2007	GER	Lt Stoppenberg e.V	20:29	20:35	+ 4:08
17	23164	Jan Plückebaum	1998	GER	Deutschland	20:55	21:12	+ 4:45
18	23252	Henning Schäferhoff	1996	GER	Deutschland	21:11	21:16	+ 4:49
19	977	Leo Wagner	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	21:30	21:34	+ 5:07
20	106	Silke Barteck	1983	GER	Deutschland	21:53	22:01	+ 5:34
21	23188	Manuel Suer	2001	GER	Anchor Running Crew Duisburg	22:00	22:06	+ 5:39
22	88	Paul Adler	1960	GER	Düsseldorfer Schauspielhaus	22:10	22:16	+ 5:49
22	23030	Joshua Seipel Montúfar	2008	GER	Suitbertus Lauf-Team	22:11	22:16	+ 5:49
24	525	Merlin Ragot	2005	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	22:11	22:22	+ 5:55
25	23170	Marko Sliskovic	2001	GER	Deutschland	22:25	22:29	+ 6:02
26	23200	Kim Braunias	1992	GER	Deutschland	22:58	23:06	+ 6:39
27	1714	Philipp Hollands	2009	GER	Deutschland	22:41	23:07	+ 6:40
27	1770	Sven Krämer	2000	GER	Robbi, Tobbi und die Tachyonen	22:53	23:07	+ 6:40
29	984	Jan Hufmüller	2008	GER	Liebfrauenschule Ratingen	22:58	23:28	+ 7:01
30	23321	Tamin Merhej	2002	GER	Schwarzbachklinik Ratingen	23:06	23:47	+ 7:20
31	1349	Maximilian Weinling	2009	GER	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	23:41	23:53	+ 7:26
32	290	Matti Niemczyk	2015	GER	Physiotherapie Heitbrink	23:38	24:14	+ 7:47
33	243	Lando Winter	2005	GER	Winter Maschinenbau	24:19	24:42	+ 8:15
33	2434	Diana Machui	1981	GER	Anchor Running Crew Duisburg	24:04	24:42	+ 8:15
35	762	Julia Nickel	1982	GER	Deutschland	24:24	24:43	+ 8:16
36	1553	René Wendeler	1998	GER	Deutschland	24:53	25:02	+ 8:35
36	1894	Sami Akbaba	2006	GER	LSG MGB Ratingen	24:15	25:02	+ 8:35
38	745	Theo Wülken	2014	GER	Triathlon Team Ratingen 08	25:16	25:23	+ 8:56
38	23212	Jan-Niklas Hurtado	1997	GER	Deutschland	25:11	25:23	+ 8:56
40	1073	Tim Zeidler	1998	GER	Deutschland	25:16	25:34	+ 9:07
41	479	Alfred Hermes	1946	GER	Pulheimer SC	25:25	26:01	+ 9:34
42	1846	Wilfried Schnitzler	1958	GER	SG Zons	25:53	26:13	+ 9:46
43	1836	Lisa Engeln	1992	GER	Anchor Running Crew Duisburg	26:15	26:15	+ 9:48
44	978	Oskar Trzebiatowski	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	26:39	26:43	+ 10:16
45	23243	Milan Goldfarb	2014	GER	FSV Ketwig	26:34	26:45	+ 10:18
46	1148	Felix Große	1996	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	26:30	26:47	+ 10:20
47	496	Sebastian Hohlfeld	1996	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	26:29	26:48	+ 10:21
48	975	Laurenz Ising	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	26:49	26:59	+ 10:32
49	328	Fiona Fröhling	1981	GER	Deutschland	26:30	27:01	+ 10:34
50	1334	Justus Kraye	2005	GER	Deutschland	26:20	27:05	+ 10:38
51	6	Natascha Gieseke	1982	GER	Deutschland	27:16	27:26	+ 10:59
52	23177	Ben Florian	2015	GER	Lt Stoppenberg e.V	27:03	27:30	+ 11:03
53	23178	Michaela Melsa	1982	GER	Lt Stoppenberg e.V	27:04	27:31	+ 11:04
54	1022	Ulli Kölzer	1951	GER	Running Team Grafenberg	27:24	27:38	+ 11:11
55	1489	Paul Patatzki	2008	GER	Liebfrauenschule Ratingen	27:14	27:42	+ 11:15
56	1613	Denis Weibert	2006	GER	Hot Runners Ratingen e. V	27:43	28:07	+ 11:40
57	23283	Anna Kronenberg	1994	GER	Deutschland	27:54	28:19	+ 11:52
58	23310	Friedrich Nowas	1957	GER	ohne	28:29	28:33	+ 12:06
59	233	Marlon Verstappen	2007	GER	Winter Maschinenbau	28:11	28:37	+ 12:10

5km Straßenlauf, MJ U18, MJ U20, MK U12, M, W30, W40, M65, M70, M75, M80 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
60	1803	Eva-Lotte Linhoff	1991	GER	Deutschland	27:44	28:39	+ 12:12
61	1340	Siegfried Kalweit	1942	GER	TSV Viktoria Mülheim	28:31	28:42	+ 12:15
62	498	Julian Saemisch	1996	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	28:29	28:50	+ 12:23
63	237	Paul Börner	1998	GER	Winter Maschinenbau	28:26	28:52	+ 12:25
64	1633	Christian Feldhaus	1959	GER	LLG 80 Nordpark Köln e.V.	28:25	28:57	+ 12:30
65	424	Janina Geiß	1983	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	29:08	29:19	+ 12:52
66	23270	Gianluca Fuwa	2000	GER	Deutschland	29:22	29:42	+ 13:15
67	1640	Dieter Schomburg	1944	GER	Race Rentner Essen	29:45	30:03	+ 13:36
68	812	Carla Petruschke	1983	GER	Deutschland	29:16	30:06	+ 13:39
69	1197	Isabell Bromkamp	1994	GER	Deutschland	29:32	30:23	+ 13:56
70	1619	Stefanie Müller	1985	GER	Deutschland	30:10	30:25	+ 13:58
71	1735	Sonja Winzen	1984	GER	Friedrich Ebert Realschule	30:03	30:27	+ 14:00
72	23144	Anna Kornilaeva	1982	GER	Deutschland	30:08	30:33	+ 14:06
73	48	Anna Gehling	1985	GER	Deutschland	30:25	30:34	+ 14:07
74	23033	Nahir Ventocilla Guillen	1991	GER	Mission Zugspitze	30:49	30:55	+ 14:28
75	723	Laura Felecan	1982	GER	Triathlon Team Ratingen 08	30:46	31:01	+ 14:34
76	656	Franziska Binder	1985	GER	Albert-Schweitzer-Schule	30:22	31:05	+ 14:38
77	1772	Tobias Trill	2000	GER	Robbi, Tobbi und die Tachyonen	30:55	31:16	+ 14:49
78	993	Daria Mennicken	1983	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:37	31:19	+ 14:52
79	321	Axel Röhrkasten	1955	GER	Deutschland	30:31	31:20	+ 14:53
80	1648	Sabine Hieb	1983	GER	St. Marien Krankenhaus GmbH	30:45	31:23	+ 14:56
81	144	Theo Niehs	1955	GER	Kita St. Jacobus	31:12	31:29	+ 15:02
82	1235	Philipp Schlemmer	2015	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	30:40	31:30	+ 15:03
83	304	Peter Nebel	1959	GER	Winter Maschinenbau	31:14	31:38	+ 15:11
84	94	Anna Müller	1981	GER	Deutschland	31:20	31:45	+ 15:18
85	459	Natascha Weibert	1983	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	31:28	31:51	+ 15:24
86	1875	Elif Demir	1994	GER	Deutschland	31:01	31:54	+ 15:27
87	109	Claus-Peter Pieper	1952	GER	Mettmann Lläuft	31:42	31:55	+ 15:28
88	23217	Johann Hacker	1953	GER	angerlandLtLintorf	31:31	31:59	+ 15:32
89	1009	Silke Hanisch	1981	GER	Liebfrauenschule Ratingen	31:40	32:09	+ 15:42
89	1773	Harald Suermann	1956	GER	SV Germania Dürwiß	31:50	32:09	+ 15:42
91	217	Janina Filmar	1982	GER	Deutschland	31:25	32:14	+ 15:47
92	724	Yvonne Goldmann	1984	GER	Triathlon Team Ratingen 08	31:33	32:16	+ 15:49
92	737	Stefanie Schneider	1984	GER	Triathlon Team Ratingen 08	31:32	32:16	+ 15:49
94	835	Janina Schmid	1984	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	32:07	32:44	+ 16:17
95	60	Stephanie Gall	1985	GER	Deutschland	32:29	32:58	+ 16:31
96	190	Nina Voigt	1983	GER	Anchor Running Crew	32:27	33:01	+ 16:34
96	191	Max Voigt	2014	GER	Anchor Running Crew	32:27	33:01	+ 16:34
98	482	Lisa Hüllenhütter	1994	GER	Deutschland	32:11	33:02	+ 16:35
98	1160	Daniel Ahmeti	1998	GER	Mitsubishi Electric	32:53	33:02	+ 16:35
100	783	Rebecca Walther	1992	GER	Original Bootcamp	32:50	33:10	+ 16:43
100	1504	Isabel Sobotta	1992	GER	Original Bootcamp	32:49	33:10	+ 16:43
102	469	Alexandra Langer	1981	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	32:46	33:11	+ 16:44
103	490	Paolo Buttaci	2003	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	33:01	33:22	+ 16:55
104	1230	Manfred Berger	1958	GER	Bataver Lauftreff	32:31	33:24	+ 16:57
105	1272	Lore Auer	1985	GER	Astrid Lindgren Schule	32:49	33:32	+ 17:05
106	497	Felix Neustifter	1999	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	33:23	33:41	+ 17:14
107	494	Lennard Passmann	1996	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	33:29	33:43	+ 17:16

5km Straßenlauf, MJ U18, MJ U20, MK U12, M, W30, W40, M65, M70, M75, M80 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
107	499	Merle Muß	1995	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	33:30	33:43	+ 17:16
109	22433	Eva Hoffmann	1983	GER	Deutschland	33:24	34:10	+ 17:43
110	740	Wiebke Samadi	1983	GER	Triathlon Team Ratingen 08	33:39	34:22	+ 17:55
111	1099	Natalija Späh	1995	GER	Deutschland	33:43	34:25	+ 17:58
112	23015	Yvonne Bonnet	1981	GER	IAC Düren	33:32	34:26	+ 17:59
112	23176	Ulrich Bonnet	1955	GER	Deutschland	33:32	34:26	+ 17:59
114	118	Judith Epple	1993	GER	Deutschland	33:38	34:33	+ 18:06
115	23261	Stefanie Becker	1981	GER	Deutschland	34:37	35:05	+ 18:38
116	1663	Julia Haeger	1994	GER	Deutschland	34:20	35:06	+ 18:39
116	1680	Nina Reitzer	1994	GER	Deutschland	34:20	35:06	+ 18:39
118	22439	Can Erdogan	2000	GER	Deutschland	34:40	35:12	+ 18:45
118	23052	Dennis Cu Thai	2000	GER	Deutschland	34:39	35:12	+ 18:45
120	402	Lioba Bermes	1985	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	34:20	35:14	+ 18:47
121	23241	Gerd Wesemann	1949	GER	TuS Breitscheid	34:34	35:19	+ 18:52
122	33	Nicole Kot	1992	GER	Sweet like Candy Pomeranians	35:10	35:23	+ 18:56
123	515	Denise Egenberger	1983	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	35:17	36:11	+ 19:44
124	23183	Noreen Piccio	1983	GER	Deutschland	36:53	37:24	+ 20:57
125	1569	Lisa Tekook	1993	GER	Deutschland	36:54	37:30	+ 21:03
126	22442	Wilfried Krug	1950	GER	Deutschland	37:14	37:53	+ 21:26
127	739	Kathrin Schulze	1984	GER	Triathlon Team Ratingen 08	37:25	38:09	+ 21:42
128	259	Heribert Hennemann	1948	GER	BSG DRV Rheinland	37:32	38:17	+ 21:50
129	979	Karl Schulze Ueding	2009	GER	Liebfrauenschule Ratingen	39:30	39:40	+ 23:13
130	1876	Laura Hagg	1994	GER	Deutschland	41:31	42:23	+ 25:56

5km Straßenlauf, MJ U16, MJ U14, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
1	23256	Richard Wilke	1992	GER	TG Neuss	17:20	17:23	
2	1823	Björn Baumgarten	1974	GER	TuS Breitscheid	17:47	17:51	+ 0:28
3	1645	Robin Langer	1989	GER	CDU Hösel/Eggerscheidt	17:49	17:52	+ 0:29
4	738	Gerrit Schubert	1994	GER	Triathlon Team Ratingen 08	17:50	17:54	+ 0:31
5	1847	Maik Voigt	1981	GER	TV Refrath	18:30	18:34	+ 1:11
6	23267	Lahcen Otmani	1976	GER	SV Oppum	18:47	18:52	+ 1:29
7	1808	Friedemann Gobrecht	1987	GER	TuS Breitscheid	19:25	19:32	+ 2:09
8	1849	Andreas Joswig	1965	GER	TV Hasslinghausen	19:29	19:33	+ 2:10
9	105	Tim Kulik	1986	GER	Deutschland	20:06	20:10	+ 2:47
10	721	Nick Frohnert	2010	GER	Triathlon Team Ratingen 08	20:10	20:14	+ 2:51
11	449	Andreas Kämper	1968	GER	CdP Erkrath e.V.	20:14	20:19	+ 2:56
12	1375	Stephan Hilgers	1980	GER	Laufteam KREUELS	20:11	20:21	+ 2:58
13	1891	Dennis Florian	1981	GER	LT-Stoppenberg e.V.	20:28	20:33	+ 3:10
13	23318	Dimitri Ott	1988	GER	Schwarzbachklink Ratingen	20:19	20:33	+ 3:10
15	744	Leon von der Mark	1995	GER	Triathlon Team Ratingen 08	20:45	20:51	+ 3:28
16	1580	Yoichi Yoshizawa	1977	GER	Deutschland	20:51	20:56	+ 3:33
17	1010	Heiko Stroer	1992	GER	Liebfrauenschule Ratingen	20:56	21:09	+ 3:46
18	23242	Malte Goldfarb	1977	GER	Deutschland	21:03	21:11	+ 3:48
19	1173	Ivaylo Dobrikov	1984	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	21:06	21:17	+ 3:54
20	1671	Christian Kanders	1989	GER	Anchor Running Crew Duisburg	21:15	21:24	+ 4:01
21	173	Alexander Lutz	1983	GER	TV Hösel	21:14	21:30	+ 4:07
22	23032	Nils van Aerssen	1990	GER	Mission Zugspitze	21:29	21:34	+ 4:11

5km Straßenlauf, MJ U16, MJ U14, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
23	5	Bruno Gieseke	2013	GER	Deutschland	21:37	21:42	+ 4:19
24	1583	Kento Yoshizawa	2012	GER	Deutschland	21:48	21:53	+ 4:30
25	1692	Dominique Schubert	1975	GER	TV Ratingen - Leichtathletikteam	21:51	21:55	+ 4:32
26	1882	Marcel Kiczynski	1975	GER	TV Ratingen	21:57	22:05	+ 4:42
27	1586	Jens Kleinau	1961	GER	Freie Schwimmer Düsseldorf	22:12	22:18	+ 4:55
28	1424	David Glaubitz	1982	GER	LT-Stoppenberg e.V.	22:20	22:26	+ 5:03
29	1791	Theo Reisinger	2011	GER	LG Stadtwerke Hilden	22:25	22:28	+ 5:05
30	996	Thomas Ulken	1981	GER	Liebfrauenschule Ratingen	22:22	22:36	+ 5:13
31	23201	Richard Braunias	1993	GER	Deutschland	22:34	22:43	+ 5:20
32	1019	Christoph Jakubowski	1965	GER	Liebfrauenschule Ratingen	22:58	23:07	+ 5:44
33	808	Christian Schreiner	1983	GER	Niterra EMEA GmbH	23:05	23:16	+ 5:53
34	249	Lutz Grävenstein	1969	GER	DJK VfR Mülheim-Saarn	23:13	23:23	+ 6:00
35	23297	Nils Eissing	1991	GER	Tus Breitscheid	22:41	23:26	+ 6:03
36	1376	Ludger Kreuels	1972	GER	Laufteam KREUELS	23:12	23:27	+ 6:04
37	1606	Thorsten Schütt	1970	GER	TuSEM Essen	23:08	23:31	+ 6:08
38	219	Michael Beyer	1967	GER	Deutschland	23:17	23:33	+ 6:10
39	1822	Meinolf Runte	1961	GER	TuS Breitscheid	23:32	23:42	+ 6:19
40	1675	Hugo Wülffen	2012	GER	Ratingen 04/19	23:42	23:48	+ 6:25
41	221	Matthias Knopp	1969	GER	ERDINGER Active Team	23:44	23:52	+ 6:29
42	1862	Dirk Grosnitz	1966	GER	Angerland LT Lintorf	23:23	23:53	+ 6:30
43	1751	Tim Borghoff	1986	GER	NiTiLi	23:37	24:00	+ 6:37
44	23265	Raphael Krampe	1986	GER	Deutschland	23:33	24:03	+ 6:40
45	234	Markus Siebert	1983	GER	Winter Maschinenbau	23:47	24:05	+ 6:42
46	23260	Jonas Doveden	2011	GER	TuS Homberg	24:12	24:15	+ 6:52
47	1096	Pascal Ladentin	1986	GER	Fortuna Düsseldorf	24:05	24:16	+ 6:53
48	23259	Lennard Baums	2011	GER	TuS Homberg	24:20	24:23	+ 7:00
49	1800	Uwe Weidenmüller	1966	GER	Run for Fun Garath	24:19	24:24	+ 7:01
50	23313	Ralph Pieper	1971	GER	Union Settmecke	24:15	24:26	+ 7:03
51	335	Tim Haberland	1968	GER	LAZ Mönchengladbach	24:20	24:27	+ 7:04
52	148	Jens Lachmann	1975	GER	Liebfrauenschule Ratingen	24:20	24:32	+ 7:09
52	1095	Dirk Puma Westmeier	1968	GER	Fortuna Düsseldorf	24:28	24:32	+ 7:09
54	338	Dirk Barteck	1966	GER	Deutschland	24:43	24:52	+ 7:29
55	1642	Christian Spoden	1977	GER	Deutschland	24:11	24:53	+ 7:30
56	1802	Nils Linhoff	1989	GER	Deutschland	24:24	24:54	+ 7:31
57	218	Dennis Niemeyer	1978	GER	Deutschland	24:46	24:56	+ 7:33
57	729	Jannik Milnikel	2011	GER	Triathlon Team Ratingen 08	24:35	24:56	+ 7:33
59	352	Ludger Schimmel	1989	GER	QITS GmbH	24:44	24:59	+ 7:36
60	80	Ralf Junius	1968	GER	Volksgarten parkrun Düsseldorf	24:22	25:01	+ 7:38
61	38	Michael Hartmann	1974	GER	Physiotherapie Heitbrink	24:32	25:07	+ 7:44
62	1236	Julius Schlemmer	2012	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	25:05	25:14	+ 7:51
62	23126	Nicolas Mendoza	1987	GER	Ehrenfelder Rennmäuse	24:36	25:14	+ 7:51
64	23237	Metin Akbaba	1974	GER	LSG MGB Ratingen	24:31	25:18	+ 7:55
65	425	Björn Geiß	1977	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	25:16	25:28	+ 8:05
66	500	Florian Drehmer	1989	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	25:20	25:29	+ 8:06
67	1552	Jonathan Göttke	2013	GER	Deutschland	25:15	25:32	+ 8:09
68	1104	Oliver Bradtke	1985	GER	Cobra Bräu	25:01	25:35	+ 8:12
68	23279	Michael Kroll	1986	GER	TuS Homberg	25:01	25:35	+ 8:12
70	23209	Arndt Gartke	1969	GER	Ausdauerschule Bunert	25:18	25:36	+ 8:13
71	480	Ronny Reinbold	1983	GER	SG Insel Rügen	24:42	25:42	+ 8:19
72	1712	Martin Hollands	1973	GER	Deutschland	25:19	25:46	+ 8:23
73	1736	Florin Von Blankenburg	1988	GER	Friedrich Ebert Realschule	25:26	25:50	+ 8:27
74	1618	Tom Müller	2013	GER	Deutschland	25:36	25:52	+ 8:29

5km Straßenlauf, MJ U16, MJ U14, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
75	997	Roman Wille	1983	GER	Liebfrauenschule Rättingen	25:25	25:57	+ 8:34
76	1098	Stefan Olah	1987	GER	Kita St. Jacobus	25:37	26:00	+ 8:37
77	1898	Willi Beneke	1974	GER	Trainingsgruppe Bunert	25:28	26:01	+ 8:38
78	23233	Matthias Tull	1967	GER	Winter Maschinenbau	25:43	26:03	+ 8:40
79	394	Mike Theisen	1983	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	25:18	26:09	+ 8:46
80	1425	Matthias Dix	1982	GER	Deutschland	25:51	26:11	+ 8:48
81	1100	Sven Brammann	1984	GER	Deutschland	25:27	26:15	+ 8:52
82	386	Niklas Burzan	1991	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	25:32	26:24	+ 9:01
83	1838	Peter Fresenberger	1990	GER	Deutschland	25:42	26:31	+ 9:08
84	1768	Stefan Stechemesser	1968	GER	Robbi, Tobbi und die Tachyonen	26:14	26:34	+ 9:11
84	23139	Denis Vrabac	1979	GER	Fair1los	25:56	26:34	+ 9:11
86	23211	Thomas Dulbecco	2012	GER	TuS Düsseldorf Dragons Rugby Club	26:32	26:37	+ 9:14
87	1643	Fabian Spiegel	1987	GER	Deutschland	26:03	26:43	+ 9:20
88	1485	Ralf Blasitzke	1969	GER	Anchor Running Crew Duisburg/ DSV 98	26:14	26:53	+ 9:30
89	82	Jürgen Ketterlinus	1965	GER	Konfettibande Rättingen	26:24	26:59	+ 9:36
90	1681	Dirk Schnell	1969	GER	Running Team Grafenberg	25:59	27:03	+ 9:40
91	23226	Zoran Andelic	1989	GER	Deutschland	26:22	27:10	+ 9:47
92	720	Edward Fiedler	2012	GER	Triathlon Team Rättingen 08	26:47	27:11	+ 9:48
92	23216	Daniel Vesen	1982	GER	Deutschland	26:26	27:11	+ 9:48
94	1747	Thorsten Hengvoß	1986	GER	Deutschland	26:34	27:16	+ 9:53
95	251	Péter Farkas	1983	GER	Deutschland	26:38	27:20	+ 9:57
96	1106	Tobias Verstappen	1974	GER	Winter Maschinenbau	27:11	27:22	+ 9:59
97	839	Michael Hensel	1984	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	27:00	27:23	+ 10:00
98	1038	Marc Neumann	1970	GER	Deutschland	26:58	27:25	+ 10:02
99	240	Sinan Albayrak	1990	GER	Winter Maschinenbau	27:06	27:28	+ 10:05
100	1765	Dirk Rzimski	1985	GER	Deutschland	26:57	27:37	+ 10:14
101	730	Fynn Jesper Nepicks	2013	GER	Triathlon Team Rättingen 08	27:34	27:41	+ 10:18
102	1508	Thomas Küppers	1964	GER	GWR Buderich	27:12	27:44	+ 10:21
103	1374	Christian Oetting	1972	GER	Laufteam KREUELS	27:09	27:45	+ 10:22
104	23229	Stephan Bohnenkamp	1990	GER	Kita St. Jacobus	27:30	27:47	+ 10:24
105	23131	Lennart Laubert	1993	GER	Arminia Bierfehl	27:20	27:48	+ 10:25
105	23295	André Dietze	1963	GER	Deutschland	27:37	27:48	+ 10:25
107	1007	Hans-Jörg Holz	1978	GER	Liebfrauenschule Rättingen	27:02	27:53	+ 10:30
108	22440	Carsten Solbach	1972	GER	Kita St. Jacobus	27:14	27:54	+ 10:31
109	23148	Tino Voigt	2013	GER	VfL Witzhelden	27:50	28:12	+ 10:49
110	1741	Stefan Neumeier	1965	GER	Konfettibande Rättingen	27:38	28:13	+ 10:50
111	23141	Dominik Golle	2011	GER	TV Rättingen	27:45	28:14	+ 10:51
112	23319	Stefan Miller	1988	GER	Schwarzbachklinik Rättingen	27:38	28:19	+ 10:56
113	1013	Adam Kaczmarczyk	1972	GER	Liebfrauenschule Rättingen	28:36	28:47	+ 11:24
114	495	Jan Kaldewey	1995	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	28:29	28:50	+ 11:27
115	61	Patrick Scheibel	1984	GER	Deutschland	28:37	29:07	+ 11:44
116	1139	Volker Banken	1968	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	28:31	29:09	+ 11:46
117	241	Thomas Lischka	1980	GER	Winter Maschinenbau	28:48	29:11	+ 11:48
117	1483	Jan Esser	1983	GER	Deutschland	29:00	29:11	+ 11:48
119	32	Rafael Lubina	1993	GER	Sweet like Candy Pomeranians	29:01	29:12	+ 11:49
120	355	Jens Diegel	1967	GER	Deutschland	28:46	29:13	+ 11:50
121	232	Thomas Winter	1970	GER	Winter Maschinenbau	28:50	29:15	+ 11:52
122	23157	Jan Kluytmans	1986	GER	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	28:46	29:17	+ 11:54

5km Straßenlauf, MJ U16, MJ U14, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 5km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
123	716	Olaf Blohm	1968	GER	Triathlon Team Ratingen 08	29:02	29:18	+ 11:55
124	23031	Dirk Leder	1974	GER	Liebfrauenschule Ratingen	28:55	29:26	+ 12:03
125	131	Pascal Schmeel	1988	GER	Anchor Running Crew	28:49	29:27	+ 12:04
125	1339	Fabian Blasitzke	1993	GER	ETuS Wedau	28:49	29:27	+ 12:04
127	1239	Sarvananth Thevathanan	1984	GER	Gebrüder-Grimm-Schule	29:03	29:42	+ 12:19
128	23194	Philipp Kurney	1976	GER	Deutschland	29:14	29:43	+ 12:20
129	95	Christoph Konhäuser	1982	GER	ME Sport	29:36	29:49	+ 12:26
130	160	Max Kuklinski	2011	GER	Deutschland	29:09	29:58	+ 12:35
131	1795	Andronicos Nikolaidis	1967	GER	Deutschland	29:56	30:04	+ 12:41
132	1005	Philipp von Rüsten	1979	GER	Liebfrauenschule Ratingen	29:28	30:10	+ 12:47
133	23272	Reinhold Hoffbauer	1966	GER	Deutschland	29:45	30:28	+ 13:05
134	47	Pierre Gehling	1978	GER	Deutschland	30:23	30:32	+ 13:09
135	1621	Dennis Hecker	1985	GER	Deutschland	30:27	30:43	+ 13:20
136	50	Marcus von Reth	1973	GER	Deutschland	29:55	30:44	+ 13:21
137	994	Alexander Tierling	1974	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:05	30:46	+ 13:23
138	100	Andre Khortiuk	1985	GER	Deutschland	30:49	30:57	+ 13:34
139	1259	Juan Carlos Duque Urrea	1969	GER	Verisure Deutschland GmbH	30:51	31:10	+ 13:47
140	458	Juri Weibert	1983	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	30:50	31:14	+ 13:51
141	1840	Justin Plettner	1990	GER	Deutschland	30:27	31:16	+ 13:53
142	1612	Eugen Bastron	1980	GER	Hot Runners Ratingen e. V	30:53	31:17	+ 13:54
143	1644	Michael Spiegel	1962	GER	Deutschland	30:44	31:26	+ 14:03
144	23199	Michael Schlemmer	1980	GER	Deutschland	30:43	31:32	+ 14:09
145	23314	Michi Maurice	1969	GER	Anchor Running Crew Duisburg	30:46	31:34	+ 14:11
146	1492	Frank Bauernfeind	1962	GER	Liebfrauenschule Ratingen	30:53	31:37	+ 14:14
147	23151	Sebastian Busch	1987	GER	Djk Vfr Saarn	30:56	31:47	+ 14:24
148	1498	Marco Bradtke	1979	GER	Cobra Bräu	31:14	31:48	+ 14:25
149	1715	Andreas Männel	1977	GER	BCC Boxclub Chemnitz 94 e.V.	31:14	32:03	+ 14:40
150	1839	Jan Döringer	1990	GER	Deutschland	31:26	32:14	+ 14:51
151	23317	Sebastian Winkelkemper	1977	GER	Schwarzbachklink Ratingen	31:54	32:36	+ 15:13
152	1015	Michael Koch	1967	GER	Liebfrauenschule Ratingen	32:31	33:01	+ 15:38
153	779	Kai Haberland	1993	GER	Deutschland	32:54	33:03	+ 15:40
154	214	Maik Osterode	1979	GER	Mi Casa - Dein zu Hause	32:24	33:19	+ 15:56
155	992	Carsten Bruns	1976	GER	Liebfrauenschule Ratingen	33:12	33:29	+ 16:06
156	276	Olaf Averdick	1968	GER	Physiotherapie Heitbrink	32:46	33:39	+ 16:16
157	450	Thorsten Pilz	1976	GER	BRIDGERUNNERS DÜSSELDORF	32:50	33:42	+ 16:19
158	456	Andreas Wolokitin	1976	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	33:53	34:00	+ 16:37
159	22432	Christian Hoffmann	1981	GER	Deutschland	33:25	34:10	+ 16:47
160	353	Önder Dislioglu	1981	GER	QITS GmbH	34:26	34:42	+ 17:19
161	476	Reinhard Brosch	1964	GER	Deutschland	33:53	34:50	+ 17:27
162	1335	Marcus Kraye	1965	GER	Deutschland	34:33	35:19	+ 17:56
162	23230	Bernd Kraye	1962	GER	TUS Breitscheid	34:34	35:19	+ 17:56
164	1761	Ralph Tempel	1988	GER	Deutschland	35:07	35:57	+ 18:34
165	487	Dominik Cremer	1982	GER	Jürgen Saemisch Sanitär & Heizung	35:47	36:07	+ 18:44
166	1623	Andreas Leenders	1969	GER	Deutschland	36:04	36:44	+ 19:21
167	520	Peter Thomas	1981	GER	Deutschland	36:36	37:27	+ 20:04
168	1760	Matthias Pape	1971	GER	Deutschland	37:28	38:19	+ 20:56
169	34	Dennis van Den Heuvel	1986	GER	Sweet like Candy Pomeranians	38:58	39:12	+ 21:49

10km Straßenlauf, MK U12, M30, M45, M55, M65, M70, M75

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
1	1832	Maciek Miereczko	1979	GER	LG Donatus Erftstadt	33:06	33:06	
2	809	Renee Bongers	1993	GER	Ayyo Team Essen	33:44	33:44	+ 0:38
3	1868	Marvin Griesse	1992	GER	LG Kindelsberg / TVE Netphen	34:43	34:43	+ 1:37
	423155	Lukas Ehrentraut	1994	GER	ASV Duisburg	34:45	34:45	+ 1:39
5	1597	Oliver Christeleit	1979	GER	Team-Essen 199 e.V.	35:24	35:25	+ 2:19
	623326	Markus Mockenhaupt	1980	GER	SG Wenden	36:08	36:08	+ 3:02
7	1338	Issa Harrou	1979	GER	Ayyo Team Essen	36:17	36:18	+ 3:12
8	1801	Wolfgang Lenz	1967	GER	Deutschland	36:29	36:30	+ 3:24
	923187	Hakan Demirkiran	1978	GER	Ayyo Team Essen	36:50	36:50	+ 3:44
10	23162	Timo Bolte	1991	GER	Deutschland	37:47	37:48	+ 4:42
11	1610	Tyll Jakoby	1994	GER	Team-Essen 199 e.V.	37:54	37:54	+ 4:48
12	1102	Christian Kreutzer-Beck	1977	GER	LT-Training by Neiß / Lauf- Kraft.de	38:43	38:46	+ 5:40
	1323158	Florian Fischer	1977	GER	Deutschland	38:58	39:00	+ 5:54
14	17	Julian Dietze	1994	GER	Tri Club Wuppertal	39:14	39:16	+ 6:10
15	293	Andreas Schurgacz	1980	GER	TuS 08 Lintorf	39:32	39:32	+ 6:26
16	704	Philipp Rudat	1993	GER	Triathlon Team Ratingen 08	40:18	40:23	+ 7:17
17	117	Sebastian Epple	1992	GER	Deutschland	40:34	40:55	+ 7:49
18	1149	Marc Behring	1976	GER	Mitsubishi Electric	40:59	41:09	+ 8:03
	1923175	Lukas Steinjan	1995	GER	SV Feier-04- Leberschaden	42:33	42:39	+ 9:33
20	1159	Klaus Petersen	1977	GER	Mitsubishi Electric	42:36	42:52	+ 9:46
20	1778	Christoph Jasper	1980	GER	Deutschland	42:42	42:52	+ 9:46
22	700	Stefan Ortjohann	1967	GER	Triathlon Team Ratingen 08	43:01	43:02	+ 9:56
23	163	Johann Gerzen	1967	GER	Wano	43:20	43:22	+ 10:16
	2423020	Yasunori Kobayashi	1980	GER	Deutschland	43:35	43:43	+ 10:37
25	1524	Oleksandr Vovk	1956	GER	Ukraine	43:44	43:48	+ 10:42
	2623195	Leroy Mabikounou	1991	GER	Deutschland	44:18	44:21	+ 11:15
27	1656	Laurenz Ungerath	1993	GER	Deutschland	44:42	44:49	+ 11:43
28	1883	Xi Chang	1993	GER	Deutschland	45:00	45:04	+ 11:58
29	706	Burkhard Schmidt	1960	GER	Triathlon Team Ratingen 08	46:22	46:32	+ 13:26
30	1271	Ralph Baumgarten	1970	GER	Caritasverband im Kreis Mettmann e.V.	46:21	46:33	+ 13:27
	3023017	Bernd Juckel	1950	GER	SG Neukirchen-Hülchrath	46:28	46:33	+ 13:27
32	347	Marc Dräbing	1977	GER	QITS GmbH	46:11	46:36	+ 13:30
33	1874	Matthias Wehr	1959	GER	LC Duisburg	46:32	46:37	+ 13:31
34	1499	Sascha Tornow	1967	GER	Deutschland	46:31	46:41	+ 13:35
	3523325	Roland Baumm	1954	GER	Bayer Uerdingen	46:59	47:02	+ 13:56
	3623042	Leonard Becker	1991	GER	Deutschland	47:13	47:38	+ 14:32
	3723307	Martin Gliesche	1979	GER	Deutschland	47:29	47:53	+ 14:47
38	452	Thorsten Pilz	1976	GER	BRIDGERUNNERS DÜSSELDORF	47:34	47:57	+ 14:51
39	1526	Sebastien Pruvost	1980	GER	Kita St. Jacobus	47:58	48:04	+ 14:58
40	348	Felix Düchting	1992	GER	QITS GmbH	47:46	48:09	+ 15:03
41	524	Benno Gripp	1993	GER	Deutschland	48:11	48:28	+ 15:22
42	55	Jorge Edel Farinha	1969	GER	Deutschland	48:25	48:30	+ 15:24
43	464	Alexander Fiedler	1977	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	48:17	48:39	+ 15:33
44	1744	Dominik Kolesnikov	1993	GER	Deutschland	48:52	48:59	+ 15:53
45	794	Andrei Derkac	1994	GER	Deutschland	49:22	49:29	+ 16:23
	4623035	Martin Sturm	1966	GER	Rhein Erft Runner	49:34	49:45	+ 16:39
47	1834	Wouter Vaessen	1980	GER	Triathlon Team Dusseldorf	49:35	49:53	+ 16:47
48	1513	Jürgen Paucken	1958	GER	Düssel	49:54	49:58	+ 16:52
49	695	Ditmar Drenker	1967	GER	Triathlon Team Ratingen 08	50:08	50:13	+ 17:07

10km Straßenlauf, MK U12, M30, M45, M55, M65, M70, M75 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
50	294	Michael Findeisen	1980	GER	Deutschland	49:51	50:14	+ 17:08
51	1740	Jens Husmann	1980	GER	TSV Hochdahl	50:18	50:25	+ 17:19
52	270	Andreas Pakmohr	1960	GER	Deutschland	50:32	50:36	+ 17:30
53	542	Theo Hewing	1994	GER	Feuerwehrschnule Kreis Mettmann	50:38	51:12	+ 18:06
54	1662	Marc Kemmesies	1993	GER	Team Arezen	50:57	51:14	+ 18:08
55	1888	Joachim Wehmeyer	1970	GER	FC St. Pauli	50:23	51:24	+ 18:18
56	159	Kai Kuklinski	1969	GER	Deutschland	51:13	51:27	+ 18:21
56	430	Christian Pohlmann	1980	GER	Gebrüder-Grimm-Schnule	50:52	51:27	+ 18:21
58	1603	Benedikt Plitt	1992	GER	Deutschland	51:05	51:38	+ 18:32
59	1592	Marcel Wegmann	1991	GER	Deutschland	51:50	51:57	+ 18:51
60	1252	Jan Voß	1994	GER	Verisure Deutschland GmbH	51:14	52:01	+ 18:55
61	519	Dennis Benninghoven	1991	GER	Deutschland	51:47	52:02	+ 18:56
62	305	Alexander Berens	1991	GER	Deutschland	51:39	52:17	+ 19:11
63	1900	Thomas Röwekamp	1966	GER	ASC Rättingen West	52:12	52:29	+ 19:23
64	145	Daniel Bodden	1992	GER	Burschen Tönisheide	52:15	52:34	+ 19:28
65	23064	Nikos Kitsantas	1977	GER	MatathoniNikos	52:22	52:44	+ 19:38
66	1896	Martin Zalewski	1980	GER	Fortuna Düsseldorf	52:39	52:48	+ 19:42
67	73	Johannes Meier	1995	GER	Deutschland	52:26	52:53	+ 19:47
68	552	Marius Seidel	1991	GER	Feuerwehrschnule Kreis Mettmann	52:34	53:00	+ 19:54
69	23038	Felix Schuster	1994	GER	Intersport Egenberger	52:45	53:02	+ 19:56
70	1893	Udo Zarpentin	1977	GER	Deutschland	53:27	53:42	+ 20:36
71	23043	Axel Herdecke	1992	GER	Deutschland	53:37	54:02	+ 20:56
72	530	Baris Cingöz	1992	GER	Feuerwehrschnule Kreis Mettmann	53:38	54:07	+ 21:01
73	1817	Norman Kraatz	1980	GER	TuS Breitscheid	53:43	54:10	+ 21:04
74	1666	Anton Georgiev	2015	GER	Deutschland	54:15	54:16	+ 21:10
74	1824	Marcus Mörchel	1977	GER	Deutschland	54:06	54:16	+ 21:10
76	690	Christian Unsöld	1979	GER	Gebrüder-Grimm-Schnule	53:52	54:25	+ 21:19
77	804	Detlev Riesener	1967	GER	Niterra EMEA GmbH	54:28	54:44	+ 21:38
78	209	Ralf Kiparski	1960	GER	Deutschland	54:32	55:05	+ 21:59
79	1742	Marcus Querforth	1976	GER	Konfettibande Rättingen	54:26	55:06	+ 22:00
80	23181	Oliver Dohmes	1969	GER	Skyrunner	54:39	55:20	+ 22:14
81	198	Vasilios Ntefoudis	1993	GER	Deutschland	55:05	55:27	+ 22:21
82	1541	Frank Scheidt	1977	GER	TV Rättingen	55:17	55:44	+ 22:38
83	23327	Sven Quambusch	1968	GER	Deutschland	54:52	55:52	+ 22:46
84	301	Josef Müller	1958	GER	Angerland LT Lintorf	55:56	56:32	+ 23:26
85	254	Olaf Heil	1967	GER	Taucherplanet Düsseldorf	56:08	56:38	+ 23:32
86	1639	Francesco Cornale	1968	GER	Valdagno	56:09	56:46	+ 23:40
87	801	Bryan Zimmerling	1994	GER	Niterra EMEA GmbH	56:19	57:00	+ 23:54
88	57	Alexander Graute	1991	GER	Deutschland	56:25	57:03	+ 23:57
89	350	Oliver Winkelmann	1976	GER	QITS GmbH	56:54	57:19	+ 24:13
90	1614	Ulrich Reckert	1954	GER	Deutschland	56:52	57:31	+ 24:25
91	1788	Jürgen Sommer	1959	GER	Deutschland	57:42	57:55	+ 24:49
92	18	Raul Barreto	1994	GER	Deutschland	57:16	57:56	+ 24:50
93	502	Nils Jewko	1991	GER	Deutschland	57:21	58:01	+ 24:55
94	1563	Christian Rohde	1976	GER	Deutschland	57:22	58:08	+ 25:02
95	1251	Marcel Müller	1995	GER	Verisure Deutschland GmbH	57:35	58:21	+ 25:15
96	1632	Philipp Herzog	1994	GER	Insane Runners	58:04	58:26	+ 25:20
97	23075	Stefan Steinmeier	1969	GER	Deutschland	57:43	58:35	+ 25:29
98	23499	Frank Gläser	1970	GER	TSV Hochdahl	58:38	58:48	+ 25:42
99	23494	Jan Hütterott	1958	GER	Deutschland	58:17	58:51	+ 25:45
100	23065	Dominic Geier	1992	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	58:33	58:53	+ 25:47

10km Straßenlauf, MK U12, M30, M45, M55, M65, M70, M75 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
101	23161	Rolf Pollak	1966	GER	Running Team Grafenberg	58:51	59:02	+ 25:56
102	1548	Stefan Möhlenkamp	1967	GER	Deutschland	58:28	59:06	+ 26:00
103	1510	Marius Groß	1991	GER	Deutschland	58:33	59:09	+ 26:03
103	1511	James Williams	1993	GER	Deutschland	58:33	59:09	+ 26:03
105	1545	Tommy Klingen	1980	GER	FC St. Pauli Marathon	58:54	59:16	+ 26:10
106	303	Timo Stache	1995	GER	Geier United	58:36	59:20	+ 26:14
107	23174	Volker Waffner	1966	GER	DJK Adler Frintrop	58:41	59:25	+ 26:19
108	90	Maximilian Struck	1993	GER	Deutschland	58:38	59:29	+ 26:23
109	102	Holger Bantin	1953	GER	Ausdauerschule bunert	59:14	59:37	+ 26:31
110	1518	Gereon Steffen	1994	GER	Deutschland	59:26	59:41	+ 26:35
111	23309	Stefan Chrzanowski	1966	GER	LSF Münster	59:29	1:00:26	+ 27:20
112	315	Markus Limbach	1967	GER	Solingen	59:57	1:00:33	+ 27:27
113	23495	Marius Keller	1994	GER	Deutschland	1:00:39	1:01:15	+ 28:09
114	473	Georg Studzinski	1952	GER	LT Gruiten-Neandertal	1:01:38	1:01:52	+ 28:46
115	541	Norman Hessling	1991	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:01:23	1:01:54	+ 28:48
116	24	Malte In der Strod	1991	GER	Deutschland	1:02:04	1:02:19	+ 29:13
117	1821	Rainer Albrecht	1960	GER	TuS Breitscheid	1:01:41	1:02:39	+ 29:33
118	177	Peter Rindermann	1967	GER	Deutschland	1:02:13	1:02:48	+ 29:42
119	543	Frederik Georg Kaphanke	1991	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:02:20	1:02:50	+ 29:44
120	556	Daniel Roßmeier	1979	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:02:23	1:02:51	+ 29:45
121	699	Christian Kläsener	1966	GER	Triathlon Team Ratingen 08	1:02:30	1:03:02	+ 29:56
122	1745	Dirk Ellerbrok	1955	GER	DJK VfR Saarn	1:02:24	1:03:10	+ 30:04
123	23244	Christian Pelzer	1995	GER	Interaktiv	1:02:42	1:03:16	+ 30:10
124	1256	Emre Burgucu	1993	GER	Verisure Deutschland GmbH	1:02:34	1:03:17	+ 30:11
125	72	Patrick Baum	1992	GER	Deutschland	1:03:04	1:03:29	+ 30:23
126	332	Alexander Hallmann	1991	GER	Deutschland	1:04:15	1:04:24	+ 31:18
127	252	Bernjamin Azadi	1995	GER	Deutschland	1:03:54	1:04:31	+ 31:25
127	253	Jamshied Azadi	1959	GER	Adler Nierst	1:03:56	1:04:31	+ 31:25
129	265	Michael Paaß	1967	GER	MichaEla Running	1:04:09	1:05:03	+ 31:57
130	1753	Alexei Gundrum	1991	GER	Deutschland	1:05:16	1:05:24	+ 32:18
131	23215	Johann Hacker	1953	GER	Angerland LT Linto	1:05:35	1:06:17	+ 33:11
132	261	Erwin Rüttgers	1949	GER	LT Hennef / Sieg	1:06:03	1:06:22	+ 33:16
133	1810	Pratap Shinde	1992	GER	Deutschland	1:12:54	1:13:36	+ 40:30
134	1021	Norbert Schweig	1953	GER	VT Kempen	1:15:44	1:16:00	+ 42:54
135	559	Ralf Kortüm	1967	GER	Wuppertal	1:15:30	1:16:17	+ 43:11

10km Straßenlauf, MJ U18, M, M35, M50, M60

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
1	320	Simon Dahl	1987	GER	Bunert - Der Kölner Laufladen	32:50	32:50	
2	1	Rachid Soufi	1989	GER	AbsoluteRun Düsseldorf	33:17	33:17	+ 0:27
3	231	Malte Hoffmann	1998	GER	Ayyo Team Essen	33:34	33:34	+ 0:44
4	1793	Andreas Wundersee	1986	GER	Bridgerunners Düsseldorf	33:38	33:38	+ 0:48
5	23202	Tobias Hallebach	1997	GER	TRC Essen 84	35:14	35:14	+ 2:24
6	108	Benny Krutschinna	1989	GER	Deutschland	36:21	36:21	+ 3:31
7	1867	Christopher Stötzel	2000	GER	LG Kindelsberg / TVE Netphen	36:23	36:23	+ 3:33
8	357	Felix Mehning	1989	GER	Appia	36:35	36:35	+ 3:45
9	526	Rafael Brzezinski	1986	GER	LG Donatus Erftstadt	36:42	36:42	+ 3:52
10	23269	Irek Meyer	1971	GER	TV Refrath	37:30	37:32	+ 4:42
11	23498	Muharrem Yilmaz	1971	GER	Ayyo Team Essen	37:56	37:56	+ 5:06
12	2437	Andreas Sprott	1989	GER	Ayyo Team Essen	38:11	38:11	+ 5:21

10km Straßenlauf, MJ U18, M, M35, M50, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
13	1655	Björn Tertünte	1973	GER	KUHBAR Ratingen	38:38	38:42	+ 5:52
14	1503	Sven Trennhaus	1972	GER	LT-Training by Neiß	38:43	38:46	+ 5:56
15	547	André Müller	1999	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	38:57	39:23	+ 6:33
16	1314	Sebastian Rösch	1988	GER	BRIDGERUNNERS DÜSSELDORF	39:23	39:25	+ 6:35
17	339	Niclas Irrgang	1989	GER	Deutschland	40:25	40:29	+ 7:39
18	1605	Jan Roskosch	1998	GER	Deutschland	40:32	40:34	+ 7:44
19	326	Tobias Hohlweck	1990	GER	TV Angermund	40:55	40:57	+ 8:07
20	800	Damien Germès	1971	GER	Niterra EMEA GmbH	41:22	41:22	+ 8:32
21	127	Henning Ebke	1989	GER	Deutschland	41:24	41:34	+ 8:44
22	23133	Timon Nikolaou	2001	GER	keine	41:57	42:01	+ 9:11
23	126	Sebastian Holz	1987	GER	Rhein-Erft-Runner	41:55	42:03	+ 9:13
24	1869	Friedrich Bernitzki	1988	GER	Deutschland	42:53	42:57	+ 10:07
25	23315	Karsten Buschmeier	1989	GER	ESV Grün-Weiß Essen	42:56	42:59	+ 10:09
26	1670	Matthias Kreutzer	1986	GER	TV Ratingen	43:22	43:24	+ 10:34
27	23165	Moritz Krebs	1997	GER	DJK-VfR Mülheim Saarn	43:20	43:29	+ 10:39
28	112	Sascha Albrecht	1986	GER	Deutschland	43:59	44:13	+ 11:23
29	1502	Daniel Menzel	1989	GER	Düsentrieb	44:12	44:17	+ 11:27
30	341	Bernd Kliebe	1975	GER	TG Neuss	44:22	44:25	+ 11:35
31	23062	Max Giepen	1996	GER	Deutschland	44:10	44:27	+ 11:37
32	1097	Anders Wahlund	1965	GER	Deutschland	44:51	44:58	+ 12:08
33	1493	Stefan Isenmann	1964	GER	ME Sport	45:09	45:13	+ 12:23
34	16	Simon Rauch	1988	GER	Deutschland	45:14	45:17	+ 12:27
34	23143	Werner Krebs	1962	GER	DJK-VfR Mülheim Saarn	45:10	45:17	+ 12:27
36	23067	Jonathan Grebe	2008	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	45:01	45:19	+ 12:29
37	1616	Marco Wachsmann	1988	GER	Deutschland	45:17	45:21	+ 12:31
38	1829	Oliver Münzer	1998	GER	Deutschland	45:54	46:02	+ 13:12
39	183	Omar Attaki	1987	GER	Deutschland	46:12	46:12	+ 13:22
40	1372	Franco Scheil	1972	GER	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	46:11	46:26	+ 13:36
41	1600	Leonard Zeis	2008	GER	Deutschland	46:00	46:29	+ 13:39
42	1647	Hagen Schildhauer	1986	GER	St. Marien Krankenhaus GmbH	46:18	46:31	+ 13:41
43	1134	Marcus Krumbholz	1963	GER	TSV Hochdahl Triathlon	47:01	47:03	+ 14:13
44	703	Volker Rätzel	1964	GER	Triathlon Team Ratingen 08	47:04	47:15	+ 14:25
44	1362	Marcus Koch	1972	GER	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	47:12	47:15	+ 14:25
46	666	Oliver Budde	1987	GER	Deutschland	46:54	47:43	+ 14:53
47	23167	Maurin Höhl	2001	GER	Deutschland	47:14	47:44	+ 14:54
48	208	Hartmut Lass	1965	GER	Kettwiesel	47:26	47:59	+ 15:09
49	1899	Frank Guffler	1965	GER	ASC Ratingen West	47:55	48:02	+ 15:12
50	23073	Markus Carrero Kanne	2008	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	48:17	48:33	+ 15:43
51	709	Michael Skoerys	1964	GER	Triathlon Team Ratingen 08	48:02	48:34	+ 15:44
52	23193	Justus Kühbacher	2002	GER	Deutschland	48:17	48:43	+ 15:53
53	539	Kevin Günther	1988	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	48:16	48:47	+ 15:57
54	8	Andre Röder	1973	GER	Team H.U.L.K.	48:39	48:48	+ 15:58
55	23182	Marvin Baron	1989	GER	Deutschland	48:56	49:05	+ 16:15
56	23120	Ansgar Brauer	1972	GER	Deutschland	48:49	49:09	+ 16:19
57	56	Mario Marhauer	1989	GER	Deutschland	48:49	49:10	+ 16:20
58	460	Stefan Koblitz	1971	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	48:50	49:12	+ 16:22
59	91	Micha Bick	1986	GER	SEAL ULTRA RACING	49:05	49:17	+ 16:27
60	23263	Pavlos Ramos	2005	GER	Deutschland	48:44	49:25	+ 16:35

10km Straßenlauf, MJ U18, M, M35, M50, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
61	23190	Manuel Suer	2001	GER	Anchor Running Crew Duisburg	49:57	50:16	+ 17:26
62	330	Stephan Otto	1961	GER	TSV Hochdahl	50:21	50:28	+ 17:38
63	23191	Khaled Bousabarah	1989	GER	Deutschland	49:40	50:43	+ 17:53
64	698	Olaf Josten	1961	GER	Triathlon Team Rättingen 08	50:24	50:54	+ 18:04
65	1799	Jiro Araki	1961	GER	Deutschland	50:44	50:58	+ 18:08
66	1661	Rainer Kemmesies	1961	GER	Team Arezen	50:56	51:13	+ 18:23
67	485	Raphael Siebert	1988	GER	ASV Tiefenbroich	51:03	51:24	+ 18:34
68	349	Nic Gwiasda	1999	GER	QITS GmbH	51:02	51:25	+ 18:35
69	74	Christian Krampe	1996	GER	Deutschland	51:04	51:29	+ 18:39
70	1157	André Hartkopf	1975	GER	Mitsubishi Electric	51:24	51:39	+ 18:49
71	1156	Klaus Oelschläger	1962	GER	Mitsubishi Electric	51:10	51:46	+ 18:56
72	283	Jonas Oberwinster	1997	GER	Physiotherapie Heitbrink	51:21	51:50	+ 19:00
73	44	Frederico Edel Farinha	2005	GER	Deutschland	51:46	51:51	+ 19:01
73	244	Michael Alipaß	1972	GER	BSG Sparkasse HRV	51:32	51:51	+ 19:01
75	228	Patrick Wirtz	1998	GER	Winter Maschinenbau	51:26	51:52	+ 19:02
76	23122	Michael Seifert	1972	GER	Deutschland	51:31	51:53	+ 19:03
77	64	Nils Eudenbach	1998	GER	Deutschland	51:33	51:59	+ 19:09
78	470	Jens Niekamp	1971	GER	TC Grunewald Duisburg e.V.	51:46	52:05	+ 19:15
79	192	Luca Wendel	1997	GER	ASC Rättingen West	51:29	52:09	+ 19:19
80	1162	Gerrit Buchholz	1973	GER	Mitsubishi Electric	51:56	52:13	+ 19:23
81	39	Michael Hartmann	1974	GER	Physiotherapie Heitbrink	51:48	52:18	+ 19:28
82	23053	Axel Kreuser	1964	GER	Deutschland	52:11	52:22	+ 19:32
83	248	Andreas Wilhelm	1975	GER	BSG Sparkasse HRV	52:08	52:26	+ 19:36
84	89	Philipp Struck	1990	GER	Deutschland	52:29	52:52	+ 20:02
85	14	Morris Grohe	1996	GER	TV Rättingen	52:14	52:58	+ 20:08
86	169	Alexander Liepe-Linde	1986	GER	Deutschland	52:58	53:11	+ 20:21
87	546	Lukas Liebe	1998	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	53:11	53:37	+ 20:47
88	269	Masafumi Ishida	1974	GER	Deutschland	53:22	53:45	+ 20:55
89	23276	Nils Hammacher	1987	GER	Deutschland	52:59	53:49	+ 20:59
90	1514	Gero Goldschmidt	1990	GER	Deutschland	53:17	53:54	+ 21:04
91	1167	Joachim Lennarz	1975	GER	Deutschland	53:39	54:12	+ 21:22
92	1777	Horst Podzus	1961	GER	Deutschland	53:55	54:17	+ 21:27
93	1787	Alessandro Antacido	1998	GER	Deutschland	53:31	54:19	+ 21:29
94	23058	Johannes Ludwig	1961	GER	Angerland LT Lintorf	54:08	54:27	+ 21:37
95	128	Giuseppe Ridente	1974	GER	FRNKLN RNNRS	53:30	54:33	+ 21:43
96	1814	Mario Blütchen	1986	GER	Deutschland	54:17	54:41	+ 21:51
97	23306	Frederick Wandschneider	1986	GER	RIWACON	54:01	54:45	+ 21:55
98	23286	Philipp Trisjono	1986	GER	Deutschland	54:12	54:51	+ 22:01
99	1420	Lucas Kaufhold	1997	GER	Dietrich-Bonhoeffer- Gymnasium	54:41	55:04	+ 22:14
100	1804	Johannes Kaiser	1986	GER	Deutschland	54:48	55:08	+ 22:18
101	284	Stanislav Ahafonov	1988	GER	Physiotherapie Heitbrink	54:26	55:22	+ 22:32
102	1341	Andreas Hitzbleck	1975	GER	Deutschland	55:07	55:23	+ 22:33
102	23205	Alexander Kocherscheidt	1973	GER	Deutschland	55:06	55:23	+ 22:33
104	23275	Marco Hunte	1962	GER	DSV98 Triathlon	54:56	55:24	+ 22:34
105	1318	Cornelius Prang	2003	GER	Deutschland	55:09	55:25	+ 22:35
106	71	Florian Pohl	1990	GER	Deutschland	54:37	55:29	+ 22:39
107	1842	Hauke Rejdak	1973	GER	Deutschland	55:09	55:31	+ 22:41
108	1551	Leonard Möhlenkamp	2008	GER	Deutschland	55:30	55:35	+ 22:45
109	300	Marcus Ferger	1965	GER	BSG Sparkasse HRV	55:05	55:41	+ 22:51
110	1871	Rainer Schwarz	1961	GER	Anchor Running Crew Duisburg	55:31	55:51	+ 23:01

10km Straßenlauf, MJ U18, M, M35, M50, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
111	544	Jannik Kauffeld	2002	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	55:25	55:56	+ 23:06
112	78	Jonas Reingen	1997	GER	Deutschland	55:31	55:58	+ 23:08
113	536	Samuel Färber	1999	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	55:55	56:25	+ 23:35
113	1527	Roman Schlieter	1989	GER	Deutschland	56:19	56:25	+ 23:35
115	550	Cedric Ritter	2001	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	55:56	56:28	+ 23:38
116	23074	Lars Steinmeier	2008	GER	Deutschland	55:40	56:33	+ 23:43
117	529	Marvin Bohn	1998	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	56:13	56:43	+ 23:53
118	223	Renz Mang	1972	GER	Deutschland	56:42	56:51	+ 24:01
119	540	Maximilian Hentschel	2003	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	56:26	56:52	+ 24:02
120	521	Stephan Ravens	1973	GER	Deutschland	56:41	56:55	+ 24:05
121	1556	Ulf Gräber	1972	GER	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf	56:33	57:19	+ 24:29
122	799	Michael Gibbs	1987	GER	Niterra EMEA GmbH	56:42	57:23	+ 24:33
123	23048	Achim Wischtukat	1965	GER	TUS BREITSCHIED	56:28	57:25	+ 24:35
124	557	Rene Nürnberger	1972	GER	Deutschland	56:50	57:27	+ 24:37
125	538	Dennis Goldammer	1990	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	57:03	57:35	+ 24:45
126	657	Michael Neumann	1973	GER	Deutschland	57:03	57:41	+ 24:51
127	23068	Guanqi Huang	2009	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	57:20	57:42	+ 24:52
128	1835	Andreas Hardering	1990	GER	Triathlon Team Dusseldorf	57:32	57:50	+ 25:00
129	22443	Marco Schultchen	1990	GER	Deutschland	57:20	58:00	+ 25:10
130	1509	Tom Weingartner	1963	GER	Deutschland	57:21	58:03	+ 25:13
131	1878	Oscar Violante	1961	GER	Corredores por el mundo	57:42	58:07	+ 25:17
132	1151	Mark Walpurger	1975	GER	Mitsubishi Electric	57:35	58:09	+ 25:19
133	1345	Sven Oesterdiekhoff	1988	GER	Deutschland	58:09	58:24	+ 25:34
134	1344	Max Michalski	1988	GER	Deutschland	58:07	58:25	+ 25:35
135	554	Matthias Wirtz	1999	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	57:59	58:29	+ 25:39
136	548	Flamur Murseli	1997	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	57:58	58:32	+ 25:42
137	803	Martin Heilmann	1973	GER	Niterra EMEA GmbH	57:52	58:34	+ 25:44
138	23323	Klaus Baumeister	1962	GER	Deutschland	57:47	58:43	+ 25:53
139	46	Nico Strauß	1998	GER	Deutschland	58:50	59:12	+ 26:22
140	23246	Jan Hintzen	1987	GER	Deutschland	58:25	59:16	+ 26:26
141	23063	Stefan Juretzki	1971	GER	Konfettibande Ratingen	58:49	59:28	+ 26:38
142	15	Frank Stahlmann	1965	GER	DAV Düsseldorf	59:05	59:30	+ 26:40
143	282	Sebastian Koch	1989	GER	Physiotherapie Heitbrink	58:37	59:32	+ 26:42
144	1818	Fabian Netzel	1988	GER	TuS Breitscheid	59:06	59:38	+ 26:48
145	130	Robert Schmiedel	1989	GER	Deutschland	59:38	59:45	+ 26:55
146	23301	Holger Stappen	1973	GER	Deutschland	59:38	1:00:13	+ 27:23
147	23189	Henrik Bolzenkötter	1987	GER	Deutschland	59:35	1:00:25	+ 27:35
148	1537	Markus Drenker	1971	GER	Deutschland	59:50	1:00:29	+ 27:39
149	23070	Emil Rauh	2009	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	1:00:39	1:00:59	+ 28:09
150	337	Christoph Fleuter	1999	GER	Deutschland	1:00:18	1:01:04	+ 28:14
151	1783	Michael Knepper	1963	GER	Deutschland	1:00:47	1:01:41	+ 28:51
152	549	Linus Neiteler	2003	GER	Feuerwehrschule Kreis Mettmann	1:01:21	1:01:54	+ 29:04
153	1031	Daniel Car	2000	GER	Deutschland	1:01:41	1:02:06	+ 29:16
153	23146	Sam Moore	2001	GER	Deutschland	1:01:42	1:02:06	+ 29:16
155	1249	Chukwuka Anyanwu	1996	GER	Verisure Deutschland GmbH	1:01:43	1:02:31	+ 29:41
156	346	Theo Kläsener	2001	GER	Deutschland	1:02:30	1:03:01	+ 30:11

10km Straßenlauf, MJ U18, M, M35, M50, M60 - Fortsetzung

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
157	528	Jonas Alberts	1990	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:02:42	1:03:16	+ 30:26
158	1650	Michal Jawor	1986	GER	St. Marien Krankenhaus GmbH	1:03:31	1:03:44	+ 30:54
159	1101	Nikolas Maciejewski	2003	GER	Deutschland	1:04:24	1:04:37	+ 31:47
160	344	Ralf Schnep	1962	GER	Deutschland	1:04:42	1:04:54	+ 32:04
161	23196	Niklas Schmitz	1998	GER	Tauchsportgemeinschaft Ratingen e.V.	1:04:06	1:05:08	+ 32:18
162	1311	Philipp Liebetrau	1987	GER	Deutschland	1:04:45	1:05:09	+ 32:19
163	1599	Patrick Niessen	1973	GER	Deutschland	1:05:23	1:06:02	+ 33:12
164	52	Finn Salamon	2000	GER	Deutschland	1:05:44	1:06:22	+ 33:32
165	537	Niclas Faßbender-Hunger	2002	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:06:03	1:06:33	+ 33:43
166	23072	Marc Wegrich-Cozar	2009	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	1:07:00	1:07:17	+ 34:27
167	77	Philipp Baum	1996	GER	Deutschland	1:06:52	1:07:19	+ 34:29
168	1029	Norbert Schmitz	1962	GER	Angerland LT Lintorf	1:08:56	1:09:59	+ 37:09
169	1852	Lukas Just	1990	GER	Deutschland	1:09:22	1:10:14	+ 37:24
170	558	Andreas Weiß	1975	GER	Deutschland	1:11:44	1:12:21	+ 39:31
171	531	Niklas Czekalla	1999	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:15:01	1:15:31	+ 42:41

10km Straßenlauf, MJ U16, MJ U20, F, WJ U20, W30, W35, M40, W40, W45, W50, W55, W60

05.01.2025 / 10:00

Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
1	1884	Alexander Goßmann	1985	GER	SFD 75 Düsseldorf	37:42	37:42	
2	23134	Sonja Vernikov	2001	GER	LAZ Rhein-Sieg	37:46	37:46	+ 0:04
3	23051	Franziska Hinte	1996	GER	Tri Finish Münster	39:24	39:24	+ 1:42
4	162	Christl Dörschel	1976	GER	SG Wenden	40:38	40:39	+ 2:57
5	1652	Michael Huch	1982	GER	Deutschland	41:18	41:19	+ 3:37
6	1596	Christian Trippe	1981	GER	Team-Essen 199 e.V.	41:21	41:24	+ 3:42
7	23136	Sascha Wasem	1983	GER	ASV Duisburg	41:51	41:53	+ 4:11
8	319	Lisa Jaschke	1990	GER	Bunert - Der Kölner Laufladen	41:56	41:58	+ 4:16
9	1764	Daniel Uebber	1984	GER	EVL HalbMarathon Botschafter	42:19	42:23	+ 4:41
10	22445	Tomoyuki Atsumi	1984	GER	Deutschland	42:29	42:37	+ 4:55
11	702	Jan Petruschke	1983	GER	Triathlon Team Ratingen 08	42:45	42:49	+ 5:07
12	310	Sandra Herbst	1970	GER	LG Wuppertal	43:33	43:35	+ 5:53
13	467	Morris Klatte	1982	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	43:33	43:55	+ 6:13
14	343	Steffen Veen	1983	GER	Deutschland	44:11	44:13	+ 6:31
15	23025	Chemele Mbawilo	2007	GER	Angelfreunde Ratingen e.V.	44:06	44:14	+ 6:32
16	1169	Lars Holst	1985	GER	Deutschland	45:01	45:04	+ 7:22
17	696	Marius Felecan	1981	GER	Triathlon Team Ratingen 08	45:21	45:25	+ 7:43
18	23222	Jakob Rauh	2007	GER	ASC Düsseldorf	45:22	45:42	+ 8:00
19	1737	Vanessa Gertler	1984	GER	Friedrich Ebert Realschule	46:09	46:13	+ 8:31
20	291	Andrea Adam	1968	GER	TuS 08 Lintorf	46:44	46:48	+ 9:06
21	1487	Sabrina Schneeweiss	1989	GER	Deutschland	46:50	46:55	+ 9:13
22	1870	Matthew Fedak	1985	GER	Anchor Running Crew Duisburg	46:43	47:02	+ 9:20
23	1312	Nora Charlotte Schilling	1998	GER	www.kinderspielwiese.de	47:03	47:11	+ 9:29
24	23160	Sebastian Gosek	1982	GER	Deutschland	47:11	47:22	+ 9:40
25	23219	Matthias Müssigbrodt	1982	GER	Deutschland	47:01	47:38	+ 9:56
26	707	Ralph Schneider	1981	GER	Triathlon Team Ratingen 08	47:32	47:43	+ 10:01
27	1165	Uwe Engelbert	1981	GER	ERDINGER Active Team	47:26	47:55	+ 10:13
28	4	Helen Falke	1982	GER	Deutschland	48:22	48:28	+ 10:46

10km Straßenlauf, MJ U16, MJ U20, F, WJ U20, W30, W35, M40, W40, W45, W50, W55, W60 - Fortsetzung
Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
29	457	Tanja Keil	1982	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	48:09	48:31	+ 10:49
30	1789	Ingrid Köhn	1967	GER	Deutschland	48:22	48:32	+ 10:50
31	1766	Verena Metzner	1976	GER	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	48:30	48:36	+ 10:54
31	22417	Silke Kohrs	1977	GER	ASC Ratingen West	48:29	48:36	+ 10:54
33	68	Patrick Trapp	1983	GER	MeSport	48:20	48:44	+ 11:02
34	231	Antonia Wirtz	2000	GER	Winter Maschinenbau	48:50	49:18	+ 11:36
35	292	Tracy Heinrich	1975	GER	TuS 08 Lintorf	49:38	49:43	+ 12:01
36	22418	Gisela Hebrant	1978	GER	ASC Ratingen West	49:33	49:50	+ 12:08
37	1145	Anette Sawallich	1986	GER	Deutschland	49:32	49:54	+ 12:12
38	759	Aizhan Toxanbayeva	1993	GER	Deutschland	49:56	50:03	+ 12:21
39	1767	Katja Tornow	1971	GER	Deutschland	50:11	50:21	+ 12:39
40	302	Jasmin Guthmann	1982	GER	Deutschland	50:17	50:29	+ 12:47
41	113	Pia Julia Kallenberg	2000	GER	Deutschland	50:21	50:30	+ 12:48
42	23245	Pia Singh-Kubke	1988	GER	Deutschland	50:40	51:01	+ 13:19
43	708	Felix Schulze	1983	GER	Triathlon Team Ratingen 08	51:06	51:17	+ 13:35
44	23049	Birgit Lennartz	1965	GER	LLG St. Augustin	51:18	51:22	+ 13:40
45	153	Vera Schuh	1993	GER	TV Ratingen	50:57	51:25	+ 13:43
46	23232	Cathrin Mundt	1991	GER	Deutschland	51:06	51:37	+ 13:55
47	1602	Sara Maria Waldheim	1990	GER	Deutschland	51:06	51:38	+ 13:56
48	1830	Sarah Kleinschmidt	1983	GER	Ausdauerschule Bunert	51:29	51:39	+ 13:57
49	1819	Christopher Steinfelsner	1984	GER	TuS Breitscheid	51:46	51:54	+ 14:12
50	168	Katrin Peters	1988	GER	Deutschland	51:41	51:59	+ 14:17
51	664	Miriam Böck	1987	GER	Kilometer Junkies	52:07	52:14	+ 14:32
52	23135	Sebastian Schäper	1984	GER	Sparkasse HRV	52:08	52:26	+ 14:44
53	170	Sarah Steinweg	1993	GER	Deutschland	52:37	52:51	+ 15:09
54	75	Ann-Kathrin Baum	1997	GER	Deutschland	52:35	53:05	+ 15:23
55	86	Felix Arnold	1985	GER	Deutschland	53:03	53:27	+ 15:45
55	87	Tanja Arnold	1983	GER	Deutschland	53:04	53:27	+ 15:45
57	266	Dominique Klein	1982	GER	Deutschland	53:23	53:33	+ 15:51
58	23278	Marie-Edith Plateau	1979	GER	Deutschland	53:29	53:42	+ 16:00
59	23166	Maren Mex	2003	GER	Deutschland	53:22	54:05	+ 16:23
60	1786	Merle van Elten	1999	GER	Deutschland	53:41	54:29	+ 16:47
61	504	Jacqueline Roderick	1986	GER	Deutschland	54:16	54:31	+ 16:49
62	23023	Gabriele Lux	1966	GER	TSV Hochdahl	54:51	54:57	+ 17:15
63	22438	Kenny Wagener	1986	GER	Deutschland	54:31	55:02	+ 17:20
64	333	Silvia Hallmann	1980	GER	Deutschland	54:59	55:07	+ 17:25
64	23497	Mariama Djalo Reiss	1979	GER	Volksgarten Parkrun Düsseldorf	54:54	55:07	+ 17:25
66	23022	Anton Schefner	1984	GER	Deutschland	54:49	55:09	+ 17:27
67	1816	Petra Krallmann Brüll	1967	GER	Bunert Runningteam	54:56	55:24	+ 17:42
68	1317	Vanessa Mazzei	2003	GER	Deutschland	55:09	55:25	+ 17:43
69	1024	Britta Brombeis	1995	GER	Deutschland	54:53	55:36	+ 17:54
70	1649	Karolina Bak	1996	GER	St. Marien Krankenhaus GmbH	55:33	55:47	+ 18:05
71	351	Tanja Goodall	1979	GER	QITS GmbH	55:39	56:03	+ 18:21
72	123	Anna Regh	1985	GER	Deutschland	55:31	56:14	+ 18:32
73	1837	Lisa Engeln	1992	GER	Anchor Running Crew Duisburg	56:12	56:30	+ 18:48
74	220	Nicole Wiegert	1994	GER	Deutschland	56:04	56:32	+ 18:50
75	247	Stefan Domdey	1981	GER	Deutschland	56:19	56:48	+ 19:06
76	37	Cathrine Huber	1996	GER	Deutschland	56:30	56:49	+ 19:07
77	1615	Laura Wachsmann	1991	GER	Deutschland	56:39	57:00	+ 19:18
78	84	Katja Petrilos	1966	GER	Volksgarten parkrun Düsseldorf	56:51	57:05	+ 19:23
79	285	Constanze Roy	1986	GER	Physiotherapie Heitbrink	56:36	57:10	+ 19:28

10km Straßenlauf, MJ U16, MJ U20, F, WJ U20, W30, W35, M40, W40, W45, W50, W55, W60 - Fortsetzung
Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
80	1557	Hendrik Schlonsok	1982	GER	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf	56:28	57:20	+ 19:38
81	806	Evita Schönenborn	1991	GER	Niterra EMEA GmbH	56:43	57:23	+ 19:41
82	257	Jenny Theil	1978	GER	AusdauerschulebyBunert	56:36	57:29	+ 19:47
83	1549	Margarete Olivier	1969	GER	Deutschland	57:30	57:44	+ 20:02
84	317	Christof Hache	1984	GER	Deutschland	57:19	58:04	+ 20:22
85	553	Alexandra Sonntag	1992	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	57:40	58:07	+ 20:25
86	1515	Taki Iijima	1981	GER	Deutschland	57:33	58:10	+ 20:28
87	1377	Valentina Chiofalo	1998	GER	Deutschland	58:08	58:24	+ 20:42
88	795	Katrin Ten Freyhaus	1985	GER	Deutschland	58:20	58:39	+ 20:57
89	1250	Jonas Kumar	1982	GER	Verisure Deutschland GmbH	58:14	58:59	+ 21:17
89	1517	Rita Michaela Ciensky	1995	GER	Deutschland	58:44	58:59	+ 21:17
91	780	Birte Tang	1985	GER	Anchor Running Crew Duisburg	58:41	59:00	+ 21:18
92	256	Nicole Gregert	1970	GER	Marathon und Triathlon Mülheim	58:29	59:21	+ 21:39
93	207	Katrin Jansen	1993	GER	Deutschland	58:42	59:24	+ 21:42
94	97	Sarah Ricke	1986	GER	Deutschland	58:52	59:28	+ 21:46
95	83	Maren Berner	1976	GER	MettmannLäuft	58:56	59:32	+ 21:50
95	93	Carmen Rösch	1975	GER	Mettmann Läuft	58:55	59:32	+ 21:50
97	176	Frederike Ellwart	1987	GER	TV Hösel	58:44	59:35	+ 21:53
98	174	Nicole Lutz	1986	GER	TV Hösel	58:46	59:36	+ 21:54
99	1575	Lisa Netzel	1989	GER	Deutschland	59:07	59:39	+ 21:57
100	316	Benjamin Konn	1984	GER	Deutschland	59:41	1:00:26	+ 22:44
101	1336	Inga Kratz	1991	GER	Caritas für den Kreis Mettmann e.V.	1:00:20	1:00:32	+ 22:50
101	1337	Claudia Brettmann	1978	GER	Caritas für den Kreis Mettmann e.V.	1:00:20	1:00:32	+ 22:50
103	23223	Isabelle Lorenz	1980	GER	Deutschland	1:00:37	1:01:08	+ 23:26
104	1164	Sonja Eberle	1988	GER	Mitsubishi Electric	1:00:36	1:01:11	+ 23:29
105	1028	Katharina Glaser	1999	GER	Deutschland	1:01:05	1:01:13	+ 23:31
106	23192	Gregory Neitzel	1983	GER	Asc Ratingen	1:00:25	1:01:14	+ 23:32
107	503	Leoni Obiols	2000	GER	Deutschland	1:00:27	1:01:19	+ 23:37
108	23271	Matthias Schewerda	1984	GER	Deutschland	1:00:38	1:01:39	+ 23:57
109	23071	Niclas Kulbak	2010	GER	TV Kalkum 1911/Wittlaer e.V.	1:01:32	1:01:54	+ 24:12
110	336	Leonie Linßen	2002	GER	Deutschland	1:01:07	1:01:55	+ 24:13
111	1607	Paul Ermisch	1983	GER	Deutschland	1:01:02	1:02:01	+ 24:19
112	23262	Lydia Ramos	1999	GER	Deutschland	1:01:21	1:02:02	+ 24:20
113	1030	Julia Caspari	1999	GER	Deutschland	1:01:41	1:02:06	+ 24:24
113	1738	Myriel Cyriax	1999	GER	Deutschland	1:01:41	1:02:06	+ 24:24
115	23	Rebecca In der Strodt	1992	GER	Deutschland	1:02:05	1:02:19	+ 24:37
116	1866	Zina Ampomah	1990	GER	Deutschland	1:02:59	1:03:17	+ 25:35
117	342	Leona-Marie Thies	2003	GER	Deutschland	1:03:14	1:03:26	+ 25:44
118	20	Davina Vitzer	1997	GER	Deutschland	1:03:11	1:03:34	+ 25:52
119	224	Anne Schmidt	1982	GER	Ruderverein Monheim	1:03:14	1:03:48	+ 26:06
120	103	Ivonne Tessarek	1996	GER	Deutschland	1:04:22	1:04:31	+ 26:49
121	1886	Marie Raeth	1995	GER	Deutschland	1:03:41	1:04:33	+ 26:51
122	462	Tatiana Shatskaia	1976	GER	Hot Runners Ratingen e.V.	1:04:15	1:04:35	+ 26:53
123	527	Leonie Agricola	2005	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:04:29	1:04:58	+ 27:16
124	264	Michaela Paaß	1969	GER	MichaEla Running	1:04:09	1:05:03	+ 27:21
124	551	Julia Schüring	1998	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:04:35	1:05:03	+ 27:21
124	23045	Ingo Holland	1984	GER	Feuerwehr Ratingen	1:04:35	1:05:03	+ 27:21
127	1593	Rebekka Wegmann	1993	GER	Deutschland	1:05:12	1:05:19	+ 27:37

10km Straßenlauf, MJ U16, MJ U20, F, WJ U20, W30, W35, M40, W40, W45, W50, W55, W60 - Fortsetzung
Länge: 10km - Zeitläufe

Rang	StNr	Name	Jg	Nat	Verein	Netto	Leistung	Diff
128	175	Sarah Schäfer	1984	GER	TV Hösel	1:04:36	1:05:26	+ 27:44
129	1077	Andrea Marx	1972	GER	TuS Opladen	1:04:42	1:05:27	+ 27:45
130	53	Fiona Salamon	2004	GER	Deutschland	1:05:45	1:06:23	+ 28:41
131	545	Nele Krüger	2001	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:06:11	1:06:38	+ 28:56
132	532	Andreas Denkler	1985	GER	Feuerwehrschnle Kreis Mettmann	1:06:29	1:06:57	+ 29:15
133	1885	Julia Eckgold	1995	GER	Deutschland	1:06:28	1:07:20	+ 29:38
134	1168	Kathryn Grabosch	1977	GER	TuS Opladen	1:06:42	1:07:31	+ 29:49
134	23324	Grazyna Sereda	1970	GER	Deutschland	1:06:42	1:07:31	+ 29:49
136	1749	Daniela Kohnen	1977	GER	Dackel Tussis	1:08:01	1:08:40	+ 30:58
136	22416	Katharina Tsagurnis	1964	GER	ASC Ratingen West	1:07:44	1:08:40	+ 30:58
138	1750	Nadine Rosen	1977	GER	Dackel Tussis	1:08:00	1:08:41	+ 30:59
139	25	Rebecca Meier	1992	GER	Deutschland	1:09:03	1:09:18	+ 31:36
140	23496	Stephanie Preuss	1973	GER	activ Sportshop	1:09:23	1:10:17	+ 32:35
141	1108	Mareike Wunderwald	1987	GER	TuS 82 Opladen	1:09:51	1:10:36	+ 32:54
142	111	Patricia Hess	1985	GER	Deutschland	1:12:28	1:12:42	+ 35:00
143	23220	Lea Kruse	1997	GER	Deutschland	1:12:32	1:13:12	+ 35:30
144	1809	Madhuri Dethe	1993	GER	Deutschland	1:12:54	1:13:36	+ 35:54
145	1781	Doro Scherbarth	1972	GER	Deutschland	1:13:41	1:14:19	+ 36:37
145	1782	Zahar Fattah	2007	GER	Deutschland	1:13:41	1:14:19	+ 36:37
147	1812	Heike Bieker	1969	GER	LT Alt-Erkrath	1:21:26	1:21:36	+ 43:54