



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 1/2020



**Dr. Jürgen Kuhlmeier wurde zum achten Ehrenmitglied
des 100 Marathon Club Deutschland ernannt**

100 Marathon Club Deutschland e.V.

Verein für Läufer und Läuferinnen mit mindestens 100 absolvierten Marathons | Ultramarathons

Adressen

1. Vorsitzender: Mario Sagasser:

2. Vorsitzender: Gerd Junker:

Vorstandsmitglieder:

Startpässe Gabriele Eisele:

Statistik Michael Kiene:

**Kassenwart,
Mitgliederwesen** Wolfgang Kieselbach:

**Webmaster,
Clubheft, Redaktion** Michael Weber:

Beirat:

**Pressewart,
Newsletter Redakteurin** Jana Bieler:

**Webmaster,
Administrator** Peer Cavaleiro:

Änderungsmeldungen:

Bitte folgende Mailadresse in CC aufnehmen: Mitgliederwesen@100-marathon-club.de

Titelfoto: Dr. Jürgen Kuhlmeier 2018 beim Karakoram Marathon (Foto: privat).

Foto auf der Rückseite: wieder gewählter Vorstand in Hamburg Öjendorf (Foto: privat).

Protokoll der Mitgliederversammlung

Protokoll der Jahreshauptversammlung des 100 Marathon Club Deutschland e.V. vom 07.03.2020 im Vereinshaus Vorwärts Wacker, Öjendorfer Weg 78, Hamburg

Teilnehmer gemäß Liste: 29 Mitglieder, kein Gast

Mario Sagasser, Doris Sagasser, Gerd Junker, Jana Bieler, Michael Bieler, Michael Turzynski, Gaby Eisele, Doris Hinz, Frank Berka, Sylvia Frühauf, Michael Kiene, Rosemarie von Kocemba, Roman Spengler, Martina Ramthun, Michael Weber, Sigrid Eichner, Gunla Eberle, Dietrich Eberle, Beate Gröhn, Siggie Schmitz, HaJo Meyer, Monika Tegge-Walderstein, Bodo Makuszies, René Wallesch, Hans-Jürgen Hetzel, Tanya Ostapenko, Hans-Joachim Westphal, Cornelia Feurich, Thomas Radzuweit

TOP1 Begrüßung durch den Vorstand

- Um 17.34 Uhr begrüßt Mario die Teilnehmer und eröffnet die Sitzung.
- 29 stimmberechtigte Mitglieder nehmen an der Sitzung teil.
- Der 1. Vorsitzende stellt fest, dass die Versammlung form- und fristgerecht einberufen wurde und beschlussfähig ist.
- Alle Abstimmungen sollen per Handzeichen erfolgen.
- Gerd Junker ist Protokollführer.

TOP2 Ehrungen

- Der Vorstand schlägt Jürgen Kuhlmeier für die Ehrenmitgliedschaft vor.
- Gerd Junker verliest die Laudatio für Jürgen.
- Jürgens Ehrenmitgliedschaft wird per Abstimmung einstimmig angenommen.

TOP3 Antrag auf Ausschluss

- Entfällt

TOP4 Bericht des Vorstands

- Mario informiert uns ausführlich über die Vorstandsarbeit des vergangenen Jahres. Er bedankte sich bei allen Vorstandsmitgliedern für die harmonische Zusammenarbeit und das gute Miteinander. Im Verein herrscht ein angenehmes Klima. Es gibt keine Streitereien und keine Unruhe.
- Per 31.12.2019 hatte der Verein 365 Mitglieder, es gab 43 Eintritte sowie lediglich 5 Austritte. Von Anfang 2020 bis heute traten bereits noch einmal 12 Mitglieder neu in den Verein ein. Aktuell sind wir also bereits 377 Mitglieder. Erfreulich: Der Frauenanteil erhöhte sich von Ende 2018 bis Ende 2019 um 33 % von 30 auf 40 Frauen.
- Der Elbtunnelmarathon am 2.6.2019 war ein Erfolg. Danke an Hans-Jürgen Lange, Thorsten Stohldreier, Sven Peemöller sowie an alle Helfer, die zum Gelingen dieser tollen Veranstaltung beigetragen haben.
- Gabriele Eisele berichtete über ihre Arbeit im Vorstand: Sie verschickt Geburtstagsgrüße ab dem 70., 75., 80. usw Lebensjahr und stellt Startpässe aus. Sie stellt Formulare für ärztliche Atteste zur Verfügung, soweit sie in manchen Ländern verlangt werden.
- Michael Kiene berichtet über seine Arbeit zur Erstellung von Statistiken, die aufgrund von immer mehr Mitgliedern immer umfangreicher wird. Bei Aufnahmen von neuen Mitgliedern prüft er deren Lauflisten und ist zuständig für die Implementierung der halbjährlich zu erstellenden Laufstatistiken aller Mitglieder jeweils am 30.06. und 31.12. jeden Jahres. Zum Vergleich: Am 30.06.2010 gab es 84 Meldungen, am 30.06.2019 bereits 195. Am 31.12.2010 waren es 144 Meldungen, am 31.12.2019 bereits 239. 2019 betrug die Gesamtzahl aller Läufe

6.410, dazu kamen noch 4.500 zu prüfende Läufe von Neumitgliedern. Michael stellt stellvertretend seit 2014 für den fehlenden Sportwart Jubiläumsurkunden aus: 2014 waren es noch 56, 2019 bereits 82 Stück.

- Gerd berichtet über seine Arbeit als 2. Vorsitzender. Er bereitet die alle 2 Monate stattfindenden Telefonkonferenzen vor, lädt alle Vorstandsmitglieder ein und schreibt für jede Zusammenkunft das entsprechende Protokoll. Die einmal im Jahr stattfindende Jahreshauptversammlung organisiert er ebenfalls.
- Michael Weber berichtet über den Clubheftversand. Das Porto steigt von derzeit EUR 1,20 auf EUR 1,55 pro Heft. Das sind bei 3 Heften pro Jahr ca. 1 EUR pro Mitglied im Jahr. Die Resonanz auf die Befragung der Mitglieder, wer auf die gedruckte Version verzichten möchte, ist sehr mäßig. Weil die Kassenlage des Vereins es derzeit zulässt, entscheiden sich die Mitglieder per Handzeichen fast einstimmig dafür, dass das Heft weiterhin drei Mal im Jahr weiter per Post verschickt wird. Ab dem 1.04.2020 wird unsere Homepage auf die neue Version umgestellt. Peer Cavaleiro hat dabei sehr gute Arbeit geleistet. Redakteure müssen sich vor dem Verfassen von Beiträgen registrieren lassen. Infos dazu gibt es auf der Webseite. Unsere Pressewartin Jana Bieler erstellt monatlich einen Newsletter. Wer ihn haben möchte, muss sich dazu anmelden.
- Jana Bieler ist seit einem halben Jahr für unsere Pressearbeit zuständig. Sie berichtet über die Administration der 100 MC-Facebookgruppe, woran derzeit 74 Vereinsmitglieder teilnehmen. Wie bereits erwähnt, erstellt sie 1 x monatlich einen Newsletter und erstellt Laufvideos auf Youtube. Sie ist bei allen Telefonkonferenzen aktiv dabei.

TOP5 Kassenbericht

- Wolfgang Kieselbach fehlt entschuldigt. Gerd verliest seinen Kassenbericht (siehe Folgeseite). 2019 wurde eine Ehrenamtsversicherung für Mario und Gerd abgeschlossen. Unser Mitgliederprogramm bei Campai sollte kostenpflichtig werden und wurde wieder verworfen.

TOP6 Bericht der Kassenprüfer

- Die Kasse wurde am 6.3.2020 durch unsere Kassenprüfer René Wallesch und Sylvia Frühauf geprüft. René berichtet, dass diese für 2019 sehr übersichtlich angelegt war. Es gab keine Beanstandungen.

TOP7 Aussprache

- Thomas Radzuweit ist der Meinung, dass bei Ausschreibungen die Adressen der Veranstalter mit angegeben werden müssen. Die Versammlung einigt sich darauf, dass Vorname, Name und E-Mail-Adresse ausreichen.

TOP8 Entlastung des Vorstands

- Frank Berka lobt die Arbeit des Vorstands und beantragt dessen Entlastung. Der Vorstand wird daraufhin einstimmig entlastet.

TOP9 Wahl des 1. Vorsitzenden

- Mario Sagasser wird mit 28 Ja-Stimmen und einer Enthaltung zum 1. Vorsitzenden gewählt.

TOP10 Wahl des 2. Vorsitzenden

- Gerd Junker wird mit 28 Ja-Stimmen und einer Enthaltung zum 2. Vorsitzenden gewählt.

TOP11 Wahl weiterer Vorstandsmitglieder

- Wolfgang Kieselbach, Gabriele Eisele, Michael Kiene, Michael Weber werden mit 26 Ja-Stimmen und 3 Enthaltungen in den Vorstand gewählt.
- 3 Mitglieder mussten die Versammlung verlassen, um ihren Zug zu bekommen.

TOP12 Wahl eines Kassenprüfers

- Sylvia Frühauf wurde mit 25 Ja-Stimmen und einer Enthaltung zur Kassenprüferin gewählt.

TOP13 Weitere Anträge

- Doris Sagasser stellte den Antrag, um über die Zukunft des Öjendorf Marathon zu diskutieren. Es werden immer weniger Helfer, Doris und Mario müssen immer mehr Aufgaben übernehmen.
- Till Probst steht ab 2021 nicht mehr zur Verfügung. Er ist u.a. für die Zeitmessung, die Einstellung bei race result und die Übertragung der Ergebnisse, die Kontrolle der Zahlungseingänge, das Packen der Starterumschläge verantwortlich.
- Es werden verschiedene Varianten diskutiert: Abspeckung der Läufe (Anzahl), vielleicht nur noch eine große Veranstaltung im Jahr ?, Andere Zeitnehmer ? Begrenzung der Teilnehmerzahl ?
- Michael Kiene schlägt einen Arbeitskreis vor, weil wir heute zu keinem Ergebnis kommen.
- Wir beschließen einen Aufruf zu starten: Helfer mögen sich bitte bis zum 31.5.2020 melden! Es besteht die berechtigte Sorge, dass unsere geliebte Vereinsveranstaltung ab 2021 nicht mehr stattfinden kann!

TOP14 Ankündigung JHV 2021

- Wir bitten alle um Vorschläge bis zum 30.06.2020, ob ein Mitglied die Mitgliederversammlung im Rahmen einer Marathonveranstaltung in seiner Nähe durchführen möchte. Zeitraum: 1. Halbjahr 2021.

TOP15 Verschiedenes

- Mario erinnert daran, dass die Position eines Sportwartes im 100 Marathon Club immer noch vakant ist. Wer Interesse an dieser interessanten Aufgabe hat, möge sich bitte melden. Es erwartet Dich eine abwechslungsreiche Tätigkeit!

Um 20.45 Uhr schließt Mario die Veranstaltung, bedankt sich bei allen Teilnehmenden und wünscht allen eine gute Heimfahrt.

Protokoll erstellt durch Gerd Junker am 08.03.2020

Protokoll geprüft durch Mario Sagasser am 08.03.2020

Bericht Schatzmeister (Auszüge)

Das Jahr 2019 wurde geprägt durch folgende Ereignisse

- a) Steuererklärung für die Jahre 2016 – 2018
- b) Ausfall Datenbank Campai
- c) Elbtunnelmarathon 2019

Die Mitgliedsbeiträge konnten um ca. 6% gesteigert werden einhergehend mit dem weiterhin erfreulichen Mitgliederzuwachs. Die Kosten sind ebenfalls im moderaten Rahmen gestiegen, sodass der Club einen Überschuss von € 1.261,25 (Vorjahr € 285,43) ausweist.

Für die Veranstaltungen Öjendorfer Park Marathon führen wir ein separates Konto und es wurde ein Überschuss von € 42,87 nach einer Rücklagendotierung aus dem Elbtunnelmarathon 2019 in Höhe von € 5.184,57 ausgewiesen.

Die Finanzlage ist gut und wir können Stand heute die bekannten laufenden Zahlungen jederzeit begleichen. Auch brauchen wir diese Beiträge für die latenten Unwägbarkeiten eines Vereines.

Steuererklärung für die Jahre 2016 – 2018

Auch kleine Vereine wie wir müssen über das Programm Elster die Steuererklärung abgeben. Und hier begannen die Probleme. Der von mir verwandte und sichere Browser OPERA ist hierfür nicht statthaft. Dann kamen immer wieder Fehlerhinweise, die mit der Hotline – wenn ich diese erreichen konnte – nicht gelöst werden konnten. Auch das zuständige Finanzamt führte aus, keine Beratung durchführen zu dürfen und wir müssten dann eben einen Steuerberater mandatieren. Ich konnte dann in Abstimmung mit dem Vorstand einen Steuerberater bitten, für uns die Steuererklärung 2016-2018 zu fertigen. Ergebnis war, dass wir die Gemeinnützigkeitserklärung erhielten.

Wir werden nicht umhinkommen, zukünftig angesichts der Komplexität des Steuerrechts einen Steuerberater zu mandatieren. Hierfür müssen wir dann vorsichtshalber € 100,00 p.a. Steuerberatungskosten mit einplanen. Andere Lösungsmöglichkeiten mit „Bordmitteln“ zeitigten keine Wirkung.

Datenbank Campai

Es gab überraschend einen Datenausfall bei Campai. Einige Zeit vorher hatten wir eine Datensicherung erstellt, was unser Glück war. Denn Campai konnte die Daten nicht wiederherstellen. Die Hintergründe sind uns nicht bekannt. Hierbei sei erwähnt, dass wir dieses Programm kostenlos genutzt hatten. Was wir nicht wiederherstellen konnten, waren die unter den jeweiligen Mitgliedsnummern gespeicherten Dokumente. Nach eingehenden Überlegungen und Abwägung der Kosten haben wir uns interimweise entschieden, weiterhin mit der Cloud One Drive von Microsoft zu arbeiten. Die Alternativen wären u.a. Buhl Data. Aus Kosten- und Praktikabilitätsgründen haben wir zunächst hiervon Abstand genommen.

Der Unterzeichner arbeitet bei einem anderen Verein mit dem Buhl Data Programm. Hier müssten wir Kosten von approximativ € 130,00 p.a. einplanen für ein 3-Platz System. Gleichwohl bleiben wir dabei, eine Vereinsverwaltung zu implementieren, wenn die Rahmenbedingungen hierfür stimmen. Wir haben eine Vereinsgröße erreicht, wo ein derartiges Programm unabdingbar sein wird, damit auch das derzeit genutzte Starmoney Programm von der HASPA hier integriert werden kann. Für entsprechende Vorschläge für ein professionelles Vereinsprogramm mit einem angemessenen Kostenrahmen wären wir verbunden.

Bei Starmoney gab es kleinere Probleme in 2019, die wir versuchten mit der Hotline der HASPA zu beheben. Die Unterstützung war lobenswert, jedoch konnten nicht alle Probleme behoben werden. Sofern Unstimmigkeiten bei den MitgliederInnen aufgetreten sein sollten, bitte ich um Nachsicht.

Elbtunnelmarathon

Rückwirkend betrachtet war der Elbtunnelmarathon 2019 ein Erfolg.

Hieraus erfolgte eine Rücklagendotierung für die Unwägbarkeiten des laufenden Betriebes im Verein. So benötigen wir u.a. neues Equipment für die Öjendorfer Park Marathon Veranstaltungen. Bei der konservativen Planung für den Elbtunnelmarathon 2019 hatten wir auch vorsichtshalber eine Absage einkalkuliert als vorsichtige Kaufleute für den Fall, dass keine ausreichenden Anmeldungen eingehen würden. Dieses erfreuliche Ergebnis konnte auch durch den intensiven Einsatz aller ehrenamtlichen Helfer für diese Veranstaltung mit generiert werden.

Kieselbach

Schatzmeister 100 Marathon Club

Berichte unserer Mitglieder

Weidenhahner Lauffest am 08.12.2019

Norbert zu Ehren (oder: Wo der Wind so kalt pfeift)

von Wolfgang Bernath

Was schenkt man einem begnadeten Läufer – seinerzeit 100 km-Weltmeister der M75 in 9:50 Std. - zum 80. Geburtstag? Wenn dieser Mann also ebenso begnadete (Schwieger)Kinder und Enkel hat, fällt die Wahl nicht schwer: Man lädt etliche mehr oder weniger und auch deutlich weniger Begnadete wie mich zum 6-Stunden-Lauf, Marathon bzw. Staffelmaraathon ein. Die kamen reichlich nach Weidenhahn in den hohen Westerwald und erfreuten unseren Norbert Hoffmann am Vorabend seines Geburtstags durch ihre Begleitung auf der welligen 2,7 km-Runde.

Vor über einem Jahr klingelte mein Telefon. Sigrid, Norberts Tochter, war dran und erzählte von ihrer und Rolands, ihres Mannes, Idee: Wir richten unserem Papa einen Geburtstagslauf aus! Wie gut, wenn man Lauffreunde hat, die dank langjähriger Erfahrung als Ausrichter den einen oder anderen Tip geben können. Dass ich selber dabei sein würde, war natürlich Ehrensache. Die knappe Dreiviertelstunde vom rheinischen in den hohen Westerwald ist schnell überbrückt und vor der ehemaligen Dorfschule, der Hoffmänner gar nicht so bescheidenem Wohnsitz, bereits reichlich viel los. Zunächst muss jedoch ein Dreiviertelkilometer zur Grillhütte, dem Zentrum der Festivität, zurückgelegt werden. Dort ist bereits alles inkl. einer opulenten Verpflegungsstelle für die Einzelläufer vorbereitet. Mehr als die Startnummer gibt es jedoch nicht, die Leckereien sind ja erst noch zu verdienen.

Zurück am Hoffmannschen Domizil dürfen wir im Anschluß an zwei flammende Ansprachen Rolands und Franks, des Weidenhahner Bürgermeisters, auch bald starten. Nach ein paar Metern bergab geht's links um die Kurve in die Friedhofstraße, die uns, wen überrascht's, zur Weidenhahner letzten Ruhestätte bringt. Soweit ich es überblicke, war das kein schlechtes Omen, denn alle haben am Ende ihre Heimaterde wieder wohlbehalten erreicht. Noch fallen die paar Höhenmeter am Friedhof kaum ins Gewicht, schnell ist der Scheitelpunkt erreicht. Der Belag wechselt von Asphalt zu festem Naturboden. Noch festem Boden, denn es droht Ungemach. Alles ist gut gelaunt und die Grillhütte bald wieder erreicht. Paul, Karins Mann, ist ganz traurig, weil er mit seinem VP keine Beachtung findet, aber auch das wird sich nachhaltig ändern. Martin, der Zeitnehmer, ist ganz in seinem Element und geht wie immer im Kleinbus seiner Arbeit hochprofessionell nach.

Damit ist die zwei km lange, verkürzte Einführungsrunde beendet, weitere fünfzehn Runden von 2,7 km mit je rund 30 Höhenmetern warten darauf, abgearbeitet zu werden. Am Waldrand kommen wir auf gut zu belaufendem Feldweg prima voran. Hundert Meter hinter der Hütte ist großes Hallo angesagt, denn da stehen die Staffelteilnehmer und feuern uns an. Stellenweise ist der Weg ausgebessert und Norbert ganz stolz auf seine Vorbereitungen. Ein paar Meter sind matschig, da drückt sich das Wasser noch aus dem Berg. Vorsichtig versuchen wir, trockenen Fußes durchzukommen. Etwas weiter versperrt ein Auto den weiteren Weg. Klar, hier ist der angekündigte und gut ausgewiesene Wendepunkt. Schon ist die Grillhütte wieder erreicht, die ersten 1,2 km der Runde hinter uns gebracht.

Oberhalb des Friedhofs führt der Weg, wieder auf Asphalt, in Richtung Kirche, in deren Nähe sich der Startort befindet. Zweimal links abgebogen, ist die erste von fünfzehn Runden, wieder an der Grillhütte, vorbei. Schon wird es langsam meditativ, viele freundliche Gesichter – nicht alle, aber viele – kommen entgegen oder überholen, es ist nett und kurzweilig. Unsere heldenhafte, selbst schon fast achtzigjährige Frühstarterin Sigrid kämpft sich, abwechselnd gehend und laufend, tapfer voran. Von Berlin dürfte sie mit die weiteste Anreise gehabt haben. So vergehen die ersten Runden, als es nach knapp anderthalb Stunden erst zu tröpfeln, dann zu regnen beginnt. Na ja, Ihr kennt das, Kappe

ins Gesicht und das Genick eingezogen, gute Mine zum bösen Spiel gemacht und weitergetrabt. Immer fieser wird der Regen, Böen kommen dazu, die insbesondere vor und nach dem Wendepunkt unangenehm sind.



Sigrid Eichner beim Weidenhahner Lauffest

Halt, wo bin ich jetzt? War ich hier schon mal? Nee, die Kirche habe ich von dieser Seite noch nicht gesehen. Schlagartig bin ich wieder hellwach: Verlaufen! Ja, gibt's denn so etwas? Auf einer wirklich simplen, schon sechsmal durchmessenen Strecke verlaufen! Das kann auch nur mir passieren. Wofür steht eigentlich die Feuerwehr an den beiden einzigen Punkten, an denen eigentlich auch nur ein Depp wie ich falsch abbiegen kann? Nach einigen Irrungen und Wirrungen und mehreren hundert Extrametern bin ich wieder in der Spur. Hoffentlich hat's keiner gemerkt, Ihr haltet ja wohl dicht! Mannomann, das beschäftigt mich die nächsten Kilometer, die immer nasser und matschiger werden. Längst schon hat sich der gesamte Feldweg in eine Matschbahn verwandelt und, oh Wunder, ich habe ausnahmsweise einmal richtig gedacht und mich mit GoreTex-Schuhen bewaffnet. Die halten meine Füße tatsächlich bis zum Ende trocken. Alle zwei Runden genieße ich die Verpflegungsstelle, die ein reichhaltiges und vielseitiges Angebot offeriert. Meine Favoriten sind ganz klar der warme Tee, die Brotstücke mit leckerem Aufstrich und die Pellkartoffeln mit Salz. Ich lasse mir Zeit zum Verpflegen, sechs Stunden dürfen wir ja unterwegs sein.

So vergeht Runde für Runde, die Mitläufer werden weniger und Katja will nicht aufhören, weil sie sich den 6-Stunden-Lauf gibt. Bei diesem Wetter ist das wahrlich kein Vergnügen. Übrigens gibt es mehr Läufer auf der 6-Stunden- als auf der Marathondistanz, das habe ich auch noch nicht erlebt. Irgendwann ist dann auch für mich die letzte Runde angebrochen und die Erkenntnis gereift, daß der zwanzig Jahre ältere Norbert für mich immer noch das Maß aller Dinge ist: Eine Viertelstunde ist er vor mir im Ziel, das ich nach knapp fünf Stunden erreiche. Na ja, tröste ich mich, der Knabe hatte ja einen klaren Heimvorteil und ich war in unbekanntem Gelände unterwegs. Wenn ich mich ausgekannt hätte, ja dann...!

Eine tolle, getöpferte Medaille erhalte ich für die heimische Wall of Fame, dann nur schnell raus aus den naßkalten Klamotten und ab in die Grillhütte, in der es für kleines Geld reichlich leckere Kalorien zum Auffüllen der kaum strapazierten Fettspeicher gibt. Aus meiner unmaßgeblichen Sicht hat alles wie am Schnürchen funktioniert, Sigrids und Rolands Plan ist voll aufgegangen. Der Mittelpunkt des Tages strahlt jedenfalls wie ein Putzeimer. Eine schöne Veranstaltung, die die Hoffmänner gerne wiederholen dürfen!

Presseberichte

Der Marathon-Mann vom Lauf Team Unna

Markus Sembach und sein „200.“

Lauf Team Unna auf KamenWeb.de am 26.01.2020 von Andreas Milk



Kamen. 8.439 Kilometer - so weit ungefähr fliegt ein Passagierjet von Frankfurt auf dem Weg zur nordamerikanischen Westküste. Und so weit ist Markus Sembach in seinem Leben schon bei Marathonläufen gerannt: Am Samstag feierte der Heeren-Werver seinen 200. Lauf über 42,195 Kilometer. Diesen Jubiläumsmarathon organisierte er selbst, unterstützt und begleitet von Familie und Freunden, mit Start und

Ziel vor der eigenen Haustür: Ein Rundkurs von gut drei Kilometern war markiert. Diese Runde lief jeder der etwa 70 Gäste, so oft er wollte; Markus Sembach selbst machte - natürlich - 14 Runden voll: Marathon Nummer 200, finished!

Ans Laufen gekommen war der 57-Jährige recht spät, mit Mitte 40 - dafür aber umso heftiger: Nach Absolvieren eines Anfängerkurses nahm er sich gleich einen 82-Kilometer-Lauf vor. Zugegeben: Das war ein Lauf in drei Etappen. Den ersten Marathon "am Stück" bewältigte er in Steinfurt. "Dann hab' ich einfach weitergemacht" - so lange, bis er sich ein Haus an der Lenninger Straße kaufte. Da steckte eine Menge Arbeit drin, und in Sachen Laufen war erst mal Pause. Dann aber kam Lauf-Anlauf Nummer zwei: Beim Lauf Team Unna (LTU) belegte Sembach aufs neue einen Anfängerkurs. Bei diesem Verein gefiel es ihm so gut, dass er Mitglied wurde - und bis heute blieb. Reichlich LTU'ler feierten im Juli 2014 mit ihm seinen "100." - der ihm zugleich Zugang verschaffte zum "100 Marathon Club Deutschland". Konsequenz: Jetzt, beim neuen großen Jubiläum, ließen Angehörige von gleich zwei Laufvereinen "ihren" Markus hochleben.

Sembach ist kein Ehrgeizling, sondern ein Genussläufer: "Mein Ziel lautete niemals 'Zeit'" - viel lieber bleibe er auch mal stehen für ein Bier, eine Bratwurst, einen Blick. Beim privat organisierten Bergkamener Dorndellen-Marathon um die Halde Großes Holz ist er regelmäßig. Er hat schon drei Marathons an einem Tag hinter sich gebracht - und fünf binnen fünf Tagen. Pi mal Daumen fünf Stunden, das ist sein ganz privater Marathon-Standard. Weil seine

gemütliche Art etwas Einladendes hat, erlebten beim Lauf Team Unna schon einige Neulinge ihre Marathon-Premiere in Markus Sembachs entspannter Gesellschaft.

Wer umgekehrt ihm bei seinem "200." Gesellschaft leistete, brauchte auf nichts zu verzichten: Verpflegung (flüssig, fest, heiß, kalt), Medaillen, Urkunden - alles da in Werve. Natürlich hört Markus Sembach nun nicht auf mit der Rennerei: Marathon Nummer 300 kommt. Wenn dieses Ziel erreicht ist, wird Sembach Teil einer exquisiten Weltrangliste. Und übrigens: Jawohl - Langstreckenläufer sind ein bisschen verrückt.



Personalien

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

- | | | | |
|-----|-----------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------|
| 6 | Rolf Frank aus Hohenaspe
(Wiedereintritt) | 523 | Peter Martin aus Bad Hersfeld |
| 517 | René Huber aus Ostrhauderfehn | 524 A | Alexander Hahn aus Lehnsahn |
| 518 | Ralf Dembeck aus Lamstedt | 525 A | Rolf-Achim Reichart aus Obertshausen |
| 519 | Hans-Dieter Penning aus Leer | 526 | Sascha Dehling aus Berlin |
| 520 | Karsten August aus Hamburg | 527 | Heilo Luther aus Neunkirchen am Brand |
| 521 | Frank Danger aus Hamburg | 528 | Andreas Amberger aus Lünen |
| 522 | Sven Micha aus Hamburg | 529 | Winfried Gottschlich aus Köln |

Geburtstage

Der 100 Marathon Club Deutschland gratuliert zum „runden“ Geburtstag:

Dr. Hans-Jürgen Lange aus Rellingen feierte im Januar seinen **70.** Geburtstag.

Ewald Komar aus Weinheim feierte im Februar seinen **70.** Geburtstag.

Friedrich Iffert aus Kassel feierte im Dezember seinen **75.** Geburtstag.

Karl-Jürgen Riedel aus Zwickau feierte im März seinen **75.** Geburtstag.

Austritte

Im vergangenen Jahr sind folgende Mitglieder ausgetreten. Für ihre Zukunft wünschen wir alles Gute:

Heinz Behrmann aus Neumünster-Einfeld
 Rainer Lichtsinn aus Wedel
 Ineke Scheffer aus Leens (NED)

Thomas Eller aus Grafschaft (Vettelhoven)
 Katrin Grieger aus Hamburg

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras (Vollmitgliedschaft)

Thomas Busse (Bernterode) bereits am 18.05.19 beim Rennsteiglauf.

Karsten August und **Frank Danger** (beide Hamburg) am 01.12.19 beim Kaltenkrichener Advent Marathon.

Ralf Dembeck (Lamstedt) am 07.12.19 beim Adventmarathon in Neustadtgödens.

Peter Martin (Bad Hersfeld) am 27.12.19 beim Fuldapromenaden Marathon in Kassel.

Sven Micha (Hamburg) am 28.12.19 beim Peter-Wieneke-Geburtstags-Marathon in Hamburg Öjendorf.

Andreas Amberger (Lünen) am 09.02.20 beim G1 Grüngürtel Ultra rund um Köln.

200 Marathons/Ultras

Markus Sembach (Kamen) am 25.01.20 beim 200. Marathon Markus Sembach in Kamen. Siehe auch Presseartikel in diesem Heft.

300 Marathons/Ultras

Jens Hunhold (Rathenow) am 27.12.19 bei der Speck-weg Serie in Berlin.

400 Marathons/Ultras

Rob Froonhoff (Amersfoort, NED) am 10.11.19 beim Steinhart-500 in Steinfurt.

Prof. Dr. Wolfgang Gieler (Bad Neuenahr) am 07.01.20 beim Aasee Lauf in Münster.

Klaus Bangert (Bargfeld-Stegen) am 01.03.20 beim Klaus Bangert wird 400 Marathon in Bad Oldesloe.

Uwe Laig (Lengerich) am 15.03.20 beim Gevattersee Marathon in Bückeburg.

500 Marathons/Ultras

Bennie de Vries (Stadskanaal, NED) am 29.12.19 bei der Speck-weg Serie in Berlin.

Werner Kater (Hess. Oldendorf) am 04.01.20 beim Kalimandscharo Marathon in Wunstorf-Bokeloh.

Prof. Dr. Claudia Cavaleiro (Viersen) am 01.02.20 beim Schnee- und Eis-Marathon in Hamburg Öjendorf.

600 Marathons/Ultras

Peer Cavaleiro (Viersen) am 27.10.19 beim Röntgenlauf in Remscheid.

Sylvia Frühauf (Bissendorf) am 01.12.19 beim Running Paule Marathon in Bad Münde.

700 Marathons/Ultras

Gerd Junker (Wallenhorst) am 07.03.20 beim Frühlings-Marathon in Hamburg Öjendorf.

750 Marathons/Ultras

Helmut Rosieka (Bremen) am 12.01.20 beim Cebu Marathon (PHI).

800 Marathons/Ultras

Michael Kiene (Northeim) am 11.01.20 beim Panorama Marathon in Bad Münde.

Jobst von Palombini (Bückeburg) beim Idarturm Marathon in Bad Eilsen.

1.250 Marathons/Ultras

Dietrich Eberle (Seevetal) am 14.03.20 beim Bornhorster See Marathon in Oldenburg.

Dr. Jürgen Kuhlmeier zum Ehrenmitglied ernannt

Eine Laudatio von Gerd Junker

„Alt zu werden, dazu habe ich gar keine Zeit!“

Das ist genau der Satz, den ich hörte, als ich Jürgen während eines Marathonlaufes darauf ansprach, dass er ja immerhin in der Altersklasse M80 gestartet ist. Wenn man ihm zuhört, wo er bereits seine Läufe absolviert hat und was er noch alles vorhat, dann glaubt man ihm das auch sofort. Jürgen ist so ziemlich in der ganzen Welt unterwegs, ist sowohl am Nordpol im ewigen Eis seinen Marathon gelaufen als auch auf allen 7 Kontinenten teils abstruse und außergewöhnliche Läufe sowie bei allen großen Events auf dieser Welt. Bis zum Stand 29.01.2020 besuchte er mindestens 108 Länder. Er veranstaltete sogar auf Wangerooge eigene Läufe und gestattete den Mitläufern, kostenlos in seinem Ferienhaus zu übernachten.

Wir verleihen Jürgen heute die Ehrenmitgliedschaft und haben ihn natürlich gefragt, ob er damit einverstanden sei. Jürgen hat sich wirklich gefreut, uns aber sofort gesagt, dass er heute wieder mal auf Reisen ist. Dieses Mal sollte es eine Marathonreise nach Südkorea sein, wurde dann aber wegen des Coronavirus auf Amerika umgebucht. Was auch sonst? Wir kennen ihn ja auch nicht anders!

Warum verleihen wir Jürgen die Ehrenmitgliedschaft?

Jürgen ist einer der ersten Stunde im Club und hat sich außerordentlich um den Verein verdient gemacht. Von August 2002 bis März 2014 war er unser Kassenwart, von August 2005 bis Februar 2010 bekleidete er das Amt des 2. Vorsitzenden, bevor Mario das Amt dann fortführte.

Unsere Clubreisen waren Jürgen ein großes Anliegen. 2004 ging die erste Reise nach Istanbul, weitere folgten nach Florida und in die Karibik, alle von Jürgen geplant und durchorganisiert. Beim Elbtunnelmarathon 2010 spendete Jürgen allen Startern eine Barkassenfahrt durch den Hamburger Hafen. Darüber hinaus hat Jürgen die ersten Anhänger für den Marathon in Öjendorf gespendet. Als Pilot mit eigenem Flugzeug flog er die Kinder der Veranstalter und Rita Gehrke mit einem Rundflug über den Segeberger Forst.

Jürgen ist trotz allem immer noch bescheiden geblieben. Er erzählte mir, dass er sein Leben, so wie es jetzt ist, richtig genießen kann, weil es nicht immer so war wie heute. Auf Helgoland schlief er mit anderen Läufern zusammen im Mehrbettzimmer der Jugendherberge. Vielleicht tut es hier und da noch der Schlafsack auf dem Hallenboden einer Turnhalle.

Schlank und durchtrainiert hat er sich immer noch gut gehalten. Weiter so, Jürgen, und DANKE für alles.



100 Marathon Club Deutschland e.V.

URKUNDE

Der 100 Marathon Club Deutschland e.V. ernannt

Dr. Jürgen Kuhlmeiy

In Anbetracht seines herausragenden Einsatzes
für den 100 Marathon Club Deutschland e.V.
zu seinem

Ehrenmitglied

Hamburg, am 7. März 2020

(Mario Sagasser – 1. Vorsitzender)

(Gerd Junker – 2. Vorsitzender)

Neue Clubwebseite ab 01.04.2020



Neue Clubwebseite
100mc.de | 100marathon-club.de | 100-marathon-club.de
ab 01.04.2020



Neue Kontaktadressen ab 01.04.2020

100MC
100 Marathon Club Deutschland e.V.

AKTUELLES - BERICHTE - LAUFTERMINE - STATISTIK - DOWNLOAD - Q

OJENDORF MARATHONS - ELBTUNNEL MARATHONS - KONTAKT - LOGIN

VORSTAND - KONTAKTADRESSEN

Änderungsmitteilungen zur Mitgliedschaft bitte an folgende E-Mail Adresse senden:
mitgliederwesen@100-marathon-club.de

1. VORSITZENDER	2. VORSITZENDER
Mario Sagasser Greifswalder Str. 10 24558 Henstedt-Ulzburg Tel. +49 / 4193 / 95212 E-Mail: mario.sagasser@t-online.de	Gerd Junker Brunings Kamp 8 b 49134 Wallenhorst Tel. +49 / 5407/ 39404 E-Mail: gerd.junker@osnanet.de
ERWEITERTER VORSTAND	ERWEITERTER VORSTAND
Wolfgang Kieselbach (zugleich Kassenwart, Mitgliederwesen) Talweg 11a 21244 Buchholz Tel. +49 / 4181 / 31116 E-Mail: de-100mc-deutschland@outlook.de	Michael Weber (zugleich Webmaster, Clubheft, Redakteur) Hildebrandstr. 9 70191 Stuttgart Tel. +49 / 711 / 852754 E-Mail: weber.worldrunner@googlemail.com
Gabriele Eisele (zugleich Startpässe) Bugenhagenweg 50 24768 Rendsburg Tel. +49 / 4331/ 3380890 E-Mail: gaby-rendsborg@web.de	Michael Kiene (zugleich Statistiker) Nordring 8 37154 Northeim Tel. +49 / 5551 / 910406 E-Mail: kiene.michael@gmail.com
BEIRAT	BEIRAT
Jana Bieler (zugleich Pressewart, Newsletter Redakteurin) Plönzelle 16 12459 Berlin Tel. +49 / 151 / 70130766 E-Mail: 100mc.presse@gmail.com	Peer Cavaleiro (zugleich Webmaster, Administrator) Hindenburgstr. 132 41749 Viersen Tel. +49 / 176 / 22853963 E-Mail: spassamlaufen@gmail.com

← Neue Kontaktadressen für die Bereiche
Presse, Newsletter & Webseiten-Administration

JETZT MITGLIED WERDEN!
Unterstütze eine starke Vereinigung und werde Mitglied in unserem Verein.
[MEHR »](#)

NEWS BERICHTE

JOBST 800. MARATHON
Liebe Freunde, der heutige (am 22.02.) Idatum-(Sturm)-...

THE WORLD MEGAMARATHON RANKING (UPDATE)
Eine korrigierte Version...

mitgliederwesen@100-marathon-club.de

Diese E-Mail Adresse bitte verwenden für Änderungsmitteilungen zur Mitgliedschaft.

Mit dieser E-Mail Adresse wird eine Nachricht gesendet an Mario Sagasser & Gerd Junker (Vorstand) und Wolfaana Kieselbach (Mitgliederwesen)

admin@100-marathon-club.de

Diese E-Mail Adresse bitte verwenden für:

- Mitteilung neuer Lauftermine für den Veranstaltungskalender
- Technische Probleme mit der Webseite oder dem Newsletter
- Fragen zum Webseiten-Account
- Melden bzw. Löschen von Kommentaren

Mit dieser E-Mail Adresse wird eine Nachricht gesendet an Michael Weber und Peer Cavaleiro (Administratoren)

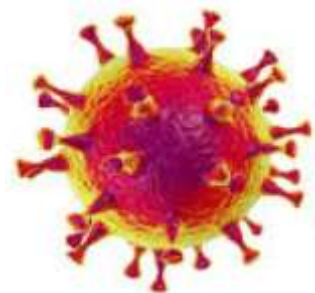
Alternativ kann das Kontaktformular auf der Webseite verwendet werden.

Vorstandsbeschluss zur Zählbarkeit von Läufen

Am Nachmittag des 16. März haben sich Bund und Länder auf ein rigoroses Paket gegen die Verbreitung des Coronavirus geeinigt. Bürger in Deutschland werden auf vieles verzichten müssen, erklärte die Kanzlerin. Dazu gehört auch ein Veranstaltungsverbot in ganz Deutschland.

Der Vorstand setzt deshalb die Zählbarkeit von Läufen in Deutschland vorläufig bis zum 31. März 2020 aus.

Diese Frist wird aufgrund der dann aktuellen Situation neu bewertet und ggfs. verlängert.



Diesen Beschluss konnten wir gerade noch in dieses Clubheft übernehmen. Ob sich die Lage inzwischen, da Ihr das Heft in den Händen haltet, entspannt oder weiter verschärft hat, bekommt jeder ja selbst mit. Wir halten Euch über unsere Vereinmedien auf dem Laufenden.

Atemwegsinfektionen – neues Coronavirus und Inflenzaviren von Dr. med Christoph Wenzel

Eine Tröpfcheninfektion führt zur Atemwegsinfektion; schwere Influenza-Winter wie 2017/18 belasten das Gesundheitssystem erheblich; Deutschland hat 28.000 Intensivmedizin-Betten. Die Ausbreitung des neuen Coronavirus ist eine Pandemie mit Überlastung des Gesundheitssystems bei starker Verbreitung. Daher jetzt Eindämmung (Containment), später Schutz der vulnerablen Gruppen (Protektion), danach Strategie der Folgenminderung (Mitigation).

Verminderung sozialer Kontakte ist angesagt.

Ist Laufen gesundheitsgefährlich? Bei akutem fieberhaftem Infekt ja! Lange genug pausieren! Ansteckungsgefahr bei engem Start und Laufen in engen Gruppen. Sonst geringes Risiko. Gesund allein laufen gehen ist weithin sinnvoll.

Es gibt mehrere gute Artikel zu diesem Thema, auf die wir auf unserer Homepage hinweisen. Bitte informiert Euch dort.

Jahresstatistik per 31.12.2019 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Kater	Werner	Fuhlen	GER	434		107	23	130		1	31.12.2019
Löher	Burkhard	Wedel	GER	409		102	18	120		2	31.12.2019
Mintgen	Dietmar	Nickenich	GER	237		68	47	115		3	31.12.2019
Hottas	Christian	Hamburg	GER	1		84	18	102		4	31.12.2019
Mol	Ben	Almere	NED	37		94	7	101		5	31.12.2019
Kiene	Michael	Northeim	GER	308		52	41	93		6	31.12.2019
Schroeder	Christine	Hamburg	GER	257		73	18	91		7	31.12.2019
Pandian	Sivabalan	Mumbai	IND	457		77	11	88		8	22.09.2019
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	GER	389		53	27	80		9	31.12.2019
Junker	Gerd	Wallenhorst	GER	323		72	8	80		9	31.12.2019
Turzynski	Michael	Hannover	GER	10		53	25	78		11	31.12.2019
Eichner	Sigrid	Berlin	GER	4	E	73	4	77		12	31.12.2019
Eberle	Dietrich	Seevetal	GER	103		57	16	73		13	31.12.2019
Gargano	Angela	Barletta	ITA	115		59	13	72		14	31.12.2019
Steckel	Manfred	Köln	GER	385		53	18	71		15	31.12.2019
de Vries	Bennie	Stadskanaal	NED	466		62	7	69		16	31.12.2019
Rizzitelli	Michele	Barletta	ITA	116		59	10	69		16	31.12.2019
Kuhn	Sylke	Kassel	GER	422		61	7	68		18	31.12.2019
Kortyka	Joachim	Speyer	GER	287		25	41	66		19	31.12.2019
Kloss	Ingo	Bremen	GER	513		46	17	63		20	31.12.2019
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	GER	172		60	2	62		21	31.12.2019
Isman	Dehen	Aachen	AUT	469		47	14	61		22	31.12.2019
Loeber	Ralf	Bornheim	GER	414		59	2	61		22	31.12.2019
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	GER	440		34	26	60		24	31.12.2019
Kortyka	Sara	Speyer	GER	351		26	34	60		24	31.12.2019
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	GER	118		49	7	56		26	31.12.2019
Bogacz	Rico	Delmenhorst	GER	427		43	12	55		27	31.12.2019
Hunhold	Jens	Rathenow	GER	367		41	14	55		27	31.12.2019
Feurich	Cornelia	Hamburg	GER	458		47	7	54		29	31.12.2019
Häsler	Olaf	Bremen	GER	398		39	14	53		30	31.12.2019
Laig	Uwe	Lengerich	GER	432		34	19	53		30	31.12.2019
Rohwedder	Cornelia	Berlin	GER	356		8	45	53		30	31.12.2019
Vajen	Heino	Osterh.-Scharm.	GER	446		34	18	52		33	31.12.2019
Dembeck	Ralf	Lamstedt	GER	518		36	15	51		34	31.12.2019
Radzuweit	Thomas	Hamburg	GER	124		46	4	50		35	31.12.2019
Bieler	Jana	Berlin	GER	501		45	4	49		36	31.12.2019
August	Karsten	Hamburg	GER	520		42	7	49	1.)	36	31.12.2019
Meikstat	Gunnar	Berlin	GER	489		30	19	49		36	31.12.2019
Bieler	Michael	Berlin	GER	502		42	5	47		39	31.12.2019
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	GER	328		38	9	47		39	31.12.2019
Haase	Falko	Hamburg	GER	342		37	9	46		41	31.12.2019
Wallesch	René	Geesthacht	GER	12		39	7	46		41	31.12.2019
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	GER	390		37	6	43		43	31.12.2019
Britz	Werner	Aurich	GER	226		38	4	42		44	31.12.2019
Neumann	Klaus	Stuttgart	GER	53		31	11	42		44	31.12.2019
Fischer	Marc	Salzgitter	GER	355		24	17	41		46	31.12.2019
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	GER	346		37	4	41		46	31.12.2019
Dehling	Sascha	Berlin	GER	526		21	19	40	1.)	48	31.12.2019
Eisele	Gabriele	Rendsburg	GER	354		20	20	40		48	31.12.2019
Spiekermann	Peter	Melle	GER	462		29	11	40		48	31.12.2019
von Palombini	Jobst	Bückeberg	GER	29		39	1	40		48	31.12.2019
Sandelmann	Monika	Wilhelmshaven	GER	499		29	9	38		52	31.12.2019
Ziegler	Sven	Ratingen	GER	433		23	15	38		52	31.12.2019
Braun	Helmut	Bielefeld	GER	192		36	1	37		54	31.12.2019
Heinig	Marcel	Berlin	GER	186		26	11	37		54	31.12.2019
Honing	Gijs	Blokker	NED	128		36	1	37		54	31.12.2019
Rosieka	Helmut	Bremen	GER	194		19	18	37		54	31.12.2019
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	GER	202		31	6	37		54	31.12.2019
Böttjer	Winfried	Bremen	GER	358		24	12	36		59	31.12.2019
Cavaleiro	Peer	Viersen	GER	292		23	13	36		59	30.06.2019
Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	GER	248		23	13	36		59	30.06.2019
Reuter	Jürgen	Lebach	GER	487		20	16	36		59	31.12.2019
Sandelmann	Dieter	Wilhelmshaven	GER	500		26	10	36		59	31.12.2019
Hahn	Alexander	Lensahn	GER	524	A	32	3	35	1.)	64	31.12.2019
Schulte	Thorsten	Quickborn	GER	431		20	15	35		64	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Törber	Martin	Hamburg	GER	485		32	2	34		66	31.12.2019
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	GER	357		20	13	33		67	31.12.2019
Bremer	Andreas	Witten	GER	468		31	1	32		68	31.12.2019
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	GER	17		25	7	32		68	31.12.2019
Ostapenko	Tanya	Göttingen	USA	491		18	14	32		68	31.12.2019
Koenig	Jörg	Stade	GER	222		3	28	31		71	31.12.2019
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	GER	171		31	0	31		71	31.12.2019
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	GER	288		28	2	30		73	31.12.2019
Klatt	Detlef	Leverkusen	GER	439		29	1	30		73	31.12.2019
Kröling	Matthias	Köln	GER	514		17	13	30		73	31.12.2019
Luther	Heiko	Neunkirchen am Br.	GER	527		28	2	30	1.)	73	31.12.2019
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	GER	44		30	0	30		73	31.12.2019
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	GER	372		29	1	30		73	31.12.2019
Jungclaus	Frank	Wedemark	GER	413		14	15	29		79	31.12.2019
Tegge-Walderstein	Monika	Norderstedt	GER	477		18	11	29		79	31.12.2019
Hinz	Doris	Eckernförde	GER	486		19	9	28		81	31.12.2019
Lietz	Ralf	Wildeshausen	GER	453		16	12	28		81	31.12.2019
Rolfes	Maria	Lohne	GER	294		25	3	28		81	31.12.2019
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	GER	137		16	12	28		81	31.12.2019
Körner	Jens	Leipzig	GER	512		25	2	27		85	31.12.2019
Mütze	Willem	Heerlen	NED	254		11	16	27		85	30.06.2019
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	GER	122		13	13	26		87	31.12.2019
Schumacher	Gabi	Vechta	GER	445		13	13	26		87	31.12.2019
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	GER	233		19	7	26		87	31.12.2019
Dolezych	Steve	Obernholz	GER	482		21	4	25		90	31.12.2019
Kühl	Sabine	Alveslohe	GER	471		22	3	25		90	31.12.2019
Riedel	Andreas	Roßleben	GER	472		21	4	25		90	31.12.2019
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	GER	511		22	3	25		90	31.12.2019
Scheper	Thorsten	Langförden	GER	410		18	6	24		94	31.12.2019
Sembach	Markus	Kamen	GER	362		16	8	24		94	31.12.2019
Stoll	Winfried	Offenburg	GER	437		17	7	24		94	31.12.2019
Hussel	Patrick	Springe	GER	516		16	7	23		97	31.12.2019
Walendy	Andreas	Balingen	GER	479		20	3	23		97	31.12.2019
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	GER	403		17	5	22		99	31.12.2019
Fender	Norbert	Rutesheim	GER	336		17	5	22		99	31.12.2019
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	GER	450		21	1	22		99	31.12.2019
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	GER	443		22	0	22		99	31.12.2019
Franck	Arne	Kaltenkirchen	GER	175		21	0	21		103	31.12.2019
Leffler	Mirko	Suhl	GER	338		10	11	21		103	31.12.2019
Martin	Peter	Bad Hersfeld	GER	523		12	9	21	1.)	103	31.12.2019
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	GER	285		13	8	21		103	31.12.2019
Schmitz	Siegfried	Kiel	GER	57		18	3	21		103	31.12.2019
Merten	Torsten	Köln	GER	510		16	4	20		108	31.12.2019
Pöttger	Robert	Remshalden	GER	392		7	13	20		108	31.12.2019
Ramthun	Martina	Hamburg	GER	369		14	6	20		108	31.12.2019
Selent	Andrea	Hannover	GER	498		8	12	20		108	31.12.2019
Spatz	Erik	Hamburg	GER	505		17	3	20		108	31.12.2019
Würl	Hans	Rödinghausen	GER	320		16	4	20		108	31.12.2019
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	GER	196		19	0	19		114	31.12.2019
Fender	Birgit	Rutesheim	GER	335		15	4	19		114	31.12.2019
Spieker	Johann	Laar	GER	135		19	0	19		114	31.12.2019
Giersberg	Andreas	Bochum	GER	359		9	9	18		117	31.12.2019
Haschen	Jürgen	Kassel	GER	331		11	7	18		117	31.12.2019
Hesse	Jörn	Freden	GER	488		11	7	18		117	31.12.2019
Jaekel	Christoph	Hamburg	GER	467		16	2	18		117	31.12.2019
Mantel	Klaus	Fellbach	GER	480		11	7	18		117	31.12.2019
Punge	Wolfgang	Bünde	GER	343		14	4	18		117	31.12.2019
Randt	Christoph	Mannheim	GER	139		15	3	18		117	31.12.2019
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	SUI	260		17	1	18		117	31.12.2019
Roch	Karl	Oberhausen	GER	470		12	6	18		117	31.12.2019
Dickmann	Volker	Dinslaken	GER	344		7	10	17		126	31.12.2019
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	GER	264		4	13	17		126	31.12.2019
Hoffmann	Jens	Laasdorf	GER	456		9	8	17		126	31.12.2019
Weismann	Torsten	Breisach	GER	442		15	2	17		126	31.12.2019
Bultmann	Jürgen	Asendorf	GER	438		13	3	16		130	31.12.2019
Gerlach	Jörg	Bergkamen	GER	208		16	0	16		130	31.12.2019
Kuhlmei Dr.	Jürgen	Oldenburg	GER	43		16	0	16		130	31.12.2019
Niedeck	Tanja	Neuenkirchen	GER	495		4	12	16		130	31.12.2019
Rohwedder	Karl	Braunschweig	GER	334		8	8	16		130	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	GER	274		6	10	16		130	31.12.2019
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	GER	397		15	1	16		130	31.12.2019
Traeder	Martin	Hamburg	GER	307		8	8	16		130	31.12.2019
Heyer	Hermann	Winningen	GER	420		12	3	15		138	31.12.2019
Jäger	Hans	Mannheim	GER	444		5	10	15		138	30.06.2019
Komar	Ewald	Weinheim	GER	493		5	10	15		138	30.06.2019
Koczor	Carsten	Kreuztal	GER	496		13	2	15		138	31.12.2019
Kummer	Peter	Hamburg	GER	329		14	1	15		138	31.12.2019
Möhle	Marion	Darmstadt	GER	282		14	1	15		138	31.12.2019
Storz	Armin	Lichtenwald	GER	421		7	8	15		138	31.12.2019
Weber	Michael	Stuttgart	GER	87	E	10	5	15		138	31.12.2019
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	GER	451		14	0	14		146	31.12.2019
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	GER	490		13	1	14		146	31.12.2019
Huber	René	Ostrhauderfehn	GER	517		7	7	14	1.)	146	31.12.2019
Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	GER	492		8	6	14		146	31.12.2019
Hetzl	Hans-Jürgen	Ellerbek	GER	332		12	2	14		146	31.12.2019
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	GER	258		10	4	14		146	16.10.2019
Sachse	Matthias	Berlin	GER	384		12	2	14		146	31.12.2019
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	GER	395		10	3	13		153	31.12.2019
Giese	Kay	Buxtehude	GER	318		5	8	13		153	31.12.2019
Schacht	Torsten	Norderstedt	GER	162		13	0	13		153	31.12.2019
Schwengler	Franz	Nürnberg	GER	74		13	0	13		153	31.12.2019
Berka	Frank	Hamburg	GER	168		8	4	12		157	31.12.2019
Elster	Dieter Max	Buchum	GER	476		12	0	12		157	31.12.2019
Heeger	Peter	Rheine	GER	473		12	0	12		157	31.12.2019
Kellermann	Peter	Wentorf	GER	271		11	1	12		157	31.12.2019
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	GER	419		12	0	12		157	31.12.2019
Schulz	Jürgen	Weimar	GER	256		11	1	12		157	31.12.2019
Sweers	Ralf	Emden	GER	425		12	0	12		157	31.12.2019
Höper	Hanno	Lensahn	GER	387		7	4	11		164	31.12.2019
Klatt	Dirk	Montabaur	GER	290		10	1	11		164	31.12.2019
Reich	Dieter	Ahnatal	GER	436		11	0	11		164	31.12.2019
Schläger	Lars	Bielefeld	GER	388		9	2	11		164	30.06.2019
Winkler	Ingolf	Neuss	GER	309		9	2	11		164	31.12.2019
Willner	Peter	Steinfurt	GER	494		5	6	11		164	31.12.2019
Zeller	Gunther	Stuttgart	GER	484		4	7	11		164	31.12.2019
Busse	Thomas	Bernterode	GER	481		10	0	10		171	31.12.2019
Gaudi	Manfred	Bergen	GER	277		10	0	10		171	31.12.2019
Gierse	Gerold	Wildeshausen	GER	79		9	1	10		171	31.12.2019
Hajek	Verena	Köln	GER	503		10	0	10		171	31.12.2019
Köhn	Erika	Tangstedt	GER	272		9	1	10		171	31.12.2019
Loger	Gerhard	Oldenburg	GER	378		6	4	10		171	31.12.2019
Neumeister	Klaus	Gladenbach	GER	13		9	1	10		171	31.12.2019
Schremmer	Gerd	Plauen	GER	363		6	4	10		171	31.12.2019
Schwien	Reinhard	Wesseln	GER	460		10	0	10		171	31.12.2019
Szarvas	Markus	Sonsbeck	GER	424		10	0	10		171	31.12.2019
Graubner	Rolf	Hamburg	GER	375		7	2	9		181	31.12.2019
Orth	Peter	Vellmar	GER	426		8	1	9		181	31.12.2019
Pitz	Markus	Bad Driburg	GER	406		6	3	9		181	31.12.2019
Porstner	Crispin	Bremen	GER	455		4	5	9		181	31.12.2019
Raulf	Martin	Winsen Luhe	GER	396		8	1	9		181	31.12.2019
Sporleder	Ole	Hamburg	GER	152		5	4	9		181	31.12.2019
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	GER	232		4	5	9		181	31.12.2019
Retzlaff	Harald	Bochum	GER	341		5	3	8		188	31.12.2019
Richter	Michael	Braunschweig	GER	157		4	4	8		188	31.12.2019
Risch	Joachim	Köln	GER	360		4	4	8		188	31.12.2019
Schlosser	Jens	Bennewitz	GER	430		8	0	8		188	31.12.2019
Vollmer	Ralf	Buxtehude	GER	255		6	2	8		188	31.12.2019
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	GER	399		10	0	7		193	31.12.2019
Felser	Klaus	Bellheim	GER	463		7	0	7		193	31.12.2019
Heyer	Günter	Kiel	GER	212		7	0	7		193	31.12.2019
Hirschberger	Torsten	Hannover	GER	125		4	3	7		193	31.12.2019
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	GER	366		7	0	7		193	31.12.2019
Krauss	Roland	Kammerstein	GER	408		6	1	7		193	31.12.2019
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	GER	269		6	1	7		193	31.12.2019
Pflügler	Christian	Telgte	GER	253		3	4	7		193	31.12.2019
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	GER	411		6	0	6		201	31.12.2019
Koll	Helmut	Bonn	GER	460		6	0	6		201	02.11.2019
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	GER	400		2	4	6		201	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Lehner	Martin	Bayreuth	GER	435		6	0	6		201	31.12.2019
Neumann	Bernd	Vellmar	GER	345		6	0	6		201	31.12.2019
Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	GER	525	A	3	3	6		201	31.12.2019
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	GER	293		6	0	6		201	31.12.2019
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	GER	393		5	1	6		201	31.12.2019
Eberle	Gunla	Seevetal	GER	179		3	2	5		209	31.12.2019
Gruhn	Frank	Salzgitter	GER	376		4	1	5		209	31.12.2019
Möck	Wolfgang	Linkenheim	GER	207		5	0	5		209	31.12.2019
Preine	Gerrit	Bomlitz	GER	383		5	0	5		209	31.12.2019
Reich	Daniel	Romanshorn	SUI	315	A	5	0	5		209	31.12.2019
Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	GER	465		3	2	5		209	31.12.2019
Bicher	Stefan	Berlin	GER	276		1	3	4		215	31.12.2019
Clausen	Jürgen	Nübel	GER	374		4	0	4		215	31.12.2019
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	GER	160		4	0	4		215	31.12.2019
Nolte	Dirk	Schwerte	GER	449		4	0	4		215	31.12.2019
Pünjer	Peter	Buxtehude	GER	475		4	0	4		215	31.12.2019
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	GER	291		0	4	4		215	31.12.2019
Themm	Thorsten	Nortorf	GER	95		1	3	4		215	31.12.2019
Weidemann	Friedhelm	Sassenburg-Stüde	GER	16		4	0	4		215	31.12.2019
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	GER	217		3	0	3		223	31.12.2019
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	GER	337		2	1	3		223	31.12.2019
Liegmann	Günter	Osnabrück	GER	319		2	1	3		223	31.12.2019
Pielke	Thomas	Kummerfeld	GER	361		3	0	3		223	31.12.2019
Biallas	Jürgen	Iserlohn	GER	148		0	2	2		227	31.12.2019
Boenigk	Luzie	Berlin	GER	429		2	0	2		227	30.06.2019
Frank	Rolf	Hohenaspe	GER	6		0	2	2	1.)	227	31.12.2019
Froonhoff	Rob	Amersfoort	NED	119		1	1	2		227	30.06.2019
Graebel	Gunther	Duisburg	GER	448		2	0	2		227	31.12.2019
Heilers	Florian	Düsseldorf	GER	373		2	0	2		227	31.12.2019
Slaaf	Sjoerd	Groningen	NED	99		2	0	2		227	31.12.2019
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	GER	211		0	2	2		227	31.12.2019
Werz	Renate	Offenburg	GER	203		2	0	2		227	31.12.2019
Barthelmann	Joachim	Koblenz	GER	191		0	1	1		236	31.12.2019
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	GER	314		1	0	1		236	31.12.2019
Dreiser	Timo	Dintenheim	GER	415		1	0	1		236	31.12.2019
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	GER	452		1	0	1		236	31.12.2019
Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	GER	404		1	0	1		236	31.12.2019
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	GER	224		1	0	1		236	30.06.2019
Labs	Michael	Berlin	GER	322		0	1	1		236	31.12.2019
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	GER	386		1	0	1		236	31.12.2019
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	GER	2	E	1	0	1		236	30.06.2019
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	GER	381		1	0	1		236	31.12.2019
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	GER	412		1	0	1		236	31.12.2019
Rohde	Klaus	Jena	GER	33		1	0	1		236	31.12.2019
Seitz	Bernd	Regensburg	GER	55		1	0	1		236	06.08.2019
						4.709	1.545	6.251			
Summe:						M	U	M + U			31.12.2019

Gesamtstatistik per 31.12.2019 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1		2381	464	2.845		1	31.12.2019
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	E	1392	830	2.222		2	31.12.2019
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254		681	1007	1.688		3	30.06.2019
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	E/I	1189	430	1.619		4	30.06.2019
Wallesch	René	Geesthacht	1972	GER	12		1066	291	1.357		5	31.12.2019
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42		1156	155	1.311		6	30.06.2019
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103		944	288	1.232		7	31.12.2019
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53		541	575	1.116		8	31.12.2019
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118		874	188	1.062		9	31.12.2019
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99		865	138	1.003		10	31.12.2019
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115		687	298	985		11	31.12.2019
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116		701	270	971		12	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257		744	186	930		13	31.12.2019
Mol	Ben	Almere	1949	NED	37		681	207	888		14	31.12.2019
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137		531	287	818		15	31.12.2019
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202		492	319	811		16	31.12.2019
Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458		599	211	810		17	31.12.2019
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308		544	253	797		18	31.12.2019
von Palombini	Jobst	Bückeberg	1969	GER	29		588	208	796		19	31.12.2019
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148		300	481	781		20	31.12.2019
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194		541	208	749		21	31.12.2019
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237		404	327	731		22	31.12.2019
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128		503	210	713		23	31.12.2019
Koenig	Jörg	Stade	1949	GER	222		280	417	697		24	31.12.2019
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323		567	118	685		25	31.12.2019
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172		627	54	681		26	31.12.2019
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124		577	103	680		27	31.12.2019
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43		537	108	645		28	31.12.2019
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122		328	290	618		29	31.12.2019
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328		440	167	607		30	31.12.2019
Komar	Ewald	Weinheim	1950	GER	493		190	409	599		31	30.06.2019
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44		479	111	590		32	31.12.2019
Cavaleiro	Peer	Viersen	1981	GER	292		373	206	579		33	30.06.2019
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135		468	108	576		34	31.12.2019
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10		439	127	566		35	31.12.2019
Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	P	364	185	549		36	31.12.1999
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	1960	GER	211		474	75	549		36	31.12.2019
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17		496	39	535		38	31.12.2019
Christensen	Claus Ø	Rudkobing	1960	DEN	316		510	24	534		39	31.12.2017
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241		324	205	529		40	31.12.2017
Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95		262	266	528		41	31.12.2019
Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192		493	28	521		42	31.12.2019
Rösner	Karl-Ernst	Haan	1938	GER	8	P	356	154	510		43	30.06.2019
Dolphin	Bob	Renton	1929	USA	104		458	44	502		44	31.12.2014
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466		424	77	501		45	31.12.2019
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434		466	33	499		46	31.12.2019
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233		328	164	492		47	31.12.2019
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287		266	224	490		48	31.12.2019
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152		392	79	471		49	31.12.2019
Rohwedder	Karl	Braunschweig	1955	GER	334		216	244	460		50	31.12.2019
Cavaleiro Prof.	Claudia	Viersen	1970	GER	248		342	116	458		51	30.06.2019
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171		425	23	448		52	31.12.2019
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196		377	65	442		53	31.12.2019
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139		385	54	439		54	31.12.2019
Petersen	Harald	Kiel	1943	GER	106		361	77	438		55	31.12.2018
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440		267	166	433		56	31.12.2019
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409		345	86	431		57	31.12.2019
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57		330	97	427		58	31.12.2019
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208		298	128	426		59	31.12.2019
Frank	Rolf	Hohenaspe	1937	GER	6		318	104	422	1.)	60	31.12.2019
Barthelmann	Joachim	Koblenz	1949	GER	191	I	233	184	417		61	31.12.2019
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212		368	48	416		62	31.12.2019
Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100	I	383	33	416		62	31.12.2016
Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186		222	192	414		64	31.12.2019
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422		363	45	408		65	31.12.2019
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269		355	50	405		66	31.12.2019
Jost	Karl-Heinz	Kiel	1937	GER	48		244	156	400		67	1937-2016
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288		353	44	397		68	31.12.2019
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389		314	83	397		68	31.12.2019
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432		261	131	392		70	31.12.2019
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119		307	84	391		71	30.06.2019
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294		317	73	390		72	31.12.2019
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398		290	98	388		73	31.12.2019
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217		253	130	383		74	31.12.2019
Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457		336	31	367		75	22.09.2019

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356		146	221	367		75	31.12.2019
Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468		359	4	363		77	31.12.2019
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385		294	66	360		78	31.12.2019
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320		234	126	360		78	31.12.2019
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	E	321	37	358		80	31.12.2019
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255		269	87	356		81	31.12.2019
Gino	Paolo	Novara	1961	ITA	380		319	35	354		82	31.12.2017
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226		300	51	351		83	31.12.2019
Kleinekoort	Hans	Soest	1939	NED	[327]		297	54	351		83	1939-2018
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	1971	GER	349		319	31	350		85	30.06.2018
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285		258	91	349		86	31.12.2019
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168		232	111	343		87	31.12.2019
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232		149	193	342		88	31.12.2019
Sonntag	Werner	Ostfildern	1926	GER	3	E /	190	149	339		89	31.12.2010
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355		287	49	336		90	31.12.2019
Szlachetka	Barbara	Hamburg	1956	POL	28	E	279	57	336		90	1956-2005
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351		183	150	333		92	31.12.2019
Werz	Renate	Offenburg	1947	GER	203		306	24	330		93	31.12.2019
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346		289	40	329		94	31.12.2019
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375		251	75	326		95	31.12.2019
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223	I	314	11	325		96	31.12.2017
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179		251	73	324		97	31.12.2019
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301		304	20	324		97	31.12.2019
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13		278	42	320		99	31.12.2019
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342		284	34	318		100	31.12.2019
Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32	I	215	102	317		101	31.12.2017
Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74		314	0	314		102	31.12.2019
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319		183	129	312		103	31.12.2019
Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273		270	41	311		104	31.12.2019
Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114	I	287	19	306		105	31.12.2015
Weidemann	Friedhelm	Sassenburg-Stüde	1959	GER	16		268	37	305		106	31.12.2019
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367		243	58	301		107	31.12.2019
Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9		260	39	299		108	30.06.2014
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175		295	0	295		109	31.12.2019
Gehrke	Lothar	Hamburg	1939	GER	85	E	266	29	295		109	1939-2010
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79		200	93	293		111	31.12.2019
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276		146	144	290		112	31.12.2019
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260		252	37	289		113	31.12.2019
Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253		184	103	287		114	31.12.2019
Neuhaus	Joachim	Hamburg	1959	GER	321		251	31	282		115	1959-2016
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372		257	23	280		116	31.12.2019
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369		173	105	278		117	31.12.2019
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274		114	164	278		117	31.12.2019
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427		185	89	274		119	31.12.2019
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272		250	24	274		119	31.12.2019
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264		129	144	273		121	31.12.2019
Vajen	Heino	Osterholz-Scharmb.	1963	GER	446		228	45	273		121	31.12.2019
Wolf	Dieter	Röpersdorf	1939	GER	15	P	249	23	272		123	31.12.2013
Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296		270	0	270		124	30.06.2017
Loeber	Ralf	Bornheim	1977	GER	414		258	11	269		125	31.12.2019
Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307		209	60	269		125	31.12.2019
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390		225	41	266		127	31.12.2019
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345		259	5	264		128	31.12.2019
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358		177	84	261		129	31.12.2019
Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55		108	153	261		129	06.08.2019
Sesterheim	Bernhard	Trier	1945	GER	121		174	87	261		129	31.12.2009
Nielsen	Michael	Broby	1970	DEN	311		214	43	257		132	07.07.2012
Schiebel	Thomas	Dresden	1954	GER	84		210	47	257		132	1954-2006
Schlüter	Gabriel	Hatzenbühl	1949	GER	220		104	149	253		134	1949-2016
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244		233	18	251		135	30.06.2017
Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270		177	74	251		135	31.12.2011
Rüdig	Otmar	Neuwied	1943	GER	89		154	97	251		135	31.12.2015
Serafin	Reinhold	Gießen	1934	GER	56		172	76	248		138	1934-2015

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Schwarz	Konrad	Barmstedt	1956	GER	62		188	57	245		139	31.12.2009
Schläger	Lars	Bielefeld	1984	GER	388		122	122	244		140	30.06.2019
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329		204	38	242		141	31.12.2019
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282		188	53	241		142	31.12.2019
Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325		197	43	240		143	31.12.2017
Kießling	Achim	München	1939	GER	65		224	16	240		143	31.12.2006
Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354		171	67	238		145	31.12.2019
Frenken	Han	Stein	1962	NED	93		144	94	238		145	31.12.2012
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290		182	56	238		145	31.12.2019
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256		171	66	237		148	31.12.2019
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332		192	42	234		149	31.12.2019
Hoffmann	Frank	Horneburg	1964	GER	371		221	11	232		150	31.12.2018
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271		196	35	231		151	31.12.2019
Dickmann	Volker	Dinslaken	1966	GER	344		83	145	228		152	31.12.2019
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357		151	76	227		153	31.12.2019
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338		113	111	224		154	31.12.2019
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157		152	71	223		155	31.12.2019
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336		109	112	221		156	31.12.2019
Schulte	Thorsten	Quickborn	1992	GER	431		138	79	217		157	31.12.2019
Tauber	Lothar	Zwickau	1935	GER	68		196	20	216		158	1935-2018
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396		168	47	215		159	31.12.2019
Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33		183	32	215		159	31.12.2019
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413		127	87	214		161	31.12.2019
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331		168	45	213		162	31.12.2019
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335		109	103	212		163	31.12.2019
Littwin	Rüdiger	Dorsten	1953	GER	306		144	68	212		163	31.12.2016
Fehling	Christian	Marschacht	1971	GER	340		178	29	207		165	31.12.2016
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343		167	40	207		165	31.12.2019
Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281		161	46	207		165	31.12.2018
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403		153	52	205		168	31.12.2019
Bellwart	Günter	Sassenburg-Stüde	1941	GER	142	I	199	5	204		169	31.12.2017
Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178		199	5	204		169	31.12.2013
Schneider	Sabine	Hachenburg	1963	GER	201	P	188	13	201		171	31.12.2010
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362		151	47	198		172	31.12.2019
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125		123	73	196		173	31.12.2019
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207		151	44	195		174	31.12.2019
Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359		116	77	193		175	31.12.2019
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436		193	0	193		175	31.12.2019
Westphal	Hans-	Berlin	1957	GER	393		159	34	193		175	31.12.2019
Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225		151	41	192		178	30.06.2019
Jung	Helmut	Kaltenkirchen	1935	GER	174		190	2	192		178	1935-2007
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408		116	74	190		180	31.12.2019
Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7		175	13	188		181	31.12.2007
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160		166	22	188		181	31.12.2019
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433		118	67	185		183	31.12.2019
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445		89	94	183		184	31.12.2019
Heyer	Hermann	Winningen	1960	GER	420		115	67	182		185	31.12.2019
Kohl	Heinz-Helmuth	Drochtersen-Assel	1947	GER	268		127	54	181		186	31.12.2019
Wolfgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339		167	14	181		186	31.12.2017
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426		162	18	180		188	31.12.2019
Reh	Hubertus	Bad Krozingen	1935	GER	18		160	19	179		189	31.12.2011
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277		164	13	177		190	31.12.2019
Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11		137	39	176		191	31.12.2015
Peñalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279		135	41	176		191	31.12.2018
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	1964	GER	451		174	1	175		193	31.12.2019
Isman	Dehen	Aachen	1967	AUT	469		156	19	175		193	31.12.2019
Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185		150	25	175		193	31.12.2015
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453		93	82	175		193	31.12.2019
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384		159	15	174		197	31.12.2019
Willems	André	Troisdorf	1967	GER	108		148	26	174		197	31.12.2010
Steinberg	Antonius	LenneStadt	1947	GER	24	P	165	8	173		199	31.12.2014
SchmidtKonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291		115	56	171		200	31.12.2019
Datzmann	Helmut	Roth	1946	GER	198	I	111	57	168		201	30.06.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Descombes	Michel	Ebsdorfergrund	1941	GER	275		168	0	168		201	31.12.2009
Hummel	Helmut	Waldkirch	1942	GER	97		153	15	168		201	31.12.2007
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216		141	26	167		204	31.12.2018
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366		159	8	167		204	31.12.2019
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360		80	87	167		204	31.12.2019
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410		128	39	167		204	31.12.2019
Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58		123	43	166		208	31.12.2014
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392		67	99	166		208	31.12.2019
Gaemlich	Bernd	Düsseldorf	1959	GER	64		158	6	164		210	31.12.2013
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373		126	36	162		211	31.12.2019
Spiekermann	Peter	Melle	1954	GER	462		125	37	162		211	31.12.2019
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397		158	3	161		213	31.12.2019
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363		126	34	160		214	31.12.2019
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437		126	32	158		215	31.12.2019
Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487		105	52	157		216	31.12.2019
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442		124	33	157		216	31.12.2019
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	1975	GER	400		82	74	156		218	31.12.2019
Larimo	Tapani	Seinäjoki	1950	FIN	120	I	155	0	155		219	31.12.2018
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162		143	12	155		219	31.12.2019
Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230		141	12	153		221	30.06.2015
Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318		81	71	152		222	31.12.2019
Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238		152	0	152		222	12.08.2014
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395		112	39	151		224	31.12.2019
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378		112	39	151		224	31.12.2019
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439		139	11	150		226	31.12.2019
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424		120	30	150		226	31.12.2019
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293		111	38	149		228	31.12.2019
Waßmer	Alfred	Aßlar / Werdorf	1959	GER	163	I	104	45	149		228	31.12.2014
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438		90	57	147		230	31.12.2019
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	1967	GER	386		102	44	146		231	31.12.2019
Meikstat	Gunnar	Berlin	1981	GER	489		76	70	146		231	31.12.2019
Schmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417		135	11	146		231	31.12.2018
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374		98	46	144		234	31.12.2019
Liszewitz	Dagmar	Köln	1962	GER	210		61	83	144		234	1962-2017
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383		125	19	144		234	31.12.2019
Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514		69	74	143		237	31.12.2019
Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92		80	62	142		238	31.12.2003
Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376		94	48	142		238	31.12.2019
Halder	Roland	Köln	1970	GER	302		60	81	141		240	30.06.2012
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387		93	48	141		240	31.12.2019
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425		128	12	140		242	31.12.2019
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	1982	GER	278		119	21	140		242	31.12.2017
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443		138	1	139		244	31.12.2019
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361		133	5	138		245	31.12.2019
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456		64	73	137		246	31.12.2019
Scheer	Oliver	Hamburg	1967	GER	165		87	50	137		246	31.12.2016
Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134		102	34	136		248	31.12.2007
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419		106	30	136		248	31.12.2019
Albrecht	Dieter	Gerlingen	1941	GER	377		45	90	135		250	31.12.2019
Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486		86	49	135		250	31.12.2019
Mehl	Wojciech Pi-	Stockelsdorf	1951	GER	450		130	5	135		250	31.12.2019
Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195		90	45	135		250	31.12.2009
Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341		79	56	135		250	31.12.2019
Witting Dr.	Alfred	Wuppertal	1956	GER	229		82	53	135		250	30.06.2010
Danielsen	Finn	Hong	1954	DEN	447		133	1	134		256	11.10.2017
Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51		102	32	134		256	31.12.2007
Haßlinger	Johannes	Marklohe	1978	GER	364		104	29	133		258	30.06.2014
Liedtke	Otto	Gifhorn	1960	GER	176		108	25	133		258	1960-2012
Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501		117	15	132		260	31.12.2019
Dehling	Sascha	Berlin	1977	GER	526		74	58	132	1.)	260	31.12.2019
Hennecke	Hans-	Königsutter	1971	GER	464		109	23	132		260	31.12.2018
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444		83	48	131		263	30.06.2019
Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471		125	6	131		263	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472		112	19	131		263	31.12.2019
Bieler	Michael	Berlin	1978	GER	502		113	17	130		266	31.12.2019
Korölus	Markus	Freiburg	1993	GER	324		107	23	130		266	31.12.2014
Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246		116	14	130		266	31.12.2009
Ostapenko	Tanya	Göttingen	1984	USA	491		87	43	130		266	31.12.2019
Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467		117	12	129		270	31.12.2019
Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49	I	42	87	129		270	30.06.2014
Tegge-Walder-	Monika	Norderstedt	1968	GER	477		103	26	129		270	31.12.2019
Albrecht	Bernd	Schwalmstadt	1940	GER	284		69	58	127		273	30.06.2010
Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159		121	6	127		273	31.12.2005
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421		76	51	127		273	31.12.2019
Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485		122	5	127		273	31.12.2019
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309		109	18	127		273	31.12.2019
Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101		104	22	126		278	30.06.2016
Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283		101	25	126		278	29.03.2016
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411		125	0	125		280	31.12.2019
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441		101	23	124		281	31.12.2019
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224		100	24	124		281	31.12.2019
Labs	Michael	Berlin	1961	GER	322		92	32	124		281	31.12.2019
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	1948	GER	412		95	28	123		284	31.12.2019
Schöll	Martin	Augsburg	1972	GER	370		120	3	123		284	31.12.2017
Schwieen	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460		114	9	123		284	31.12.2019
Walendy	Andreas	Balingen	1982	GER	479		113	10	123		284	31.12.2019
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482		99	23	122		288	31.12.2019
Reuter	Reinhard	Neustadt	1962	GER	407		116	5	121		289	31.12.2017
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430		118	3	121		289	31.12.2019
Mohr	Johannes	Mörfelden	1934	GER	126		82	38	120		291	1934-2018
Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406		104	16	120		291	31.12.2019
Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470		73	47	120		291	31.12.2019
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151		51	68	119		294	23.07.2018
Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463		103	16	119		294	31.12.2019
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337		88	31	119		294	31.12.2019
Luther	Heiko	Neunkirchen am B.	1966	GER	527		111	8	119	1.)	294	31.12.2019
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314		118	0	118		298	31.12.2019
Dreiser	Timo	Dintenheim	1966	GER	415		96	21	117		299	31.12.2019
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473		117	0	117		299	31.12.2019
Henke	Peter	Münsterdorf	1963	GER	365		98	19	117		299	31.12.2019
Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429		83	33	116		302	31.12.2019
Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488		72	44	116		302	31.12.2019
Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295		114	2	116		302	31.12.2017
Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250	I	108	8	116		302	30.06.2018
Szlachta	Richie	Witten	1952	GER	347		116	0	116		302	05.07.2014
Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435		108	6	114		307	31.12.2019
Niedeck	Tanja	Neuenkirchen	1975	GER	495		39	75	114		307	31.12.2019
Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219		102	12	114		307	31.12.2007
Brandl	Johannes	Berlin	1981	GER	352		88	25	113		310	30.06.2014
Elster	Dieter Max	Buchum	1956	GER	476		113	0	113		310	31.12.2019
Richter	Andreas	Bonn	1970	GER	379	P	62	51	113		310	30.06.2018
Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	1970	GER	492		69	43	112		313	31.12.2019
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454		111	1	112		313	31.12.2019
Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259		100	11	111		315	31.12.2009
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399		111	0	111		315	31.12.2019
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490		90	21	111		315	31.12.2019
Nolte	Dirk	Schwerte	1982	GER	449		91	20	111		315	31.12.2019
Sandelmann	Monika	Wilhelmshaven	1957	GER	499		68	43	111		315	31.12.2019
Merten	Torsten	Köln	1977	GER	510		90	20	110		320	31.12.2019
Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147		110	0	110		320	31.12.2007
Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512		101	8	109		322	31.12.2019
Porstner	Crispin	Bremen	1987	GER	455		60	49	109		322	31.12.2019
Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	1945	GER	465		70	39	109		322	31.12.2019
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511		97	12	109		322	31.12.2019
Selent	Andrea	Hannover	1966	GER	498		56	53	109		322	31.12.2019
Willner	Peter	Steinfurt	1951	GER	494		67	42	109		322	31.12.2019

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand	
Pünjer	Peter	Buxtehude	1948	GER	475		105	3	108		328	31.12.2019	
Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448		107	0	107		329	31.12.2019	
Hussel	Patrick	Springe	1980	GER	516		75	32	107		329	31.12.2019	
Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513		84	23	107		329	31.12.2019	
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	1944	GER	381		92	15	107		329	31.12.2019	
Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505		96	11	107		329	31.12.2019	
Frey	Jürgen	Otterndorf	1971	GER	394		83	23	106		334	16.05.2015	
Koch	Steven	Meiningen	1979	GER	140		79	27	106		334	30.06.2014	
Koll	Helmut	Bonn	1955	GER	460		101	5	106		334	02.11.2019	
Schulte	Uli	Schwanewede	1955	GER	111	I	71	35	106		334	30.06.2015	
Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481		104	1	105		338	31.12.2019	
Kotman	Gerhard	Schüttorf	1956	GER	311	I	80	25	105		338	30.06.2014	
August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520		95	10	105	1.)	338	31.12.2019	
Stein	Elmar	Weimar-Wolfs-	1950	GER	262		103	2	105		338	31.12.2013	
Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484		57	48	105		338	31.12.2019	
Dembeck	Ralf	Lamstedt	1970	GER	518		75	29	104		343	31.12.2019	
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	1957	GER	452		86	18	104		343	31.12.2019	
Hajek	Verena	Köln	1952	GER	503		104	0	104		343	31.12.2019	
Lange Dr.	Hans-Jürgen	Rellingen	1950	GER	251	P	104	0	104		343	31.12.2016	
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480		42	62	104		343	31.12.2019	
Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517		72	31	103	1.)	348	31.12.2019	
Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496		73	30	103		348	31.12.2019	
Sandelmann	Dieter	Wilhelmshaven	1953	GER	500		63	40	103		348	31.12.2019	
Scherer	Rainer	München	1943	GER	298	I	103	0	103		348	30.06.2014	
Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	1955	GER	404	I	93	8	101		352	31.12.2019	
Müller	Gerd	Havelberg	1948	GER	402	I	76	25	101		352	31.12.2017	
Theuerkorn	Thomas	Bielefeld	1961	GER	423		95	6	101		352	30.06.2018	
Berkmann	Thomas	Hannover	1968	GER	478		71	29	100		355	31.12.2018	
Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96	I	70	30	100		355	30.06.2014	
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258		81	19	100		355	16.10.2019	
Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523		66	34	100	1.)	355	31.12.2019	
Seeliger	Wolfhard	Brandenburg	1959	GER	382		69	31	100		355	1959-2018	
Stahlberg	Kirsten	Hamburg	1971	GER	416		86	14	100		355	24.04.2016	
Thomé	Niko	Koblenz	1966	GER	348		100	0	100		355	26.10.2013	
Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	1959	GER	525	A	51	43	94	1.)	362	31.12.2019	
Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524	A	75	5	80	1.)	363	31.12.2019	
Liebethruth	Horst	Uetze	1964	GER	353	A	56	3	59		364	30.06.2014	
Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	A	53	3	56		365	31.12.2007	
Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	A	56	0	56		365	30.06.2017	
Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	A	44	6	50		367	31.12.2009	
Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	A	44	0	44		368	31.12.2019	
Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	A	17	26	43		369	31.12.2008	
Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	A	41	1	42		370	31.12.2013	
Jäger	Nicole	Herne	1970	GER	205	A	39	2	41		371	30.06.2013	
Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	A	13	26	39		372	31.12.2009	
Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	A	30	0	30		373	30.06.2007	
Bauer	Henrik	Bredenbek	1968	GER	239	A	25	1	26		374	31.12.2012	
							78663	26046	104709				
Summe über alle Läufe:							M	U	M+U	31.12.2019			

A = Anwärter E = Ehrenmitglied I = zurzeit inaktiv P = Passives Mitglied

1) Listen liegen vor, aber Mitglied erst nach dem 31.12.2019
verstorben

Best Five 2019 altersbereinigt (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	3:17	3:22	3:28	3:28	3:29	17:06:58	3:25	2:51
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	1964	GER	451	3:11	3:17	3:25	3:25	3:26	16:47:15	3:21	2:52
Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505	3:06	3:09	3:13	3:14	3:16	15:59:16	3:11	2:53
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139	3:37	3:41	3:45	3:46	3:48	18:39:59	3:44	2:54
Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488	3:01	3:02	3:11	3:13	3:16	15:44:54	3:08	2:56
Lehner	Martin	Beyreuth	1963	GER	435	3:19	3:23	3:33	3:33	3:35	17:23:50	3:28	2:57
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	3:38	3:39	3:41	3:42	3:44	18:27:36	3:41	2:57
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	3:31	3:36	3:36	3:37	3:38	18:01:11	3:36	3:00
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	4:45	4:46	4:46	4:51	4:52	24:01:48	4:48	3:01
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	3:48	3:49	3:54	4:00	4:00	19:33:13	3:54	3:01
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422	3:14	3:16	3:16	3:22	3:24	16:34:00	3:18	3:01
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	2:58	3:03	3:04	3:04	3:07	15:17:22	3:03	3:01
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	3:27	3:35	3:36	3:37	3:41	17:58:52	3:35	3:01
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	3:28	3:39	3:29	3:30	3:31	17:40:08	3:32	3:03
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409	3:57	3:57	3:58	4:01	4:04	19:59:54	3:59	3:04
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	3:49	3:59	4:00	4:10	4:13	20:14:19	4:02	3:06
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444	3:26	3:27	3:28	3:30	3:39	17:32:42	3:30	3:07
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	3:45	3:48	3:48	3:51	3:55	19:10:04	3:50	3:07
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387	3:48	3:49	4:01	4:11	4:12	20:03:43	4:00	3:07
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269	3:20	3:24	3:28	3:43	4:05	18:02:00	3:36	3:07
Jaekel	Christop	Hamburg	1973	GER	467	3:18	3:22	3:23	3:26	3:27	16:58:23	3:23	3:08
Schwien	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460	3:41	3:45	3:48	3:48	3:49	18:54:00	3:46	3:09
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	3:43	3:49	3:52	3:54	3:57	19:17:05	3:51	3:09
Vajen	Heino	Osterholz-Scharmb.	1963	GER	446	3:25	3:41	3:46	3:50	3:51	18:35:44	3:43	3:09
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411	3:44	3:50	3:50	4:02	4:04	19:31:52	3:54	3:09
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385	3:51	3:53	3:58	4:11	4:12	20:07:04	4:01	3:10
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	5:35	5:39	5:54	5:54	5:55	28:59:31	5:47	3:11
Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359	3:45	3:46	3:50	3:50	3:54	19:06:34	3:49	3:11
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426	4:29	4:34	4:39	4:49	4:55	23:28:29	4:41	3:11
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421	3:30	3:37	3:45	4:14	4:17	19:26:30	3:53	3:12
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	3:43	3:50	3:52	3:54	3:55	19:16:31	3:51	3:14
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	3:22	3:37	3:42	3:44	3:46	18:12:43	3:38	3:17
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	4:04	4:06	4:09	4:10	4:21	20:51:58	4:10	3:17
von Palombini	Jobst	Bückeburg	1969	GER	29	3:28	3:39	3:48	3:50	3:57	18:44:15	3:44	3:17
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	4:12	4:13	4:21	4:27	4:28	21:43:41	4:20	3:19
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	4:15	4:20	4:26	4:27	4:29	21:58:45	4:23	3:19
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	3:48	3:49	3:49	3:54	3:54	19:16:43	3:51	3:20
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116	4:28	4:36	4:42	4:48	4:45	23:21:30	4:40	3:20
Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472	3:27	3:28	3:30	3:32	3:34	17:35:55	3:31	3:20
Spiekermann	Peter	Melle	1954	GER	462	4:03	4:27	4:17	4:19	4:22	21:30:13	4:18	3:21
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255	3:45	3:53	4:01	4:07	4:08	19:56:50	3:59	3:21
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427	3:16	3:19	3:23	3:23	3:27	16:51:12	3:22	3:22
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	3:53	3:54	3:56	3:57	3:59	19:40:52	3:56	3:22
Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512	3:30	3:45	3:46	3:47	3:52	18:42:43	3:44	3:26
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393	4:14	4:27	4:31	4:47	5:00	23:02:30	4:36	3:26
Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470	3:47	3:48	4:03	4:19	4:21	20:19:57	4:03	3:27
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43	5:33	5:34	5:40	5:42	5:44	28:14:53	5:38	3:27
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363	4:25	4:41	4:41	4:48	4:50	23:29:55	4:41	3:27
Loeber	Ralf	Bornheim	1977	GER	414	3:22	4:23	3:25	3:27	3:28	18:07:57	3:37	3:28
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	3:57	4:04	4:10	4:28	4:32	21:14:54	4:14	3:28
Merten	Torsten	Köln	1977	GER	510	3:28	3:33	3:38	3:43	3:44	18:09:22	3:37	3:28
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436	5:07	5:08	5:10	5:10	5:24	26:02:04	5:12	3:28
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207	4:31	4:35	4:38	4:41	4:55	23:21:50	4:40	3:29
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309	3:37	3:44	3:51	3:52	3:54	19:01:23	3:48	3:29
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294	4:21	4:23	4:29	4:35	4:37	22:26:48	4:29	3:29
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437	3:55	3:59	4:08	4:09	4:10	20:25:55	4:05	3:30
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285	4:32	4:44	4:44	4:51	5:20	24:13:10	4:50	3:30
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	3:46	3:50	3:56	3:59	4:01	19:35:35	3:55	3:30
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	4:47	4:49	4:56	4:57	5:07	24:39:09	4:55	3:31
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383	3:50	3:56	4:07	4:18	4:43	20:57:03	4:11	3:31
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430	4:20	4:25	4:26	4:27	4:37	22:17:41	4:27	3:31
Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468	4:17	4:25	4:30	4:31	4:35	22:20:49	4:28	3:33
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weye	1952	GER	196	5:00	5:07	5:08	5:11	5:14	25:42:30	5:08	3:33
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	3:54	3:56	3:58	4:05	4:10	20:05:17	4:01	3:34
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	4:18	4:23	4:23	4:26	4:29	22:01:11	4:24	3:34
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511	3:44	3:55	4:02	4:13	4:13	20:09:02	4:01	3:34
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	3:52	3:55	3:56	3:58	3:58	19:42:52	3:56	3:35
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	4:06	4:14	4:19	4:20	4:21	21:22:25	4:16	3:35

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490	4:12	4:23	4:27	4:28	4:28	22:00:52	4:24	3:36
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	4:14	4:28	4:30	4:39	4:40	22:33:13	4:30	3:37
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	4:15	4:18	4:23	4:32	4:39	22:10:02	4:26	3:37
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17	5:08	5:09	5:11	5:20	5:23	26:12:39	5:14	3:37
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212	6:56	6:58	6:58	7:03	7:07	35:04:05	7:00	3:38
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357	4:44	4:53	4:53	4:56	5:06	24:35:41	4:55	3:38
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57	4:46	4:57	5:04	5:20	5:22	25:31:33	5:06	3:38
Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484	4:31	4:35	4:36	4:45	5:21	23:51:47	4:46	3:38
Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186	3:27	3:44	3:45	3:48	3:56	18:41:06	3:44	3:40
Dembeck	Ralf	Lamstedt	1970	GER	518	3:44	4:06	4:07	4:10	4:13	20:22:33	4:04	3:41
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410	4:09	4:13	4:18	4:19	4:19	21:20:26	4:16	3:41
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453	4:10	4:27	4:29	4:29	4:32	22:10:00	4:26	3:41
Meikstat	Gunnar	Berlin	1981	GER	489	3:39	3:41	3:44	3:52	3:56	18:53:45	3:46	3:43
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	4:27	4:28	4:41	4:45	4:50	23:13:11	4:38	3:43
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	4:14	4:27	4:29	4:33	4:51	22:36:43	4:31	3:44
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152	3:42	3:43	4:11	4:23	4:49	20:51:19	4:10	3:44
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369	4:09	4:11	4:15	4:33	4:43	21:53:42	4:22	3:45
Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487	3:59	4:13	4:25	4:25	4:27	21:31:53	4:18	3:45
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	3:57	4:23	4:26	4:47	5:13	22:48:43	4:33	3:46
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355	3:49	4:00	4:05	4:11	4:13	20:20:25	4:04	3:46
Mol	Ben	Almere	1949	NED	37	5:03	5:06	5:06	5:07	5:08	25:32:18	5:06	3:46
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293	4:06	4:08	4:09	4:14	4:20	20:59:46	4:11	3:47
Hajek	Verena	Köln	1952	GER	503	4:45	4:51	4:53	5:06	5:13	24:50:53	4:58	3:47
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	4:30	4:31	4:42	4:54	5:12	23:53:55	4:46	3:48
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419	3:53	4:23	4:24	4:32	4:33	21:46:35	4:21	3:48
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358	4:39	4:46	4:49	4:52	4:55	24:03:21	4:48	3:49
Sandelmann	Dieter	Wilhelmshaven	1953	GER	500	5:22	5:26	5:28	5:29	5:30	27:16:15	5:27	3:50
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433	3:55	3:55	3:57	4:05	4:07	20:01:47	4:00	3:50
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	4:16	4:27	4:32	4:42	4:49	22:49:14	4:33	3:50
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397	3:57	4:19	4:27	4:27	4:28	21:40:40	4:20	3:51
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398	4:07	4:22	4:23	4:37	4:47	22:17:40	4:27	3:51
Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513	4:09	4:13	4:14	4:21	4:22	21:20:16	4:16	3:51
Pilz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406	3:54	4:18	4:23	4:25	4:55	21:57:43	4:23	3:51
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272	5:06	5:10	5:12	5:20	5:25	26:15:33	5:15	3:52
Sandelmann	Monika	Wilhelmshaven	1957	GER	499	4:55	5:10	5:10	5:14	5:26	25:57:08	5:11	3:52
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	4:58	4:59	5:02	5:03	5:05	25:08:47	5:01	3:52
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375	4:36	4:41	4:53	5:14	5:16	24:42:00	4:56	3:53
Isman	Dehen	Aachen	1967	AUT	469	4:23	4:24	4:24	4:26	4:27	22:05:14	4:25	3:53
Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	1970	GER	492	3:57	4:08	4:17	4:31	4:39	21:35:44	4:19	3:54
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10	4:16	4:21	4:25	4:29	4:30	22:02:47	4:24	3:55
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378	4:28	4:45	4:54	4:56	5:06	24:11:04	4:50	3:57
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362	4:44	4:49	4:53	5:03	5:22	24:52:59	4:58	3:59
Frühauß	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328	4:44	4:48	4:54	4:55	4:55	24:19:12	4:51	4:00
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	4:34	4:48	4:51	4:52	4:58	24:06:06	4:49	4:01
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	4:44	4:48	4:49	4:51	4:52	24:06:21	4:49	4:01
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194	5:07	5:30	5:33	5:40	5:45	27:37:21	5:31	4:02
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271	4:39	4:57	5:05	5:15	5:16	25:13:55	5:02	4:03
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425	4:29	4:41	4:50	4:54	4:54	23:51:00	4:46	4:03
Tegge-Walder-	Monika	Norderstedt	1968	GER	477	4:16	4:22	4:27	4:46	5:02	22:54:44	4:34	4:04
Ulmschneider	Klaus-Peter	Esslingen	1962	GER	202	4:45	4:45	4:52	4:55	4:56	24:15:46	4:51	4:05
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	4:05	4:19	4:34	4:39	4:45	22:24:26	4:28	4:05
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323	5:00	5:05	5:08	5:14	5:16	25:44:55	5:08	4:05
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208	4:51	4:53	4:58	4:59	5:07	24:49:40	4:57	4:06
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434	4:56	5:09	5:28	5:35	5:41	26:51:10	5:22	4:06
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343	4:27	4:27	4:55	4:58	5:08	23:57:21	4:47	4:06
Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514	3:49	4:04	4:09	4:11	4:17	20:32:22	4:06	4:06
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399	4:37	4:40	4:49	4:59	5:07	24:14:28	4:50	4:07
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	4:58	5:01	5:01	5:02	5:03	25:06:00	5:01	4:08
Schumacher	Gabi	Vechna	1971	GER	445	4:22	4:26	4:27	4:38	5:04	22:59:55	4:35	4:08
Röhwedder	Karl	Braunschweig	1955	GER	334	4:52	5:12	5:18	5:25	5:38	26:26:15	5:17	4:09
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366	5:30	5:41	5:44	5:51	6:00	28:50:19	5:46	4:10
Selent	Andrea	Hannover	1966	GER	498	4:24	4:42	4:58	4:58	4:58	24:02:20	4:48	4:11
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	4:52	4:56	5:20	5:22	5:23	25:54:49	5:10	4:12
Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481	4:53	4:53	4:57	4:57	4:48	24:29:38	4:53	4:14
Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	5:15	5:25	5:26	5:31	6:17	27:56:20	5:35	4:14
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	4:36	4:38	4:43	4:50	4:51	23:40:52	4:44	4:14
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356	4:37	4:40	5:03	5:07	5:08	24:36:25	4:55	4:15
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137	4:53	5:24	5:25	5:28	5:35	26:46:47	5:21	4:15
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	4:52	4:52	4:52	4:54	4:55	24:26:16	4:53	4:15
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	4:51	4:57	4:59	5:07	5:15	25:11:36	5:02	4:16
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237	5:25	5:29	5:29	5:31	5:38	27:34:54	5:30	4:17
Ostapenko	Tanya	Göttingen	1984	USA	491	4:07	4:14	4:24	4:27	4:27	21:41:00	4:20	4:18

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128	5:52	5:58	6:11	6:16	6:19	30:37:39	6:07	4:18
Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486	4:38	4:42	4:47	4:54	4:54	23:57:27	4:47	4:19
Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463	5:57	6:02	6:05	6:05	6:05	30:15:44	6:03	4:19
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456	4:37	4:41	4:48	5:11	5:14	24:33:16	4:54	4:19
Heyer	Hermann	Winningen	1960	GER	420	5:09	5:34	5:34	5:38	5:45	27:43:29	5:32	4:19
Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307	3:53	4:08	4:18	4:34	4:44	21:39:00	4:19	4:19
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	5:08	5:13	5:17	5:20	5:20	26:20:31	5:16	4:21
Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501	4:18	4:21	4:29	4:40	4:41	22:31:28	4:30	4:22
Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496	4:31	4:42	4:47	4:51	4:52	23:45:52	4:45	4:22
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332	4:56	4:57	5:10	5:27	5:28	26:01:08	5:12	4:22
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403	4:58	5:00	5:14	5:15	5:16	25:45:26	5:09	4:24
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	5:01	5:11	5:20	5:24	5:30	26:29:12	5:17	4:25
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	6:14	6:18	6:19	6:19	6:19	31:32:41	6:18	4:26
Bieler	Michael	Berlin	1978	GER	502	4:22	4:33	4:35	4:41	4:46	22:59:29	4:35	4:26
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257	5:16	5:29	5:31	5:33	5:36	27:27:47	5:29	4:27
Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457	5:23	5:29	5:29	5:31	5:35	27:28:11	5:29	4:27
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115	5:17	5:18	5:20	5:23	5:24	26:44:56	5:20	4:27
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	4:47	5:03	5:06	5:08	5:10	25:16:16	5:03	4:29
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256	5:53	6:12	6:16	6:17	6:21	31:02:10	6:12	4:29
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124	4:49	5:12	5:20	5:24	5:27	26:13:56	5:14	4:32
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282	5:09	5:11	5:13	5:17	5:22	26:14:18	5:14	4:32
Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458	5:24	5:31	5:35	6:23	6:24	29:19:12	5:51	4:36
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274	4:41	4:41	5:29	5:34	5:37	26:03:27	5:12	4:37
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254	5:31	5:34	5:57	6:00	6:10	29:14:40	5:50	4:39
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	4:52	4:55	5:18	5:23	5:25	25:54:54	5:10	4:41
Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471	5:14	5:14	5:30	5:37	5:38	27:14:58	5:27	4:44
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79	5:51	5:55	5:58	6:09	6:13	30:07:40	6:01	4:44
Hussel	Patrick	Springe	1989	GER	516	3:59	4:53	4:58	4:58	5:00	23:49:51	4:45	4:45
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	4:53	5:02	5:23	5:29	5:54	26:43:18	5:20	4:49
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	5:10	5:15	5:16	5:27	5:36	26:46:26	5:21	5:02
Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	5:09	5:16	5:26	5:27	5:31	26:51:00	5:22	5:03
Walendy	Andreas	Balingen	1982	GER	479	4:48	5:12	5:12	5:15	5:17	25:46:29	5:09	5:05
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	6:30	6:44	6:49	6:50	6:51	33:46:07	6:45	5:06
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	5:45	7:07	7:16	7:24	7:28	35:01:37	7:00	5:17
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396	5:56	6:20	6:27	6:39	6:53	32:17:33	6:27	5:20
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	5:23	5:26	5:26	5:26	5:33	27:16:57	5:27	5:27
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1	6:47	6:52	6:54	6:54	6:58	34:27:56	6:53	5:28
Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	1970	GER	248	5:53	6:35	6:35	6:38	6:39	32:20:45	6:28	5:50
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424	6:39	6:43	6:51	7:05	7:12	34:33:07	6:54	6:05
Cavaleiro	Peer	Viersen	1981	GER	292	5:53	6:35	6:35	6:38	6:39	32:20:45	6:28	6:21

Statistik zur Statistik

Meldungen pro Jahr			
Jahr	Meldungen	Aktive Mitglieder	%
2010	144	218	66,1%
2011	138	234	59,0%
2012	158	237	66,7%
2013	153	236	64,8%
2014	161	241	66,8%
2015	185	265	69,8%
2016	201	278	72,3%
2017	205	292	70,2%
2018	211	297	71,0%
2019	239	328	72,9%

Meldungen zum
Stichtag 31.12.
in den letzten
Jahren

Auf unserer Webseite findet Ihr weitere Statistiken.

Alterspyramide (erstellt von Jana Bieler)

Ausgehend von Michael Kienes neuester Gesamtstatistik zum Jahresende 2019 habe ich ein paar interessante Zahlen ermittelt:

374 Läufer werden in dem Excel aufgeführt (also inklusive Anwärter und Verstorbene).

347 Läufer sind davon ordentliche Mitglieder (also exklusive Anwärter und Verstorbene).

Ich habe die Zahlen aufgrund dieser 347 ordentlichen Mitgliedern ermittelt.

Die Alterspyramide im 100 Marathon Club Deutschland

Alter	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80-89	90-99	Summe
alle	3	15	40	112	100	58	17	2	347
davon Männer	2	14	32	92	93	56	16	2	307
davon Frauen	1	1	8	20	7	2	1	0	40

Es gibt 40 Frauen (11,5 %) und 307 Männer (88,5 %) im 100MC.

und: mehr als die Hälfte alle Mitglieder ist bislang zwischen 100 und 199 Marathons gelaufen (185 von 347 = 53,3 %).

Anzahl M/U	Vorkommen
100-199	185
200-299	58
300-399	38
400-499	21
500-599	15
600-699	7
700-799	6
800-899	4
900-999	3
1000-1099	2
1100-1199	1
1200-1299	1
1300-1399	2
1400-1499	0
1500-1599	0

Anzahl M/U	Vorkommen
1600-1699	2
1700-1799	0
1800-1899	0
1900-1999	0
2000-2099	0
2100-2199	0
2200-2299	1
2300-2399	0
2400-2499	0
2500-2599	0
2600-2699	0
2700-2799	0
2800-2899	1
2900-2999	0
SUMME	347

Inhalt

Adressen	2
Protokoll der Mitgliederversammlung	3
Berichte unserer Mitglieder.....	7
Weidenhahner Lauffest am 08.12.2019	7
Presseberichte	9
Der Marathon-Mann vom Lauf Team Unna	9
Personalien	10
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe	10
Geburtstage	10
Austritte	11
Jubiläen	11
Dr. Jürgen Kuhlmeier zum Ehrenmitglied ernannt	12
Neue Clubwebseite ab 01.04.2020.....	14
Vorstandsbeschluss zur Zählbarkeit von Läufen	16
Atemwegsinfektionen – neues Coronavirus und Influenzaviren.....	16
Jahresstatistik per 31.12.2019 (erstellt von Michael Kiene).....	17
Gesamtstatistik per 31.12.2019 (erstellt von Michael Kiene)	20
Best Five 2019 altersbereinigt (erstellt von Michael Kiene).....	27
Statistik zur Statistik.....	29
Alterspyramide (erstellt von Jana Bieler)	30
Inhalt.....	31
Impressum	31

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC <i>aktuell</i> “ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	WirmachenDruck Backnang
Auflage:	500 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC <i>aktuell</i> “ 2/2020 erscheint ca. Ende Juli 2020 Redaktionsschluss: 10.07.2020 Zuschriften an die Redaktion (siehe Adressen) per E-Mail oder Post Beiträge geben nicht die Meinung des Vorstandes wieder
Urheberrecht:	Nachdruck nur nach Rücksprache mit dem Autor gestattet
V.i.S.d.P.R.	Mario Sagasser

Bankverbindung:



Der wiedergewählte Vorstand (Wolfgang Kieselbach fehlte entschuldigt)