

## Jahresbestenliste 2016

### Männer

#### 800 m

1:51,22 min	Florian Herr (88)	28.05.2016	Oordegem (Belgien)
1:59,91 min	Marco Giese (92)	11.06.2016	Diezhöhlztal
1:59,28 min	Tim-Christopher Thiesbrummel (96)	11.06.2016	Diezhöhlztal
2:01,83 min	Andrej Artschwager (87)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach

#### 1000 m

2:38,30 min	Andrej Artschwager (87)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
2:38,53 min	Tim-Christopher Thiesbrummel (96)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach

#### 1500 m

3:52,80 min	Marco Giese (92)	04.06.2016	Oordegem (Belgien)
4:10,28 min	Tim-Christopher Thiesbrummel (96)	29.05.2016	Bottrop

#### 3000 m

8:33,70 min	Marco Giese (92)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
8:45,52 min	Christian Biele (83)	18.05.2016	Dortmund
8:50,04 min	Nils Schäfer (90)	11.05.2016	Gerlingen
9:08,86 min	Simon Huckestein (85)	11.05.2016	Gerlingen
9:32,83 min	Tim-Christopher Thiesbrummel (96)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
9:33,73 min	Sven Daub (81)	11.05.2016	Gerlingen
9:57,52 min	Thomas Schönauer (76)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
10:29,67 min	Gunnar Fillep (76)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
11:08,55 min	Stefan Lang (62)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
13:49,12 min	Martin Junge (71)	11.05.2016	Gerlingen

#### 5000 m

14:31,84 min	Eyob Solomun (93)	14.05.2016	Herzogenaurach
14:48,03 min	Christian Biele (83)	25.05.2016	Koblenz
14:56,86 min	Simon Huckestein (85)	25.05.2016	Koblenz
15:01,00 min	Nils Schäfer (90)	25.05.2016	Koblenz
15:07,35 min	Marco Giese (92)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
16:09,5 min	Sven Daub (81)	08.07.2016	Betzdorf
16:14,38 min	Markus Mockenhaupt (80)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
16:35,6 min	Alexander Henne (85)	08.07.2016	Betzdorf
17:09,1 min	Jan-Hendrik Sidenstein (93)	08.07.2016	Betzdorf
17:31,8 min	Steffen Grebe (88)	08.07.2016	Betzdorf
17:32,2 min	Thomas Schönauer (76)	08.07.2016	Betzdorf
17:51,08 min	Thomas Giese (95)	11.05.2016	Gerlingen
18:14,36 min	Gunnar Fillep (76)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
19:07,7 min	Henning Grüne (71)	08.07.2016	Betzdorf
19:10,14 min	Maik Burbach (86)	11.05.2016	Gerlingen
19:56,45 min	Stefan Lang (62)	11.05.2016	Gerlingen
20:00,2 min	Holger Stöckmann (63)	11.05.2016	Gerlingen
20:13,83 min	Stefan Lang (62)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach

21:58,1 min	Roberto Gugliotta (72)	08.07.2016	Betzdorf
22:34,5 min	Thomas Wehner (64)	08.07.2016	Betzdorf
24:18,0 min	Thorsten Gokus (79)	08.07.2016	Betzdorf
<b>10000 m</b>			
29:49,45 min	Eyob Solomon (93)	07.05.2016	Celle
31:42,42 min	Nils Schäfer (90)	23.04.2016	Arnsberg
36:44,47 min	Thomas Schönauer (76)	23.04.2016	Arnsberg-Hüsten
37:22,21 min	Gunnar Fillep (76)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach
41:17,06 min	Stefan Lang (62)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach
<b>10 km</b>			
29:25 min	Eyob Solomon (93)	26.03.2016	Paderborn
31:12 min	Christian Biele (83)	11.09.2016	Hamburg
31:31 min	Simon Huckestein (85)	11.09.2016	Hamburg
31:37 min	Tim-Arne Sidenstein (89)	23.01.2016	Wehbach
31:54 min	Nils Schäfer (90)	11.09.2016	Hamburg
33:27 min	Fabian Jenne (90)	16.04.2016	Mühlheim a d Mosel
33:53 min	Marco Giese (92)	23.01.2016	Wehbach
34:20 min	Fabian Jenne (90)	13.02.2016	Niederfischbach
34:50 min	Sven Daub (81)	23.04.2016	Kirchen
35:24 min	Markus Mockenhaupt (80)	12.03.2016	Herdorf
35:28 min	Steffen Grebe (88)	06.03.2016	Leverkusen
35:54 min	Dominik Sasse (86)	06.03.2016	Leverkusen
36:19 min	Thomas Schönauer (76)	06.03.2016	Leverkusen
37:13 min	Dominik Sasse (86)	23.01.2016	Wehbach
38:05 min	Gunnar Fillep (76)	03.01.2016	Ratingen
38:07 min	Thomas Schönauer (76)	23.01.2016	Wehbach
39:33 min	Thomas Giese (95)	21.05.2016	Attendorn
40:16 min	Holger Stöckmann (63)	13.02.2016	Niederfischbach
40:47 min	Maik Burbach (86)	21.05.2016	Attendorn
41:55 min	Jochen Stücher (71)	13.02.2016	Niederfischbach
45:16 min	Roberto Gugliotta (72)	12.03.2016	Herdorf
49:59 min	Thomas Wehner (64)	13.02.2016	Niederfischbach
51:27 min	Thorsten Gokus (79)	21.05.2016	Attendorn
<b>10 km Mannschaft</b>			
1:34:37 std	Biele, Huckestein, Schäfer	11.09.2016	Hamburg
1:39:23 std	Sidenstein, Giese, Huckestein	23.01.2015	Wehbach
1:41:39 std	Solomon, Grebe, Sasse	06.03.2016	Leverkusen
1:44:37 std	Schäfer, Jenne, Fillep	16.04.2016	Mühlheim a d Mosel
1:46:52 std	Jenne, Grebe, Schönauer	13.02.2016	Niederfischbach
1:49:46 std	Jenne, Sasse, Schönauer	23.01.2015	Wehbach
1:51:11 std	Mockenhaupt, Schönauer, Grebe	12.03.2016	Herdorf
<b>Halbmarathon</b>			
1:04,57 std	Eyob Solomun (93)	03.04.2016	Berlin
1:19:00 std	Robert Wilms	26.03.2016	Paderborn
1:54:35 std	Roberto Gugliotta (72)	01.10.2016	Köln
2:27:57 std	Thorsten Gokus (79)	01.10.2016	Köln

**Marathon**

2:32:26 std	Nils Schäfer (90)	30.10.2016	Frankfurt
2:53:40 std	Thomas Schönauer (76)	30.10.2016	Frankfurt
3:33:25 std	Michael Niederschlag (67)	30.10.2016	Frankfurt
3:25:33 std	Jochen Stücher (71)	01.10.2016	Köln

**U 20****800 m**

2:07,38 min	Nils-Thorben Wehner (98)	12.06.2016	Kreuztal
-------------	--------------------------	------------	----------

**1000 m**

2:52,17 min	Nils-Thorben Wehner (98)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
-------------	--------------------------	------------	-------------------

**1500 m**

4:35,29 min	Nils-Thorben Wehner (98)	06.05.2016	Menden
-------------	--------------------------	------------	--------

**3000 m**

10:10,30 min	Nils-Thorben Wehner (98)	18.06.2016	Köln
--------------	--------------------------	------------	------

**5000 m**

17:55,5 min	Nils-Thorben Wehner (98)	08.07.2016	Betzdorf
-------------	--------------------------	------------	----------

**5 km**

18:36 min	Nils-Thorben Wehner (98)	12.03.2016	Herdorf
-----------	--------------------------	------------	---------

**U 18****800 m**

2:05,06 min	Daniel Trinkner (00)	05.06.2016	Menden
2:09,39 min	Frederik Wehner (00)	05.06.2016	Menden

**1000 m**

2:44,43 min	Daniel Trinkner (00)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
2:50,94 min	Frederik Wehner (00)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach

**1500 m**

4:25,25 min	Daniel Trinkner (00)	18.05.2016	Dortmund
4:32,08 min	Frederik Wehner (00)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach

**3000 m**

9:31,37 min	Daniel Trinkner (00)	11.05.2016	Gerlingen
-------------	----------------------	------------	-----------

**5000 m**

18:53,75 min	Maximilian Clemens (99)	11.05.2016	Gerlingen
--------------	-------------------------	------------	-----------

**5 km**

17:28 min	Daniel Trinkner (00)	13.02.2016	Niederfischbach
18:32 min	Maximilian Clemens (99)	23.04.2016	Kirchen
18:51 min	Frederik Wehner (00)	13.02.2016	Niederfischbach
21:54 min	Tim Eichhorn (00)	23.04.2016	Kirchen

### 3 x 1000 m

8:27,95 min	Trinkner, F. Wehner, Lind	16.09.2016	Allendorf/Eder
-------------	---------------------------	------------	----------------

## M 14

### 800 m

2:11,89 min	Alexander Lind (02)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach
2:56,85 min	Nick Clemens (02)	11.05.2016	Gerlingen

### 1000 m

2:52,53 min	Alexander Lind (02)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
-------------	---------------------	------------	-------------------

## M 12

### 800 m

2:53,52 min	Matteo Langenbach (04)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach
-------------	------------------------	------------	-------------------

### 5 km

22:39 min	Matteo Langenbach (04)	23.01.2016	Wehbach
-----------	------------------------	------------	---------

### 5000 m

21:48,4 min	Matteo Langenbach (04)	08.07.2016	Betzdorf
-------------	------------------------	------------	----------

## M 8

3:24,19 min	Jarne Beckmann (08)	11.05.2016	Gerlingen
4:15,58 min	Tim Noah Helsper (08)	11.05.2016	Gerlingen
4:39,29 min	Nico Brink (08)	11.05.2016	Gerlingen

## Frauen

### 800 m

2:27,14 min	Rebecca Baum (93)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
-------------	-------------------	------------	-------------------

### 1000 m

3:11,82 min	Rebecca Baum (93)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
-------------	-------------------	------------	-------------------

### 1500 m

4:35,87 min	Mealat Yemane (94)	11.05.2016	Gerlingen
4:55,31 min	Rebecca Baum (93)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach

### 3000 m

11:12,49 min	Rebecca Baum (93)	11.06.2016	Diezhölztal
12:21,98 min	Tanja Charitos (79)	18.08.2016	Bergisch-Gladbach
<b>5000 m</b>			
17:38,76 min	Christl Dörschel (76)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
19:36,63 min	Sandra Clemens (89)	11.05.2016	Gerlingen
20:29,6 min	Ina Rademacher (88)	08.07.2016	Betzdorf
22:01,62 min	Tanja Charitos (79)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
27:35,71 min	Ina Andrieu-Syrek (63)	25.08.2016	Bergisch-Gladbach
<b>10000 m</b>			
35:59,40 min	Christl Dörschel (76)	01.09.2016	Bergisch-Gladbach
<b>10 km</b>			
35:34 min	Christl Dörschel (76)	06.03.2016	Leverkusen
36:29 min	Mealat Yemane (94)	06.03.2016	Leverkusen
38:19 min	Ramona Wied (70)	06.03.2016	Leverkusen
38:35 min	Verena Schneider (85)	16.04.2016	Mühlheim a d Mosel
39:11 min	Stefanie Bröcher (86)	23.01.2016	Wehbach
40:09 min	Sandra Clemens (89)	13.02.2016	Niederfischbach
40:33 min	Mara Lückert (70)	06.03.2016	Leverkusen
42:54 min	Ina Rademacher (88)	12.03.2016	Herdorf
44:38 min	Verena Klein (85)	23.01.2016	Wehbach
45:32 min	Ina Andrieu-Syrek (63)	03.01.2016	Ratingen
<b>10 km Mannschaft</b>			
1:50:22 std	Dörschel, Yemane, Wied	06.03.2016	Leverkusen
1:54:28 std	Dörschel, Wied, Bröcher	23.01.2016	Wehbach
1:54:45 std	Dörschel, Schneider Wied	16.04.2016	Mühlheim a d Mosel
1:54:46 std	Dörschel, Wied, Clemens	13.02.2016	Niederfischbach
1:55:23 std	Dörschel, Wied, Schneider	12.03.2016	Herdorf
<b>Halbmarathon</b>			
1:20:08 std	Christl Dörschel (76)	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:23:15 std	Verena Schneider (85)	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:23:39 std	Ramona Wied (70)	18.09.2016	Kassel
1:29:06 std	Sandra Clemens (89)	23.04.2016	Bad Liebenzell
1:37:04 std	Ina Andrieu-Syrek (63)	06.11.2016	Gütersloh
1:54:55 std	Sonja Hedderich (81)	01.10.2016	Köln
<b>Halbmarathon Mannschaft</b>			
4:07:20 std	Dörschel, Schneider, Wied	23.04.2016	Bad Liebenzell
<b>Marathon</b>			
2:59,04 std	Christl Dörschel (76)	18.09.2016	Kassel
3:07:24 std	Mara Lückert (70)	30.10.2016	Frankfurt
3:07:38 std	Ramona Wied (70)	22.05.2016	Gelsenkirchen

**5 km**

22:51 min

Marie Bayer (99)

12.03.2016 Herdorf

**W 15****800 m**

2:36,57 min

Annika Wehner (01)

18.05.2016 Dortmund

**W 14****800 m**

2:44,00 min

Stina Hutters (02)

11.05.2016 Gerlingen

**W 11****800 m**

2:51,21 min

Pia Wittstamm (05)

01.09.2016 Bergisch-Gladbach

3:02,50 min

Maja Wuttke (05)

11.05.2016 Gerlingen

3:12,60 min

Vivien Hermes (05)

11.05.2016 Gerlingen

**W 9****800 m**

3:16,23 min

Lena Schürholz (07)

11.05.2016 Gerlingen

3:24,35 min

Juliana Schneider (07)

11.05.2016 Gerlingen

3:37,80 min

Pauline Clemens (07)

11.05.2016 Gerlingen

3:38,67 min

Sophie Türpitz (07)

11.05.2016 Gerlingen

3:41,30 min

Nala Hesse (07)

11.05.2016 Gerlingen

**W 8****800 m**

3:43,80 min

Maya Ryfisch (08)

11.05.2016 Gerlingen