

## Triple-Trail - Keep on Running 2009, St. Wendel (D) - Bosenberg-Trail

### (11) Men

Rang	Name und Vorname	Citynight	Spiemont	Jg	Team/Ortschaft	Total	Abstand	Anzahl	Overall
1.	<b>Nyambura Peter Ndegwa</b>	9.35,3	1. 1:58.52,9	1974	<b>KEN</b>	3:25.34,4	-----	(3)	OverMen 1.
2.	<b>Karuri Nahason Gitonga</b>	9.43,1	2. 2:03.54,6	1976	<b>KEN</b>	3:36.15,9	10.41,5	(3)	OverMen 2.
3.	<b>Sahm Marco</b>	10.28,4	7. 2:14.23,2	1973	<b>München</b>	3:52.22,4	26.48,0	(3)	OverMen 3.
4.	<b>Dörr Christian</b>	10.20,7	4. 2:18.30,7	1976	<b>Friedelsheim</b>	3:58.02,0	32.27,6	(3)	OverMen 4.
5.	<b>Kirsch Rainer</b>	11.04,7	10. 2:21.21,8	1969	<b>Dinkelsbühl</b>	4:02.57,7	37.23,3	(3)	OverMen 5.
6.	<b>Strosny René</b>	11.15,5	14. 2:22.53,7	1973	<b>Filderstadt</b>	4:05.02,7	39.28,3	(3)	OverMen 6.
7.	<b>Kimberley James</b>	10.20,6	3. 2:29.14,5	1977	<b>Cologne</b>	4:08.58,6	43.24,2	(3)	OverMen 7.
8.	<b>Riefer Markus</b>	10.27,8	6. 2:23.52,0	1966	<b>Nidderau</b>	4:10.26,1	44.51,7	(3)	OverMen 8.
9.	<b>Zimmer Christian</b>	11.05,7	12. 2:28.13,2	1980	<b>Saarlouis</b>	4:10.46,5	45.12,1	(3)	OverMen 9.
10.	<b>Maring Jörg</b>	10.58,7	9. 2:32.55,0	1969	<b>Weiskirchen</b>	4:14.03,9	48.29,5	(3)	OverMen 10.
11.	<b>Amberger Holger</b>	11.50,6	18. 2:29.50,9	1970	<b>Merchweiler</b>	4:18.07,2	52.32,8	(3)	OverMen 11.
12.	<b>Brauner Axel</b>	11.35,1	15. 2:36.05,9	1973	<b>Neunkirchen</b>	4:24.23,3	58.48,9	(3)	OverMen 12.
13.	<b>Biegel Markus</b>	11.07,0	13. 2:43.35,3	1978	<b>Weierbach</b>	4:25.08,1	59.33,7	(3)	OverMen 13.
14.	<b>Weber Frank</b>	10.50,1	8. 2:36.05,5	1973	<b>Homburg</b>	4:25.24,6	59.50,2	(3)	OverMen 14.
15.	<b>Sahm Philipp</b>	11.35,1	15. 2:36.34,3	1981	<b>Namborn</b>	4:28.03,2	1:02.28,8	(3)	OverMen 15.
16.	<b>Kraatz Michael</b>	12.00,9	19. 2:40.19,0	1966	<b>Tholey</b>	4:34.15,9	1:08.41,5	(3)	OverMen 16.
17.	<b>Großmann Frank</b>	12.26,8	24. 2:51.34,6	1971	<b>Konfeld</b>	4:49.14,0	1:23.39,6	(3)	OverMen 18.
18.	<b>Constantz Robert</b>	11.48,2	17. 2:52.47,5	1964	<b>Kollweiler</b>	4:49.39,4	1:24.05,0	(3)	OverMen 19.
19.	<b>Owen Andrew</b>	12.29,4	28. 2:50.47,5	1973	<b>Köln</b>	4:51.32,4	1:25.58,0	(3)	OverMen 20.
20.	<b>Moses Wolfgang</b>	12.28,4	26. 2:52.44,5	1968	<b>Köln</b>	4:54.42,5	1:29.08,1	(3)	OverMen 21.
21.	<b>Stücher Jochen</b>	12.07,4	22. 2:49.43,1	1971	<b>Wenden</b>	4:56.51,4	1:31.17,0	(3)	OverMen 24.
22.	<b>Jakob Andreas</b>	12.05,5	21. 2:58.33,9	1984	<b>Püttlingen</b>	5:00.03,1	1:34.28,7	(3)	OverMen 25.
23.	<b>Trenz Michael</b>	12.29,2	27. 2:56.58,2	1967	<b>Schwalbach</b>	5:01.29,8	1:35.55,4	(3)	OverMen 26.
24.	<b>Keil Marius</b>	12.30,1	29. 3:01.15,3	1959	<b>Köln</b>	5:03.15,7	1:37.41,3	(3)	OverMen 28.
25.	<b>Welter Markus</b>	12.01,2	20. 3:11.13,9	1966	<b>Ottweiler</b>	5:11.13,1	1:45.38,7	(3)	OverMen 29.
26.	<b>Schmitz Ralf</b>	12.53,0	33. 3:05.26,0	1969	<b>Lebach</b>	5:13.36,1	1:48.01,7	(3)	OverMen 30.
27.	<b>Weth Holger</b>	13.04,4	36. 3:06.17,0	1974	<b>Burbach</b>	5:14.22,1	1:48.47,7	(3)	OverMen 31.
28.	<b>Pflitsch Frank</b>	12.58,8	35. 3:12.33,1	1964	<b>Bonn</b>	5:26.57,2	2:01.22,8	(3)	OverMen 32.
29.	<b>Peter Andreas</b>	13.14,9	38. 3:21.41,9	1981	<b>Nohfelden</b>	5:30.13,9	2:04.39,5	(3)	OverMen 33.

**Triple-Trail - Keep on Running 2009, St. Wendel (D) - Bosenberg-Trail**

**(11) Men**

Rang	Name und Vorname	Citynight	Spiemont	Jg	Team/Ortschaft	Bosen	Total	Abstand	Anzahl	Overall
30.	<b>Meyes Daniel</b>	13.31,5	44.	3:15.27,5	30.	<b>1978 Hünenbergsee</b>	<b>5:30.39,1</b>	<b>2:05.04,7</b>	(3)	OverMen 34.
31.	<b>Dörr Hendrik</b>	13.23,9	41.	3:17.57,1	31.	<b>1964 Riegelsberg</b>	<b>5:32.13,4</b>	<b>2:06.39,0</b>	(3)	OverMen 35.
32.	<b>Persch Achim</b>	13.20,9	40.	3:21.01,1	35.	<b>1966 St. Wendel</b>	<b>5:33.01,4</b>	<b>2:07.27,0</b>	(3)	OverMen 36.
33.	<b>Lück Toni</b>	13.40,3	46.	3:18.56,6	32.	<b>1982 Ludwigshafen</b>	<b>5:36.12,6</b>	<b>2:10.38,2</b>	(3)	OverMen 38.
34.	<b>Wendsche Tilo</b>	13.12,7	37.	3:23.54,8	39.	<b>1973 Peißenberg</b>	<b>5:36.21,6</b>	<b>2:10.47,2</b>	(3)	OverMen 39.
35.	<b>Wolter Ingo</b>	13.16,0	39.	3:21.45,8	37.	<b>1972 Illingen</b>	<b>5:39.14,3</b>	<b>2:13.39,9</b>	(3)	OverMen 40.
36.	<b>Berberich Günther</b>	13.25,0	42.	3:23.54,8	39.	<b>1963 Bann</b>	<b>5:39.17,7</b>	<b>2:13.43,3</b>	(3)	OverMen 41.
37.	<b>Sahner Andreas</b>	12.34,3	30.	3:23.30,4	38.	<b>1972 Illingen</b>	<b>5:40.17,6</b>	<b>2:14.43,2</b>	(3)	OverMen 42.
38.	<b>Munkes Jürgen</b>	12.14,4	23.	3:19.45,3	34.	<b>1962 Namborn</b>	<b>5:40.43,5</b>	<b>2:15.09,1</b>	(3)	OverMen 43.
39.	<b>Albert Lars</b>	12.43,4	31.	3:28.29,3	42.	<b>1982 Plüttlingen</b>	<b>5:45.25,8</b>	<b>2:19.51,4</b>	(3)	OverMen 45.
40.	<b>Kiehn Benjamin</b>	13.44,3	47.	3:28.58,7	43.	<b>1982 Illingen</b>	<b>5:45.55,5</b>	<b>2:20.21,1</b>	(3)	OverMen 46.
41.	<b>Bajohr Harald</b>	14.06,5	49.	3:27.40,1	41.	<b>1965 Darmstadt</b>	<b>5:47.03,6</b>	<b>2:21.29,2</b>	(3)	OverMen 47.
42.	<b>Arendt Andreas</b>	12.27,3	25.	3:19.12,5	33.	<b>1959 Birkenfeld</b>	<b>5:49.22,7</b>	<b>2:23.48,3</b>	(3)	OverMen 48.
43.	<b>Rickel Thorsten</b>	13.27,3	43.	3:35.05,8	45.	<b>1974 Limburgerhof</b>	<b>5:56.27,8</b>	<b>2:30.53,4</b>	(3)	OverMen 50.
44.	<b>Justen Rainer</b>	13.39,3	45.	3:34.04,4	44.	<b>1961 Altdorf</b>	<b>5:58.03,6</b>	<b>2:32.29,2</b>	(3)	OverMen 51.
45.	<b>Spamer Kay</b>	12.50,8	32.	3:37.22,9	47.	<b>1966 Neu-Isenburg</b>	<b>6:01.33,4</b>	<b>2:35.59,0</b>	(3)	OverMen 52.
46.	<b>Gehrke Ralf</b>	13.59,4	48.	3:36.42,9	46.	<b>1968 München</b>	<b>6:24.51,2</b>	<b>2:59.16,8</b>	(3)	OverMen 53.
47.	<b>Lang James</b>	15.15,8	51.	4:00.15,1	49.	<b>1975 Walhausen</b>	<b>6:27.07,9</b>	<b>3:01.33,5</b>	(3)	OverMen 54.
48.	<b>Bartsch Andreas</b>	15.13,5	50.	4:00.11,2	48.	<b>1969 Lebach</b>	<b>6:40.30,2</b>	<b>3:14.55,8</b>	(3)	OverMen 55.
49.	<b>Dappers Ralf</b>	16.04,5	52.	5:10.33,8	---	<b>1967 Tholey</b>	<b>8:32.33,6</b>	<b>5:06.59,2</b>	(3)	OverMen 56.

Total: 49