

Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf

	Seite
Männer	01
Frauen	02
Männliche Jugend U20	03
Männliche Jugend M19	06
Männliche Jugend M18	08
Weibliche Jugend U20	10
Weibliche Jugend W19	12
Weibliche Jugend W18	12
Männliche Jugend U18	13
Männliche Jugend M17	16
Männliche Jugend M16	18
Männliche Jugend M15	19
Männliche Jugend M14	21
Weibliche Jugend U18	21
Weibliche Jugend W17	22
Weibliche Jugend W16	23
Weibliche Jugend W15	23
Top Liste Männer	24
Top Liste Frauen	26
Top Liste Männliche Jugend U20	29
Top Liste Weibliche Jugend U20	35

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männer

13:22,09	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 13.08.1987	Koblenz
13:30,53	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Di. 06.07.1982	Stockholm/SWE
13:31,93	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	LG Andernach-Neuwied	So. 08.09.1974	Rom/ITA
13:42,8	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Di. 10.08.1976	Stockholm/SWE
13:47,50	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Fr. 10.06.1994	Nürnberg
13:53,59	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Sa. 31.07.2004	Heusden
13:54,5	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 18.05.1983	Koblenz
13:59,70	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 18.05.2005	Koblenz
13:59,84	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 07.06.2000	Kassel
14:01,19	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 21.05.2008	Koblenz
			11.		
14:03,12	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:04,5	Monz, Leo	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 11.08.1978	Köln
14:06,09	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied	Mi. 16.05.1984	Koblenz
14:06,41	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 21.05.1986	Koblenz
14:07,4	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Fr. 23.07.1976	Frankfurt
14:07,6	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg	Fr. 17.08.1979	Troisdorf
14:08,1	Blönningen, Felix	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:08,25	Pyka, Dennis	1972	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 17.05.2000	Koblenz
14:09,4	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 17.08.1979	Troisdorf
14:11,87	Schäfer, Michael	1958	LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.06.1989	Koblenz
			21.		
14:11,98	Honsdorf, Uwe	1963	TSV Lay	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:12,53	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 02.04.2010	Williamsburg
14:12,71	Kah, Sören	1982	LG Lahn-Aar-Esterau	So. 24.07.2011	Kassel
14:13,7	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 08.07.1989	Kassel
14:15,15	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
14:16,08	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	Mi. 13.05.1998	Koblenz

14:16,99	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Sa. 02.07.1983	Koblenz
14:17,2	Hinkelmann, Günter	1956	LG Andernach-Neuwied	Di. 07.06.1977	Budapest
14:17,3	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 22.06.1980	Göttingen
14:17,5	Orthen, Klaus	1949	LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
			31.		
14:19,5	Mindnich, Anton	1957	SG Bad Kreuznach	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:19,9	Schäfer, Norbert	1955	LG Andernach-Neuwied	Do. 01.07.1982	Koblenz
14:21,0	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	Fr. 22.07.1977	Troisdorf
14:21,25	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 03.06.1993	Koblenz
14:22,05	Neuschwander, Florian	1981	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz
14:22,54	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:24,8	Kaffe, Wolfgang	1946	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 20.05.1971	Coesfeld
14:26,6	Donges, Herbert	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 14.05.1967	Trier
14:26,8	Grün, Wolfgang	1948	Post-SV Trier	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:28,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Mi. 28.05.2014	Koblenz
			41.		
14:29,2	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 05.09.1992	Aachen
14:29,7	Müller, Dieter	1962	LG Sieg	Mi. 11.05.1994	Koblenz
14:30,2	Frigger, Andreas	1969	LG Rhein-Wied/Andernach	Fr. 09.07.1993	Troisdorf

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Frauen

15:03,47	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Fr. 11.06.2004	Bergen/NOR
15:34,76	Wessinghage, Ellen	1948	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 11.07.1981	Oslo/NOR
16:10,87	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Fr. 11.06.2010	Betzdorf
16:11,25	Jerschabek, Birgit	1969	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
16:21,04	Schedler, Michaela	1982	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 02.07.2005	Wattenscheid
16:27,79	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 24.07.1992	Troisdorf
16:33,30	Leukel, Christiane	1968	LG Andernach-Neuwied	Sa. 03.09.1988	Köln
16:33,40	Knetsch, Sabine	1966	LG Sieg	Mi. 04.09.1985	Sankt Augustin
16:33,77	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Fr. 08.07.2005	Troisdorf
16:47,4	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Sa. 15.09.1990	Olpe
			11.		
16:47,56	Baumeister, Anna	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 29.05.2012	Frederiksberg
16:57,97	Ehmann, Rita	1967	SSV Heimbach-Weis	Do. 27.08.1998	Eitelborn
17:03,32	Schranz, Corinna	1970	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 23.09.1989	Brackwede
17:03,95	Betzler, Linda	1992	LG Rhein-Wied	Sa. 14.06.2014	Wesel
17:10,55	Dobmeier, Christiane	1968	TV Hermeskeil 1911	Mi. 23.05.2007	Koblenz
17:11,60	Franzmann, Joelle	1978	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
17:13,25	Oberli-Schuh, Elisabeth	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 21.07.1984	Itzehoe
17:17,44	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 11.06.2003	Trebur
17:28,7	Munkler, Bianca	1973	Spiridon Hochwald	Sa. 15.09.2001	Bernkastel-Kues
17:35,27	Röhrnbacher, Inge	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 04.07.1986	Ahlen
			21.		
17:40,41	Hoffmann, Renate-Ella	1961	LG Sieg	Sa. 20.05.2000	Polch
17:41,8	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Mi. 16.09.1987	Sankt Augustin
17:43,29	Elsen, Cornelia	1959	LG Sieg	Sa. 01.07.1989	Ludwigshafen
17:43,64	Ratermann, Megan	1969	LC 1980 Bad Kreuznach	Di. 15.06.1999	Wiesbaden
17:44,1	Moll, Corinna	1973	LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
17:44,84	Schmitz, Nora	1992	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 28.05.2014	Koblenz
17:45,24	Jacobi, Birgit	1964	BBC Koblenz-Horchheim	Fr. 09.05.2003	Koblenz
17:45,85	Arent, Nicole	1980	BBC Koblenz-Horchheim	Mi. 28.05.2014	Koblenz
17:47,08	Keller, Ines	1973	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 20.05.2009	Koblenz
17:47,70	Veith, Manuela	1974	LG Sieg	Mo. 31.05.1993	Rehlingen
			31.		
17:48,80	Rausch, Claudia	1974	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 09.05.2003	Koblenz
17:54,63	Olinger, Judith	1984	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 19.05.2010	Koblenz
17:54,91	Adams, Rebecca	1986	Gerolsteiner LGV	Do. 06.07.2006	Saarbrücken
17:55,95	Jax, Michelle	1992	TV 1861 Bad Ems	Sa. 09.04.2011	Essen
17:58,8	Schneider, Tina	1990	LG Sieg	Fr. 17.08.2012	Betzdorf

17:59,0	Wessely, Tina	1976 Spiridon Hochwald	Fr. 07.08.2009	Neuwied
18:04,68	Walloch, Christina	1980 TuS Duchroth	Sa. 04.06.2005	Wittlich
18:05,2	de Corbier, Caroline	1971 Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:06,22	Wirth, Dorothea von	1979 TG Konz	Fr. 25.08.2006	Bitburg
18:06,2	Bender, Annette	1962 TuS Ahrweiler 41.	Sa. 03.05.1986	Sankt Augustin
18:07,0	Böhm, Nicole	1980 BBC Koblenz-Horchheim	Fr. 06.08.2010	Neuwied
18:08,04	Menn, Sabine	1960 LG Sieg	Fr. 26.07.1991	Gießen
18:08,14	Klassmann, Julietta	1964 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 29.06.1985	Dortmund
18:09,88	Brachtendorf, Vanessa	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 16.05.2012	Mayen
18:12,27	Reuter, Mona	1989 Post-Sport Telekom Trier	Do. 07.07.2011	Saarbrücken
18:13,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:14,0	Ritter, Lydia	1938 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.04.1981	Koblenz
18:14,3	Schmidt, Heike	1967 LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß-Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985 LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:15,6	Schön, Sabine	1959 LG Andernach-Neuwied 51.	Mi. 20.05.1987	Sankt Augustin
18:16,12	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	Fr. 07.05.1993	Köln
18:16,58	Matheis, Christa	1956 LG Sieg	Fr. 04.07.1986	Ahlen
18:18,4	Paulmann, Dorothea	1962 TV Germania Trier	Di. 15.06.1993	Trier
18:19,37	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 06.05.2006	Tübingen
18:21,41	Scholtes, Nicole	1972 Post-Sport Telekom Trier	Mi. 01.08.2001	Troisdorf
18:23,90	Schmidt, Bettina	1964 LG Sieg	Fr. 21.07.1995	Siegburg
18:25,0	Schumacher, Sigrun	1944 LG Andernach-Neuwied	Mi. 30.08.1978	Bendorf
18:25,52	Oetz, Ulrike	1969 TV 05 Mülheim	Mi. 18.05.2005	Koblenz
18:25,5	Willwacher, Hildegard	1953 LG Sieg	Mi. 20.05.1987	Wetzlar
18:26,5	Schmidt, Dorle	1967 LG Andernach-Neuwied 61.	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:26,76	Fischer, Julia	1987 LG Lahn-Aar-Esterau	Do. 21.08.2014	Bergisch-Gladbach
18:27,45	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:27,73	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:29,51	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel	Mi. 19.05.2010	Koblenz
18:30,2	Emmerich, Annette	1953 Post-SV Trier	Mi. 03.10.1979	Saarbrücken
18:31,0	Vieh, Monika	1974 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 23.08.2002	Bitburg
18:31,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:32,13	Jacobs, Anna	1981 LG Rhein-Wied	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:32,83	Knopp, Brigitte	1958 LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 26.08.1995	Wetzlar
18:32,7	Lennartz, Birgit	1965 LG Sieg 71.	Fr. 09.07.1993	Troisdorf
18:32,9	Brückmann, Mechthild	1955 TuS Bad Marienberg	Do. 24.09.1981	Koblenz
18:33,23	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	Fr. 30.06.1989	Ludwigshafen
18:33,3	Rückes, Mechthild	1955 TuS Bad Marienberg	Do. 05.04.1984	Koblenz
18:35,71	Forshee, Colleen	1963 LC 1980 Bad Kreuznach	Mi. 24.06.1998	Wiesbaden
18:35,9	Wendel, Marion	1961 LG Sieg	Mi. 14.08.1985	Mudersbach
18:36,13	Ermert, Ursula	1946 LG Sieg	Sa. 25.05.1985	Ingolstadt
18:36,0	Psiuk, Sylke	1960 VfL Wehbach	Mi. 12.05.1982	Bad Ems
18:36,70	Friedrich, Katrin	1985 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 16.09.2011	Trier
18:37,0	Hoffmann, Elke	1961 Post-SV Trier	Sa. 24.04.1982	Bonn
18:37,2	Thelen, Agathe	1953 LG Langsur 81.	Mi. 01.09.1993	Bitburg
18:37,52	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20

14:05,6	Orthmann, Hans-Jürgen	1954 LG Sieg	Sa. 02.06.1973	Lüdenscheid
14:08,6	Fleschen, Karl	1955 LG Vulkaneifel	Sa. 14.09.1974	Warley
14:13,08	May, Michael	1979 Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz
14:20,26	Hardy, Axel	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.08.1985	Cottbus
14:28,76	Beinlich, Moritz	1996 LG Rhein-Wied	Mi. 28.05.2014	Koblenz
14:29,66	Schuff, Carlo	1980 Gerolsteiner LGV	Fr. 18.06.1999	Mannheim

14:32,56	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.07.2006	Bochum
14:33,6	Urrigshardt, Günter	1957	LG Sieg	So. 05.10.1975	Lüdenscheid
14:37,41	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 12.06.1998	Mannheim
14:37,96	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier 11.	Sa. 15.08.1987	Hamburg
14:41,26	Duppich, Yannik	1990	LG Vulkaneifel	Fr. 18.07.2008	Berlin
14:44,02	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:45,4	Hinkelmann, Günter	1956	Spvgg. Nahbollenbach	So. 10.08.1975	Sindelfingen
14:45,75	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 28.07.1984	Bonn
14:48,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 01.10.1971	Koblenz
14:48,99	Kowalinski, Marc-Andre	1978	Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
14:49,77	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 23.06.1990	Speyer
14:50,2	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 27.04.1974	Bonn
14:53,2	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC	Fr. 17.09.1971	Neuwied
14:54,57	Emmerich, Roland	1971	LSC Maischeid 21.	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:55,7	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
14:56,11	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Mi. 14.06.1989	Koblenz
14:56,0	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 07.06.1973	Frankfurt
14:56,40	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
14:58,23	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 26.07.2013	Rostock
14:58,62	Meyer, Tim	1990	LG Sieg	Mi. 20.05.2009	Koblenz
15:02,6	Braun, Karl-Josef	1954	VfB Linz	Sa. 15.09.1973	Königswinter
15:03,2	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	DJK Bad Kreuznach	So. 25.04.1971	Bad Kreuznach
15:04,8	Krystosek, Gerold	1960	LG Sieg	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:04,95	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf 31.	Sa. 26.07.1986	Krefeld
15:05,0	Steffny, Manfred	1941	Post SV Trier	Sa. 02.07.1960	Andernach
15:06,3	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:06,8	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	So. 13.07.1975	Bonn
15:08,8	Bourmer, Achim	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 02.10.1982	Ingelheim
15:09,33	Frigger, Andreas	1969	LG Engers-Niederbieber	Fr. 16.09.1988	Troisdorf
15:09,66	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 19.09.2006	Trier
15:10,1	Schroeder, Wolfgang	1960	LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.09.1977	Kassel
15:10,8	Steffny, Herbert	1953	TV Germania Trier	So. 26.09.1971	Trier
15:13,70	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:15,3	Best, Joachim	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz 41.	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:19,16	Schweikert, Markus	1994	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:20,2	Diederichs, Winfried	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 15.08.1970	Norden
15:20,3	Biller, Guido	1970	LC Bad Kreuznach	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:21,0	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Do. 21.05.1981	Koblenz
15:21,54	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
15:22,6	Baumbach, Jörg von	1964	TuS Hoppstädten	Sa. 10.05.1980	Enzweiler
15:24,83	Zimmermann, Werner	1966	LG Andernach-Neuwied	Mi. 23.05.1984	Menden
15:26,50	Zenzen, Enrico	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.09.2007	Trier
15:26,81	Teschke, Marco	1967	Post-SV Trier	Fr. 16.08.1985	Troisdorf
15:27,2	Schmitz, Werner	1957	LG Andernach-Neuwied 51.	Mi. 28.05.1975	Neuwied
15:27,4	Herder, Hermann	1936	KHC Bad Kreuznach	So. 28.08.1955	Bremen
15:27,57	Eichler, Christoph	1982	TuS Wallmerod	Mi. 01.08.2001	Troisdorf
15:27,5	Gering, Bernd	1963	TS Bendorf	Fr. 05.06.1981	Königswinter
15:28,67	Rötsch, Christian	1978	LG VG Emmelshausen	Sa. 31.05.1997	Worms
15:30,10	Sessar, Christoph	1975	TV Westerburg	Sa. 14.05.1994	Koblenz
15:30,4	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 23.04.1977	Bonn
15:30,98	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	So. 24.04.1988	Wetzlar
15:31,1	Krupp, Jürgen	1961	Tschft. Bendorf	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:32,85	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:33,15	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier 61.	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:33,5	Sieberz, Erich	1960	LG Andernach-Neuwied	Fr. 12.05.1978	Königswinter
15:33,8	Borsch, Peter	1958	LG Vulkaneifel	Sa. 07.08.1976	Bremerhaven

15:34,05	Hinz, Livius	1969	Post-SV Trier	Sa. 25.07.1987	Sindelfingen
15:34,22	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Fr. 16.09.2011	Trier
15:34,85	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:35,84	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
15:36,00	Dany, Tobias	1972	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:36,2	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:36,52	Engelfried, Simon	1984	VfR Simmern	Sa. 05.07.2003	Fulda
15:36,65	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier 71.	Sa. 02.06.2012	Kaiserslautern
15:36,8	Müller, Roland	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 17.07.1976	Koblenz
15:37,4	Mai, Michael	1969	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:38,12	Schäfer, Andreas	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
15:38,6	Krupp, H.-Dieter	1946	TuS Erpel	So. 05.09.1965	Höhr-Grenzhausen
15:39,3	Korb, Rüdiger	1962	TuS Hoppstädten	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:41,4	Thielen, Karl	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:42,0	Schäfer, Norbert	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:42,6	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:42,6	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 23.08.2002	Bitburg
15:42,9	Krause, Frank	1968	SG Neuhäusel 81.	Fr. 23.08.1985	Wirges
15:43,5	Münz, Michael	1968	LG Andernach-Neuwied	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:44,1	Klein, Michael	1964	VfL Wehbach	Fr. 03.09.1982	Wallmerod
15:44,4	Schwarz, Thorsten	1972	TuS Tiefenstein	Mi. 20.06.1990	Birkenfeld
15:45,0	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Do. 05.04.1984	Koblenz
15:45,86	Stützel, Simon	1986	LG Rhein-Wied	Di. 11.10.2005	Trier
15:46,4	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	Mi. 18.05.1983	Koblenz
15:47,6	Fachbach, Rudolf	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 09.09.1970	Königswinter
15:48,06	Schuth, Mike	1973	TuS Wallmerod	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:48,4	Steinhardt, Manfred	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:48,8	Steffny, Horst	1945	TV Germania Trier 91.	Mi. 27.05.1964	Saarbrücken
15:49,0	Adams, Roland	1959	LG Andernach-Neuwied	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:49,16	Petry, René	1980	LG Sieg	Fr. 02.08.1996	Troisdorf
15:49,2	Müller, Berthold	1940	SV Staudt	So. 28.06.1959	Trier
15:49,66	Conrad, Henry	1973	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
15:49,6	Geis, Werner	1940	VfL Nochern	So. 28.06.1959	Trier
15:49,8	Schanz, Jürgen	1956	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:51,07	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Fr. 25.06.1999	Troisdorf
15:51,6	Mann, Dieter	1954	Spvgg. Nahbollenbach	Mi. 06.09.1972	Bingen
15:51,81	Ercan, Abdullah	1981	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 17.05.2000	Koblenz
15:52,2	Wunsch, Walter	1953	TV Plaidt 101.	Sa. 15.05.1971	Bonn
15:52,3	Kern, Daniel	1973	LG Andernach-Neuwied	Do. 13.09.1990	Montabaur
15:52,47	Werland, Philipp	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
15:52,70	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Fr. 20.05.1994	Troisdorf
15:53,06	Ciftic, Hikmet	1976	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 05.08.1994	Troisdorf
15:53,8	Reif, Rudi	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 28.04.1973	Bonn
15:53,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 17.07.1977	Koblenz
15:54,4	Schneider, Harald	1964	TS Bendorf	Fr. 28.05.1982	Königswinter
15:54,70	Reinecke, Thomas	1980	LG Kreis Ahrweiler	Di. 02.09.1997	Euskirchen
15:55,4	Jenniches, Peter	1957	LG Bitburg-Prüm	Fr. 22.08.1975	Bitburg
15:55,5	Kapp, Bernd	1960	Post-SV Trier 111.	Sa. 03.06.1978	Daun
15:56,4	Seul, Otmar	1943	TV Birkenfeld	Do. 30.08.1962	Luxemburg
15:56,6	Ziegler, Thomas	1966	TuS Ahrweiler	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:56,83	Simonis, Erik	1966	LG Vulkaneifel	Di. 22.05.1984	Koblenz
15:56,88	Mohr, Matthias	1982	Gerolsteiner LGV	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:56,9	Orthmann, Frank	1963	VfL Wehbach	Sa. 02.05.1981	Andernach
15:57,0	Hohl, Bernhard	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 22.09.1983	Koblenz
15:57,0	Hannappel, Christian	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:57,19	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
15:58,0	Batta, Klaus	1940	DJK Andernach	So. 29.09.1963	Andernach

15:58,57	Adamietz, Michael	1972	PSV Wengerohr 121.	Sa. 11.05.1991	Trier
15:58,70	Krause, Martin	1972	TuS Montabaur	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:58,7	Bergermann, Michael	1962	LG Andernach-Neuwied	Do. 19.06.1980	Koblenz
15:58,8	Kaul, Edi	1952	Neuwieder LC	Sa. 25.04.1970	Neuwied
15:58,8	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:59,2	Kayser, Christian	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:59,3	Knoth, Heiko	1965	TV Eitelborn	Do. 22.09.1983	Koblenz
16:00,54	Thomas, Jens	1973	TuS Tiefenstein	Do. 09.08.1990	Limburgerhof
16:00,4	Deuser, Klaus-Jürgen	1962	SSC Koblenz-Karthause	Sa. 26.04.1980	Diez
16:00,76	Wolf, Stephan	1974	Post-SV Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
16:00,82	Alt, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz 131.	Do. 23.05.2002	Koblenz
16:01,0	Schnell, Frank	1963	TuS Hoppstädten	Sa. 26.04.1980	Diez
16:01,1	Müller, Jürgen	1966	TSV Elgendorf	Do. 26.05.1983	Koblenz
16:01,5	Lautner, Andreas	1963	LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
16:02,5	Faust, Torsten	1972	TuS Sohren	Sa. 30.09.1989	Wiesbaden
16:04,2	Witte, Martin	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:04,4	Tussing, Werner	1955	LG Sieg	Sa. 05.05.1973	Betzdorf
16:05,7	Hertie, Peter	1967	LG Andernach-Neuwied	Do. 19.09.1985	Koblenz
16:05,90	Pfeil, Michael	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 22.08.2003	Bitburg
16:06,2	Weirich, Klaus	1964	VfR Simmern	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:06,97	Conrad, Dirk	1973	LG Sieg 141.	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
16:08,24	Hoffmann, Tobias	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 07.08.1998	Troisdorf
16:08,5	Schmahl, Holger	1970	LG Sieg	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:09,17	Schütz, Robert	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
16:09,2	Witzel, Paul	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 24.08.2001	Bitburg
16:09,6	Butz, Sascha	1971	TV Plaidt	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:10,1	Jochem, Jürgen	1961	Post-SV Trier	Sa. 21.07.1979	Troisdorf
16:10,60	Kirschhoff, Knut	1969	TuS Tiefenstein	Fr. 25.07.1986	Homburg
16:10,8	Bous, Wolfgang	1943	Post-SV Trier	Sa. 26.05.1962	Trier
16:11,0	Eutenneuer, Bernd	1962	LG Sieg	Do. 18.09.1980	Altenkirchen
16:11,2	Klein, Sintram	1972	Post-SV Trier 151.	Sa. 20.04.1991	Neuwied
16:11,72	Belker, Simon	1973	Post-SV Trier	Mi. 29.08.1990	Ludwigshafen
16:11,8	Klein, Rüdiger	1973	SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier
16:12,1	Jahn, Andre	1971	TuS Horn	Di. 03.07.1990	Mainz
16:12,5	Leis, Mario	1963	TV Engers	Do. 10.09.1981	Koblenz
16:12,8	Velten, Jürgen	1957	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 28.05.1975	Neuwied
16:12,9	Weinandy, Andre	1975	TV Germania Trier	Fr. 08.07.1994	Trier
16:13,3	Bopp, Frank	1966	SG Bad Kreuznach	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:13,6	Daniels, Ralf	1972	LG Vulkaneifel	Sa. 07.09.1991	Aachen
16:14,10	Brenner, Michael	1970	LG Sieg	Fr. 24.07.1987	Troisdorf
16:14,1	Gering, Horst	1964	LG Andernach-Neuwied 161.	Do. 23.09.1982	Koblenz
16:14,60	Steffes, David	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
16:15,4	Kern, Konrad	1948	TV Oberstein	Sa. 30.09.1967	Koblenz
16:16,0	Stäudt, Michael	1962	SG Bad Kreuznach	Do. 18.09.1980	Koblenz
16:16,16	Bock, Christian	1992	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
16:16,5	Richter, Stefan	1967	TuS Montabaur	So. 28.04.1985	Wetzlar
16:16,6	Grün, Gerhard	1965	TS Bendorf	Sa. 01.10.1983	Ingelheim
16:16,6	Neiser, Jahn	1971	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz
16:16,7	Reinhardt, Michael	1963	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 10.07.1980	Koblenz

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M19

14:05,6	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Sa. 02.06.1973	Lüdenscheid
14:08,6	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Sa. 14.09.1974	Warley
14:13,08	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz

14:20,26	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.08.1985	Cottbus
14:29,66	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Fr. 18.06.1999	Mannheim
14:37,41	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 12.06.1998	Mannheim
14:37,96	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 15.08.1987	Hamburg
14:39,30	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2007	Koblenz
14:44,14	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Sa. 04.09.1993	Berlin
14:45,4	Hinkelmann, Günter	1956	Spvgg. Nahbollenbach 11.	So. 10.08.1975	Sindelfingen
14:45,75	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 28.07.1984	Bonn
14:48,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 01.10.1971	Koblenz
14:48,99	Kowalinski, Marc-Andre	1978	Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
14:49,77	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 23.06.1990	Speyer
14:50,2	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 27.04.1974	Bonn
14:54,57	Emmerich, Roland	1971	LSC Maischeid	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:54,8	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC	Sa. 20.05.1972	Trier
14:55,60	Duppich, Yannik	1990	LG Vulkaneifel	Mi. 20.05.2009	Koblenz
14:55,7	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
14:56,11	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler 21.	Mi. 14.06.1989	Koblenz
14:56,0	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 07.06.1973	Frankfurt
14:58,23	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 26.07.2013	Rostock
14:58,62	Meyer, Tim	1990	LG Sieg	Mi. 20.05.2009	Koblenz
15:02,6	Braun, Karl-Josef	1954	VfB Linz	Sa. 15.09.1973	Königswinter
15:03,2	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	DJK Bad Kreuznach	So. 25.04.1971	Bad Kreuznach
15:05,0	Steffny, Manfred	1941	Post SV Trier	Sa. 02.07.1960	Andernach
15:05,29	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:09,33	Frigger, Andreas	1969	LG Engers-Niederbieber	Fr. 16.09.1988	Troisdorf
15:13,70	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:20,2	Diederichs, Winfried	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz 31.	Sa. 15.08.1970	Norden
15:20,3	Biller, Guido	1970	LC Bad Kreuznach	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:21,54	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
15:22,39	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.09.2007	Trier
15:23,5	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:26,50	Zenzen, Enrico	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.09.2007	Trier
15:27,4	Herder, Hermann	1936	KHC Bad Kreuznach	So. 28.08.1955	Bremen
15:27,57	Eichler, Christoph	1982	TuS Wallmerod	Mi. 01.08.2001	Troisdorf
15:28,67	Rötsch, Christian	1978	LG VG Emmelshausen	Sa. 31.05.1997	Worms
15:30,10	Sessar, Christoph	1975	TV Westerburg	Sa. 14.05.1994	Koblenz
15:32,85	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier 41.	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:33,15	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:34,22	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Fr. 16.09.2011	Trier
15:34,85	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:35,84	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
15:36,00	Dany, Tobias	1972	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:36,52	Engelfried, Simon	1984	VfR Simmern	Sa. 05.07.2003	Fulda
15:36,65	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 02.06.2012	Kaiserslautern
15:37,4	Mai, Michael	1969	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:38,12	Schäfer, Andreas	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
15:38,6	Krupp, H.-Dieter	1946	TuS Erpel 51.	So. 05.09.1965	Höhr-Grenzhausen
15:42,6	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 23.08.2002	Bitburg
15:45,86	Stützel, Simon	1986	LG Rhein-Wied	Di. 11.10.2005	Trier
15:47,6	Fachbach, Rudolf	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 09.09.1970	Königswinter
15:48,8	Steffny, Horst	1945	TV Germania Trier	Mi. 27.05.1964	Saarbrücken
15:49,2	Müller, Berthold	1940	SV Staudt	So. 28.06.1959	Trier
15:49,66	Conrad, Henry	1973	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
15:49,6	Geis, Werner	1940	VfL Nochern	So. 28.06.1959	Trier
15:51,07	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Fr. 25.06.1999	Troisdorf
15:51,81	Ercan, Abdullah	1981	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 17.05.2000	Koblenz
15:52,70	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Fr. 20.05.1994	Troisdorf

61.

15:56,4	Seul, Otmar	1943	TV Birkenfeld	Do. 30.08.1962	Luxemburg
15:56,88	Mohr, Matthias	1982	Gerolsteiner LGV	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:58,0	Batta, Klaus	1940	DJK Andernach	So. 29.09.1963	Andernach
15:58,57	Adamietz, Michael	1972	PSV Wengerohr	Sa. 11.05.1991	Trier
15:58,70	Krause, Martin	1972	TuS Montabaur	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:59,2	Kayser, Christian	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:00,82	Alt, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Do. 23.05.2002	Koblenz
16:03,61	Thomas, Jens	1973	LG Idar-Oberstein	Fr. 24.04.1992	Trier
16:05,90	Pfeil, Michael	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 22.08.2003	Bitburg
16:06,97	Conrad, Dirk	1973	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf

71.

16:08,24	Hoffmann, Tobias	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 07.08.1998	Troisdorf
16:08,5	Schmahl, Holger	1970	LG Sieg	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:10,8	Bous, Wolfgang	1943	Post-SV Trier	Sa. 26.05.1962	Trier
16:11,2	Klein, Sintram	1972	Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
16:12,1	Jahn, Andre	1971	TuS Horn	Di. 03.07.1990	Mainz
16:12,9	Weinandy, Andre	1975	TV Germania Trier	Fr. 08.07.1994	Trier
16:13,6	Daniels, Ralf	1972	LG Vulkaneifel	Sa. 07.09.1991	Aachen
16:14,60	Steffes, David	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
16:15,4	Kern, Konrad	1948	TV Oberstein	Sa. 30.09.1967	Koblenz
16:16,16	Bock, Christian	1992	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M18

14:40,91	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 21.07.1984	Fulda
14:40,8	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Mo. 18.09.1972	Nowy Sacz
14:23,33	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:28,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Mi. 28.05.2014	Koblenz
14:32,56	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.07.2006	Bochum
14:33,6	Urrigshardt, Günter	1957	LG Sieg	So. 05.10.1975	Lüdenscheid
14:41,26	Duppich, Yannik	1990	LG Vulkaneifel	Fr. 18.07.2008	Berlin
14:44,02	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:53,2	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC	Fr. 17.09.1971	Neuwied
14:54,16	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 14.05.1997	Koblenz
11.					
14:56,40	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
14:58,95	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 09.07.1988	Lübeck
15:04,95	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf	Sa. 26.07.1986	Krefeld
15:06,3	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:06,8	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	So. 13.07.1975	Bonn
15:08,99	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:09,66	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 19.09.2006	Trier
15:10,8	Steffny, Herbert	1953	TV Germania Trier	So. 26.09.1971	Trier
15:11,98	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 07.06.1986	Budapest/HUN
15:13,4	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 07.10.1970	Andernach
21.					
15:13,8	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 17.09.1983	Bonn
15:15,1	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:15,3	Best, Joachim	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:18,65	Meyer, Tim	1990	LG Sieg	Mi. 21.05.2008	Koblenz
15:19,16	Schweikert, Markus	1994	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:19,78	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 26.08.1998	Menden
15:19,81	Kowalinski, Marc-Andre-Andre	1978	Gerolsteiner LGV	Sa. 01.06.1996	Trier
15:21,0	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Do. 21.05.1981	Koblenz
15:22,8	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 10.10.1973	Koblenz
15:24,83	Zimmermann, Werner	1966	LG Andernach-Neuwied	Mi. 23.05.1984	Menden
31.					
15:25,8	Zöller, Walter	1966	LG Sieg	So. 30.09.1984	Wetzlar
15:26,81	Teschke, Marco	1967	Post-SV Trier	Fr. 16.08.1985	Troisdorf

15:27,2	Schmitz, Werner	1957	LG Andernach-Neuwied	Mi. 28.05.1975	Neuwied
15:27,5	Gering, Bernd	1963	TS Bendorf	Fr. 05.06.1981	Königswinter
15:28,64	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:28,6	Hillenbrand, Klaus-Peter	1952	DJK Bad Kreuznach	Mi. 16.09.1970	Bingen
15:30,4	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 23.04.1977	Bonn
15:30,98	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	So. 24.04.1988	Wetzlar
15:31,1	Krupp, Jürgen	1961	Tschft. Bendorf	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:33,5	Sieberz, Erich	1960	LG Andernach-Neuwied 41.	Fr. 12.05.1978	Königswinter
15:33,8	Borsch, Peter	1958	LG Vulkaneifel	Sa. 07.08.1976	Bremerhaven
15:34,05	Hinz, Livius	1969	Post-SV Trier	Sa. 25.07.1987	Sindelfingen
15:34,2	Frigger, Andreas	1969	LG Engers-Niederbieber	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
15:35,32	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:35,93	Zenzen, Enrico	1988	Gerolsteiner LGV	Fr. 25.08.2006	Bitburg
15:36,2	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:36,8	Müller, Roland	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 17.07.1976	Koblenz
15:37,28	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 18.06.2011	Trier
15:39,3	Korb, Rüdiger	1962	TuS Hoppstädten	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:41,08	Rötsch, Christian	1978	LG VG Emmelshausen 51.	Sa. 18.05.1996	Wittlich
15:41,0	Hinkelmann, Günter	1956	Spvgg. Nahbollenbach	Do. 23.05.1974	Ingelheim
15:41,34	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Sa. 25.09.2010	Frankfurt
15:42,0	Schäfer, Norbert	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:42,6	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:43,5	Münz, Michael	1968	LG Andernach-Neuwied	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:44,1	Klein, Michael	1964	VfL Wehbach	Fr. 03.09.1982	Wallmerod
15:44,4	Schwarz, Thorsten	1972	TuS Tiefenstein	Mi. 20.06.1990	Birkenfeld
15:45,60	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:46,94	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:47,2	Thielen, Karl	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz 61.	Do. 19.09.1985	Koblenz
15:47,2	Schäfer, Andreas	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 13.04.2002	Wittlich
15:48,06	Schuth, Mike	1973	TuS Wallmerod	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:48,4	Steinhardt, Manfred	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:50,5	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Fr. 09.07.1993	Troisdorf
15:51,39	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Di. 28.05.1985	Koblenz
15:51,6	Mann, Dieter	1954	Spvgg. Nahbollenbach	Mi. 06.09.1972	Bingen
15:52,2	Wunsch, Walter	1953	TV Plaidt	Sa. 15.05.1971	Bonn
15:53,06	Ciftic, Hikmet	1976	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 05.08.1994	Troisdorf
15:53,53	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz
15:53,8	Reif, Rudi	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz 71.	Sa. 28.04.1973	Bonn
15:53,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 17.07.1977	Koblenz
15:54,4	Schneider, Harald	1964	TS Bendorf	Fr. 28.05.1982	Königswinter
15:55,4	Jenniches, Peter	1957	LG Bitburg-Prüm	Fr. 22.08.1975	Bitburg
15:55,5	Kapp, Bernd	1960	Post-SV Trier	Sa. 03.06.1978	Daun
15:55,69	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Do. 03.06.1993	Koblenz
15:56,38	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 18.06.2011	Trier
15:56,6	Ziegler, Thomas	1966	TuS Ahrweiler	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:56,83	Simonis, Erik	1966	LG Vulkaneifel	Di. 22.05.1984	Koblenz
15:56,9	Orthmann, Frank	1963	VfL Wehbach	Sa. 02.05.1981	Andernach
15:57,0	Hannappel, Christian	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz 81.	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:57,19	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
15:58,7	Bergemann, Michael	1962	LG Andernach-Neuwied	Do. 19.06.1980	Koblenz
15:58,8	Kaul, Edi	1952	Neuwieder LC	Sa. 25.04.1970	Neuwied
15:58,8	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:59,3	Knoth, Heiko	1965	TV Eitelborn	Do. 22.09.1983	Koblenz
16:00,07	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 18.06.2011	Trier
16:00,4	Deuser, Klaus-Jürgen	1962	SSC Koblenz-Karthause	Sa. 26.04.1980	Diez
16:00,76	Wolf, Stephan	1974	Post-SV Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
16:00,88	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Fr. 07.08.1998	Troisdorf

16:01,6	Adamietz, Michael	1972 TV Kröv 91.	Mi. 18.04.1990	Trier
16:02,2	Kayser, Christian	1970 TSV Lay	Mi. 15.06.1988	Koblenz
16:04,4	Tussing, Werner	1955 LG Sieg	Sa. 05.05.1973	Betzdorf
16:04,6	Diederichs, Winfried	1951 TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:05,18	Engelfried, Simon	1984 VfR Simmern	Do. 23.05.2002	Koblenz
16:05,5	Emmerich, Roland	1971 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:05,7	Hertie, Peter	1967 LG Andernach-Neuwied	Do. 19.09.1985	Koblenz
16:06,2	Weirich, Klaus	1964 VfR Simmern	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:09,1	Stützel, Simon	1986 LG Rhein-Wied	So. 03.10.2004	Bad Neuenahr-A.
16:09,6	Butz, Sascha	1971 TV Plaidt	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:10,1	Jochem, Jürgen	1961 Post-SV Trier 101.	Sa. 21.07.1979	Troisdorf
16:11,0	Eutenneuer, Bernd	1962 LG Sieg	Do. 18.09.1980	Altenkirchen
16:11,8	Klein, Rüdiger	1973 SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier
16:12,4	Fachbach, Rudolf	1951 TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:12,5	Leis, Mario	1963 TV Engers	Do. 10.09.1981	Koblenz
16:12,8	Velten, Jürgen	1957 TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 28.05.1975	Neuwied
16:14,1	Gering, Horst	1964 LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
16:15,6	Krause, Martin	1972 TuS Montabaur	Do. 06.09.1990	Montabaur
16:16,02	Thomas, Jens	1973 TuS Tiefenstein	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
16:16,0	Stäudt, Michael	1962 SG Bad Kreuznach	Do. 18.09.1980	Koblenz
16:16,5	Richter, Stefan	1967 TuS Montabaur 111.	So. 28.04.1985	Wetzlar
16:16,6	Grün, Gerhard	1965 TS Bendorf	Sa. 01.10.1983	Ingelheim
16:16,6	Neiser, Jahn	1971 TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20

16:19,07	Mockenhaupt, Sabrina	1980 LG Sieg	Fr. 06.08.1999	Riga
16:33,40	Knetsch, Sabine	1966 LG Sieg	Mi. 04.09.1985	Sankt Augustin
16:41,15	Leukel, Christiane	1968 TuS Hachenburg	Di. 15.09.1987	Budapest/HUN
16:42,95	Dreier, Verena	1985 LG Sieg	Do. 20.05.2004	Borna
17:01,55	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Do. 21.08.2003	Bergisch-Gladbach
17:03,32	Schranz, Corinna	1970 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 23.09.1989	Brackwede
17:23,66	Franzmann, Joelle	1978 LG Idar-Oberstein	Do. 16.05.1996	Koblenz
17:44,1	Moll, Corinna	1973 LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
17:46,95	Schulte, Alina	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:47,70	Veith, Manuela	1974 LG Sieg 11.	Mo. 31.05.1993	Rehlingen
17:55,95	Jax, Michelle	1992 TV 1861 Bad Ems	Sa. 09.04.2011	Essen
17:59,88	Betzler, Linda	1992 LG Rhein-Wied	Sa. 07.05.2011	Essen
18:07,9	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1980	Koblenz
18:13,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:14,3	Schmidt, Heike	1967 LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985 LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:16,12	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	Fr. 07.05.1993	Köln
18:19,37	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 06.05.2006	Tübingen
18:19,60	Brachtendorf, Vanessa	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
18:26,5	Schmidt, Dorle	1967 LG Andernach-Neuwied 21.	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:27,45	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:27,73	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:29,51	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel	Mi. 19.05.2010	Koblenz
18:31,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:36,04	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 24.08.2007	Betzdorf
18:38,34	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 07.09.2012	Trier
18:41,7	Magor, Jutta	1964 TuS Ahrweiler	Do. 15.04.1982	Koblenz
18:43,57	Morandini, Viola	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:45,88	Schmitt, Hannah	1997 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 13.09.2013	Trier

18:47,8	Esch, Michaela	1972 LG Vulkaneifel 31.	Di. 09.04.1991	Trier
18:49,2	Moll, Bettina	1973 Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:49,48	Kreutz, Pia von	1992 TG Konz	So. 29.05.2011	Bad Neuenahr-A.
18:54,9	Stark, Petra	1971 LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
18:55,30	Marenbach, Kerstin	1984 LG Sieg	Sa. 11.05.2002	Dessau
18:55,5	Schmitz, Liobe	1964 Wittlicher TV	Sa. 24.04.1982	Bonn
18:58,93	Schleipen, Britta	1978 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 13.05.1995	Köln
19:00,79	de Corbier, Caroline	1971 Post-SV Trier	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:01,72	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Fr. 11.08.2006	Neuwied
19:02,65	Schmitt, Laura	1993 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 17.09.2010	Trier
19:04,4	Ahlbach, Susanne	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz 41.	Do. 15.04.1982	Koblenz
19:07,23	Monzel, Barbara	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:09,0	Schulte, Birte	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 13.04.2002	Neckargemünd
19:09,4	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Mi. 20.06.2001	Westerburg
19:09,83	Reuter, Mona	1989 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 29.08.2008	Ochtendung
19:12,97	Schenke, Tabea	1995 LG Kreis Ahrweiler	So. 21.04.2013	Essen
19:14,7	Thielen, Anja	1971 TV Cochem	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
19:15,94	Henn, Kristina	1977 Post-SV Trier	Do. 01.08.1996	Ludwigshafen
19:20,90	Rohner, Meike	1993 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:21,8	Hoffmann, Elke	1961 Wittlicher TV	Do. 25.09.1980	Koblenz
19:31,21	Sturm, Marion	1988 TuS Dierdorf 51.	Sa. 10.06.2006	Eisenberg
19:38,75	Kuhnen, Maia	1991 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
19:41,44	Rach, Katharina	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Mi. 08.07.2009	Bernkastel
19:50,3	Meyne, Andrea	1976 LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 24.04.1993	Neuwied
19:52,8	Kraus, Ellen	1979 TuS Wallmerod	Mi. 02.07.1997	Westerburg
19:53,7	Latsch, Christel	1964 LG Sieg	Do. 22.09.1983	Koblenz
19:55,4	Freiss, Regina	1983 LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:01,55	Weber, Nicole	1979 LG Sieg	Fr. 14.06.1996	Betzdorf
20:15,72	Dahlem, Jana	1991 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
20:18,4	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:37,8	Richter, Christiane	1979 Gerolsteiner LGV 61.	Fr. 29.08.1997	Bitburg
20:44,41	Keser, Juliane	1996 LG Westerwald	Fr. 07.09.2012	Trier
20:52,99	Franke, Dominique	1988 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
20:53,98	Muhl, Katharina	1986 LG Sieg	Sa. 28.05.2005	Münster
20:56,53	Bellaire, Nathalie	1986 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 15.05.2004	Mayen
20:57,9	Becker, Julia	1975 LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
21:02,23	Neumann, Margarete	1987 TV Niederbieber	Mi. 30.06.2004	Neuwied
21:03,21	Schneider, Franziska	1991 TV Niederbieber	Mi. 30.05.2007	Mayen
21:04,36	Klaeren, Julia	1990 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 26.09.2008	Trier
21:16,6	Martin, Sarah	1982 Running Team Bad Ems	Mi. 02.08.2000	Westerburg
21:32,2	Milic, Aleksandra	1974 TuS Rot-Weiss Koblenz 71.	Sa. 24.04.1993	Neuwied
21:40,21	Schedler, Sandra	1989 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 30.04.2005	Konz
21:53,64	Lang, Lisa	1992 LG Idar-Oberstein	So. 25.04.2010	Birkenfeld
21:56,8	Walloch, Christina	1980 TuS Duchroth	Do. 17.07.1997	Oberwesel
21:58,2	Lames, Maike	1985 TuS Montabaur	Sa. 06.04.2002	Oelde
22:10,24	Pflicht, Jana	1988 LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf
22:15,78	Platz, Julia	1990 LG TV Birkenfeld	Fr. 15.09.2006	Birkenfeld
22:33,34	Karp, Marie-Theres	1983 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
22:41,65	Lindermann, Lara Anne	1993 LA TuS Mayen	Mi. 18.05.2011	Mayen
22:52,05	Schlosser, Julika	1993 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
22:52,46	Sawatzki, Nelli	1986 LT Diezer TSK/LG Einrich 81.	So. 02.05.2004	Diez
23:12,93	Mauer, Kristin	1991 TSV Emmelshausen	Do. 31.05.2007	Oberwesel
23:15,07	Schlachter, Taja	1989 LG Idar-Oberstein	So. 27.04.2008	Birkenfeld
23:21,71	Hower, Sabrina	1987 LG Bernkastel/Wittlich	Di. 11.10.2005	Trier
23:29,5	Brenner, Alicia	1998 LG Westerwald	Fr. 13.06.2014	Betzdorf
23:48,57	Schittko, Carina	1986 LG Rhein-Wied	Fr. 12.08.2005	Neuwied

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend W19

16:19,07	Mockenhaupt, Sabrina	1980 LG Sieg	Fr. 06.08.1999	Riga
16:33,40	Knetsch, Sabine	1966 LG Sieg	Mi. 04.09.1985	Sankt Augustin
16:41,15	Leukel, Christiane	1968 TuS Hachenburg	Di. 15.09.1987	Budapest/HUN
16:42,95	Dreier, Verena	1985 LG Sieg	Do. 20.05.2004	Borna
17:03,32	Schranz, Corinna	1970 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 23.09.1989	Brackwede
17:06,11	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Do. 20.05.2004	Borna
17:44,1	Moll, Corinna	1973 LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
17:46,95	Schulte, Alina	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:47,70	Veith, Manuela	1974 LG Sieg	Mo. 31.05.1993	Rehlingen
17:55,95	Jax, Michelle	1992 TV 1861 Bad Ems 11.	Sa. 09.04.2011	Essen
17:59,88	Betzler, Linda	1992 LG Rhein-Wied	Sa. 07.05.2011	Essen
18:07,9	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1980	Koblenz
18:13,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:16,17	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	So. 01.05.1994	Göttingen
18:19,37	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 06.05.2006	Tübingen
18:19,60	Brachtendorf, Vanessa	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
18:27,45	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:29,51	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel	Mi. 19.05.2010	Koblenz
18:37,7	Schulte, Alina	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 19.09.2001	Frankfurt
18:38,34	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier 21.	Fr. 07.09.2012	Trier
18:47,8	Esch, Michaela	1972 LG Vulkaneifel	Di. 09.04.1991	Trier
18:49,48	Keutz, Pia von	1992 TG Konz	So. 29.05.2011	Bad Neuenahr-A.
18:56,52	Marenbach, Kerstin	1984 LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:59,69	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:00,79	de Corbier, Caroline	1971 Post-SV Trier	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:09,0	Schulte, Birte	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 13.04.2002	Neckargemünd
19:09,4	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Mi. 20.06.2001	Westerburg
19:09,83	Reuter, Mona	1989 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 29.08.2008	Ochtendung
19:15,94	Henn, Kristina	1977 Post-SV Trier	Do. 01.08.1996	Ludwigshafen
19:19,6	Moll, Bettina	1973 Post-SV Trier 31.	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
19:20,70	Schulte, Birte	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 22.08.2001	Neuwied
19:21,8	Hoffmann, Elke	1961 Wittlicher TV	Do. 25.09.1980	Koblenz
19:22,78	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Sa. 12.05.2007	Betzdorf
19:37,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
19:41,44	Rach, Katharina	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Mi. 08.07.2009	Bernkastel
19:52,8	Kraus, Ellen	1979 TuS Wallmerod	Mi. 02.07.1997	Westerburg
19:53,7	Latsch, Christel	1964 LG Sieg	Do. 22.09.1983	Koblenz
19:57,05	Schmitt, Laura	1993 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 07.09.2012	Trier
20:15,72	Dahlem, Jana	1991 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
20:37,8	Richter, Christiane	1979 Gerolsteiner LGV 41.	Fr. 29.08.1997	Bitburg
20:53,98	Muhl, Katharina	1986 LG Sieg	Sa. 28.05.2005	Münster
20:58,0	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
21:09,0	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
21:10,0	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
21:32,2	Milic, Aleksandra	1974 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 24.04.1993	Neuwied
21:36,69	Sturm, Marion	1988 TuS Dierdorf	Sa. 12.05.2007	Betzdorf
23:15,07	Schlachter, Taja	1989 LG Idar-Oberstein	So. 27.04.2008	Birkenfeld
23:48,57	Schittko, Carina	1986 LG Rhein-Wied	Fr. 12.08.2005	Neuwied

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend W18

16:47,35	Mockenhaupt, Sabrina	1980 LG Sieg	Sa. 25.04.1998	Köln
17:01,55	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Do. 21.08.2003	Bergisch-Gladbach
17:23,66	Franzmann, Joelle	1978 LG Idar-Oberstein	Do. 16.05.1996	Koblenz
17:44,1	Moll, Corinna	1974 LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
18:12,66	Dreier, Verena	1985 LG Sieg	Fr. 29.08.2003	Betzdorf
18:16,12	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	Fr. 07.05.1993	Köln
18:31,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:35,09	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
18:36,1	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
18:41,18	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel 11.	Do. 16.07.2009	Saarbrücken
18:41,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Sa. 11.05.2002	Dessau
18:41,7	Magor, Jutta	1964 TuS Ahrweiler	Do. 15.04.1982	Koblenz
18:43,57	Morandini, Viola	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:43,75	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:45,68	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Sa. 03.05.2008	Menden
18:49,2	Moll, Bettina	1973 Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:55,30	Marenbach, Kerstin	1984 LG Sieg	Sa. 11.05.2002	Dessau
18:55,5	Schmitz, Liobe	1964 Wittlicher TV	Sa. 24.04.1982	Bonn
19:01,72	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Fr. 11.08.2006	Neuwied
19:03,32	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV 21.	Sa. 25.04.1998	Köln
19:07,33	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 16.09.2011	Trier
19:12,97	Schenke, Tabea	1995 LG Kreis Ahrweiler	So. 21.04.2013	Essen
19:14,7	Thielen, Anja	1971 TV Cochem	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
19:24,76	Kreutz, Pia von	1992 TG Konz	So. 09.05.2010	Trier
19:31,21	Sturm, Marion	1988 TuS Dierdorf	Sa. 10.06.2006	Eisenberg
19:38,75	Kuhnen, Maia	1991 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
20:56,53	Bellaire, Nathalie	1986 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 15.05.2004	Mayen
21:04,36	Klaeren, Julia	1990 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 26.09.2008	Trier
21:16,47	Dahlem, Jana	1991 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
21:16,6	Martin, Sarah	1982 Running Team Bad Ems 31.	Mi. 02.08.2000	Westerburg
21:53,64	Lang, Lisa	1992 LG Idar-Oberstein	So. 25.04.2010	Birkenfeld
21:55,86	Rach, Katharina	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Sa. 20.09.2008	Bernkastel
21:56,8	Walloch, Christina	1980 TuS Duchroth	Do. 17.07.1997	Oberwesel
22:41,65	Lindermann, Lara Anne	1993 LA TuS Mayen	Mi. 18.05.2011	Mayen
22:52,46	Sawatzki, Nelli	1986 LT Diezer TSK/LG Einrich	So. 02.05.2004	Diez
23:11,79	Platz, Julia	1990 LAZ Birkenfeld	So. 27.04.2008	Birkenfeld
23:21,71	Hower, Sabrina	1987 LG Bernkastel/Wittlich	Di. 11.10.2005	Trier
23:35,40	Schlachter, Taja	1989 LG Idar-Oberstein	So. 06.05.2007	Bad Kreuznach

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U18

14:34,1	Hardy, Axel	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 25.09.1983	Koblenz
14:46,42	Baumeister, Thorsten	1988 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
14:53,63	Beinlich, Moritz	1996 LG Rhein-Wied	Mi. 15.05.2013	Koblenz
15:50,7	Baumgarten, Markus	1966 SG Bad Kreuznach	So. 27.09.1981	Ingelheim
15:04,8	Krystosek, Gerold	1960 LG Sieg	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:08,8	Bourmer, Achim	1965 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 02.10.1982	Ingelheim
15:10,1	Schroeder, Wolfgang	1960 LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.09.1977	Kassel
15:11,26	Duppich, Yannik	1990 Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
15:11,8	Streit, Guido	1974 SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier
15:12,6	Fleschen, Karl	1955 LG Daun 11.	Fr. 20.10.1972	Bitburg
15:15,45	May, Michael	1979 Gerolsteiner LGV	Sa. 07.09.1996	Daun
15:15,49	Kieselbach, Stefan	1970 Post-SV Trier	Mi. 27.05.1987	Koblenz
15:17,0	Weihrauch, Franz-Josef	1955 TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 01.10.1972	Höhr-Grenzhausen
15:21,3	Stinner, Martin	1963 LG Sieg	Fr. 20.06.1980	Troisdorf

15:21,94	Jeandree, Julien	1994 LG Kreis Ahrweiler	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:22,6	Baumbach, Jörg von	1964 TuS Hoppstädten	Sa. 10.05.1980	Enzweiler
15:23,43	Werhan, Dominik	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:23,6	Hellwig, Winfried	1953 Neuwieder LC	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:31,30	Kowalinski, Marc-Andre	1978 LG Vulkaneifel	Sa. 13.05.1995	Trier
15:31,9	Zimmermann, Werner	1966 LG Andernach-Neuwied 21.	So. 25.09.1983	Ahlen
15:35,4	Steffny, Herbert	1953 TV Germania Trier	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:36,20	Gürntke, Axel	1968 TSV Elgendorf	So. 29.09.1985	Wetzlar
15:37,2	Fetz, Mathias	1970 TS Bendorf	Sa. 20.06.1987	Dortmund
15:37,4	Sieberz, Erich	1960 LG Andernach-Neuwied	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:39,65	Haferkamp, Lars	1979 Gerolsteiner LGV	Sa. 07.09.1996	Daun
15:40,5	Gering, Bernd	1963 TS Bendorf	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:41,4	Thielen, Karl	1967 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:42,9	Krause, Frank	1968 SG Neuhäusel	Fr. 23.08.1985	Wirges
15:45,0	Vilz, Michael	1967 TV Eitelborn	Do. 05.04.1984	Koblenz
15:45,93	Knüttel, Marcel	1993 Post-Sport Telekom Trier 31.	Fr. 17.09.2010	Trier
15:46,8	Schmitz, Werner	1957 LG Andernach-Neuwied	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:47,18	Theis, Lucas	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:47,4	Maser, Stefan	1965 Post-SV Trier	Sa. 24.04.1982	Bonn
15:47,57	Schweikert, Markus	1994 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:49,0	Adams, Roland	1959 LG Andernach-Neuwied	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:49,16	Petry, René	1980 LG Sieg	Fr. 02.08.1996	Troisdorf
15:49,8	Schanz, Jürgen	1956 Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:52,3	Kern, Daniel	1973 LG Andernach-Neuwied	Do. 13.09.1990	Montabaur
15:52,47	Werland, Philipp	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
15:53,25	Billier, Guido	1970 TuS Kirn 41.	Do. 14.05.1987	Koblenz
15:53,6	Müller, Roland	1958 TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 07.10.1975	Koblenz
15:53,7	Best, Joachim	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:53,95	Zenzen, Mirco	1993 LG Vulkaneifel	Do. 24.06.2010	Troisdorf
15:54,70	Reinecke, Thomas	1980 LG Kreis Ahrweiler	Di. 02.09.1997	Euskirchen
15:55,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959 TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:57,0	Wunsch, Walter	1953 DJK Andernach	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:57,0	Hohl, Bernhard	1966 TuS Johannes Lahnstein	Do. 22.09.1983	Koblenz
15:58,0	Klaeren, Klaus	1957 LG Vulkaneifel	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:58,2	Hinkelmann, Günter	1956 Spvgg. Nahbollenbach	So. 26.08.1973	Bad Kreuznach
15:58,75	Klaeren, Philipp	1988 Post-Sport Telekom Trier 51.	Di. 12.10.2004	Trier
15:59,2	Hertle, Peter	1967 LG Andernach-Neuwied	Do. 12.07.1984	Mainz
16:00,02	Sessar, Christoph	1975 TuS Wallmerod	Sa. 12.09.1992	Bad Godesberg
16:00,2	Steinhardt, Manfred	1955 Tschft. Bendorf	Mi. 13.09.1972	Neuwied
16:00,54	Thomas, Jens	1973 TuS Tiefenstein	Do. 09.08.1990	Limburgerhof
16:00,8	Collisy, Christian	1952 TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:01,0	Schnell, Frank	1963 TuS Hoppstädten	Sa. 26.04.1980	Diez
16:01,1	Müller, Jürgen	1966 TSV Elgendorf	Do. 26.05.1983	Koblenz
16:01,5	Lautner, Andreas	1963 LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
16:01,88	Bock, Alexander	1992 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
16:02,1	Dany, Tobias	1972 TuS Rot-Weiss Koblenz 61.	Fr. 22.09.1989	Koblenz
16:02,5	Faust, Torsten	1972 TuS Sohren	Sa. 30.09.1989	Wiesbaden
16:04,2	Witte, Martin	1966 TuS Johannes Lahnstein	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:06,98	Cocker, Kenton	1992 LG Kreis Ahrweiler	Fr. 18.09.2009	Trier
16:07,1	Link, Arne	1968 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
16:07,43	Rötsch, Christian	1978 LG Emmelshausen	Mo. 10.07.1995	Limburgerhof
16:07,5	Schneider, Harald	1964 TS Bendorf	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:08,2	Schmitz, Christian	1983 LG Maifeld-Pellenz	Fr. 25.08.2000	Bitburg
16:09,17	Schütz, Robert	1994 LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
16:09,2	Witzel, Paul	1984 Gerolsteiner LGV	Fr. 24.08.2001	Bitburg
16:10,1	Adamietz, Michael	1972 TV Kröv 71.	Fr. 06.10.1989	Bernkastel

16:10,60	Kirschhoff, Knut	1969 TuS Tiefenstein	Fr. 25.07.1986	Homburg
16:10,5	Jochem, Jürgen	1961 Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:11,0	Karczewski, Stefan	1960 LG Andernach-Neuwied	Mi. 18.05.1977	Plaidt
16:11,72	Belker, Simon	1973 Post-SV Trier	Mi. 29.08.1990	Ludwigshafen
16:13,3	Bopp, Frank	1966 SG Bad Kreuznach	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:14,10	Brenner, Michael	1970 LG Sieg	Fr. 24.07.1987	Troisdorf
16:16,7	Reinhardt, Michael	1963 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 10.07.1980	Koblenz
16:17,22	Oelert, Dennis	1980 Gerolsteiner LGV	Di. 02.09.1997	Euskirchen
16:17,2	Korb, Rüdiger	1962 FC Brücken	So. 22.07.1979	Koblenz
16:17,8	Stephan, Herbert	1959 TuS Rot-Weiss Koblenz 81.	Mi. 26.05.1976	Koblenz
16:18,0	Stäudt, Michael	1962 DJK Adler Bad Kreuznach	Sa. 17.06.1978	Ingelheim
16:19,0	Kaul, Edi	1952 Neuwieder LC	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:19,1	Öffling, Bernd	1968 Post-SV Trier	Fr. 26.07.1985	Troisdorf
16:23,0	Schäfer, Christoph	1960 TuS Johannes Lahnstein	Sa. 03.09.1977	Koblenz
16:23,1	Krah, Dietmar	1960 LG Sieg	Mi. 18.05.1977	Plaidt
16:23,4	Spang, Günter	1952 Post-SV Trier	Mi. 08.10.1969	Trier
16:23,4	Emmerich, Roland	1971 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.09.1988	Koblenz
16:25,1	Weber, Wilfried	1967 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
16:25,5	Thielen, Patrick	1975 TV Germania Trier	Do. 24.09.1992	Trier
16:25,7	Hannappel, Christian	1968 TuS Montabaur 91.	Fr. 23.08.1985	Wirges
16:25,8	Kayser, Christian	1970 TSV Lay	Fr. 03.04.1987	Koblenz
16:26,70	Lauff, Frederik	1970 LG Kreis Ahrweiler	Fr. 04.09.1987	Troisdorf
16:26,6	Knoth, Heiko	1965 Post SV Koblenz	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:26,8	Meyer, Bernd	1959 LG Vulkaneifel	So. 05.09.1976	Höhr-Grenzhausen
16:27,2	Ditscheid, Lothar	1958 LG Andernach-Neuwied	Sa. 13.09.1975	Königswinter
16:27,5	Frick, Stefan	1963 Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:27,8	Schui, Wolfgang	1954 TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 01.10.1971	Koblenz
16:28,1	Ebersweiser, Lothar	1963 TuS Erpel	Fr. 29.09.1978	Koblenz
16:28,8	Hausen, Andreas	1963 TuS Erpel	Fr. 29.09.1978	Koblenz
16:30,2	Weinandy, Andre	1975 TV Germania Trier 101.	Do. 24.09.1992	Trier
16:31,0	Seidel, Joachim	1955 TV Nassau	Fr. 15.09.1972	Offheim
16:31,0	Müller, Rüdiger	1958 TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 07.10.1975	Koblenz
16:33,36	Pütz, Yannick	1997 LG Rhein-Wied	Fr. 19.09.2014	Trier
16:33,82	Stock, Maximilian	1993 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
16:34,1	Michels, Harald	1962 LG Vulkaneifel	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:35,6	Broich, Bernd	1975 TV Germania Trier	Do. 24.09.1992	Trier
16:36,71	Theobald, Andreas	1993 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 28.08.2010	Bad Neuenahr-A.
16:36,8	Ruckes, Thorsten	1976 LG Maifeld-Pellenz	Do. 26.08.1993	Westerburg
16:37,0	Wenzel, Andrei	1982 LG Rhein-Wied	So. 26.04.1998	Birkenfeld
16:37,3	Weirich, Klaus	1964 VfR Simmern 111.	Sa. 02.05.1981	Andernach
16:38,1	Neumetzler, Udo	1966 LG Vulkaneifel	Do. 28.07.1983	Aachen
16:38,8	Steffny, Gerhard	1952 TV Germania Trier	Mi. 08.10.1969	Trier
16:38,9	Beck, Olaf	1966 TuS Mayen	Do. 25.08.1983	Koblenz
16:39,90	Hoyden, Simon	1987 Lauffreunde Naheland	Mi. 17.09.2003	Wiesbaden
16:40,66	Pfeiffer, Julian	1992 LG Lahn-Aar-Esterau	Fr. 26.09.2008	Trier
16:41,4	Sauer, Bernhard	1964 TuS Spay	Do. 17.09.1981	Koblenz
16:41,4	Brenner, Thomas	1968 LG Sieg	Mi. 05.09.1984	Wetzlar
16:43,3	Krupp, Jürgen	1961 Tschft. Bendorf	Do. 04.05.1978	Saarbrücken
16:44,0	Drolshagen, Peter	1964 TuS Ahrweiler	Do. 19.06.1980	Koblenz
16:44,1	Dockendorf, Edgar	1961 Post-SV Trier 121.	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:44,5	Klären, Rainer	1970 LG Vulkaneifel	Sa. 03.05.1986	Trier
16:44,5	Paulus, Oliver	1969 LG Vulkaneifel	Sa. 03.05.1986	Trier
16:44,6	Nix, Markus	1961 LG Vulkaneifel	Sa. 07.10.1978	Ingelheim
16:45,43	Kaiser, Jan	1993 TuS Hachenburg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
16:45,3	Göbel, Christopher	1966 SG Bad Kreuznach	Sa. 02.10.1982	Ingelheim
16:45,4	Nebendahl, Horst	1953 Tschft. Bendorf	Mi. 23.09.1970	Bendorf
16:45,8	Müller, Thorsten	1972 LG Sieg	Mi. 23.09.1987	Koblenz

16:46,3	Alt, Christian	1983 LG Maifeld-Pellenz	Fr. 25.08.2000	Bitburg
16:46,7	Holzhäuser, Andreas	1963 LG Vulkaneifel	Sa. 07.10.1978	Ingelheim
16:47,3	Wagner, Dietmar	1968 LAZ Lahn-Aar-Diez 131.	Mi. 11.05.1983	Nassau
16:47,6	Schulz, Harald	1967 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 01.10.1983	Ingelheim
16:48,4	Mann, Dieter	1954 Spvgg. Nahbollenbach	So. 10.10.1971	Enzweiler
16:49,44	Reuter, Lucca	1995 Spvgg. 04/13 Burgbrohl	Fr. 07.09.2012	Trier
16:49,51	Gebhard, Sebastian	1984 Lauffreunde Naheland	Mi. 11.07.2001	Trebur
16:49,9	Leis, Mario	1963 TV Engers	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:50,2	Schömann-Finck, Matthias	1979 LAC Wittlich	Fr. 18.08.1995	Bitburg
16:51,03	Marchi, Daniel	1992 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
16:51,49	Koch, Thomas	1976 LG Moseltal	Sa. 26.09.1992	Rehlingen
16:52,0	Groth, Marco	1994 LG Sieg	Fr. 19.08.2011	Betzdorf
16:52,20	Scholz, Christian	1997 Meddy's LWT Koblenz 141.	Fr. 13.09.2013	Trier
16:52,2	Hammes, Michael	1955 DJK Ochtendung	Mi. 23.08.1972	Bendorf
16:52,6	Heinz-Fischer, Wolfgang	1953 TV Germania Trier	Mi. 07.10.1970	Andernach
16:53,0	Krause, Carsten	1980 LG Sieg	Do. 09.10.1997	Frankfurt
16:54,0	Vilz, Klaus	1965 TV Eitelborn	Mi. 12.05.1982	Bad Ems
16:54,22	Thewes, Kevin	1991 TV Hermeskeil 1911	Fr. 26.09.2008	Trier
16:54,2	Vogler, Andreas	1968 LAZ Lahn-Aar-Diez	Do. 22.09.1983	Koblenz
16:55,1	Schuth, Mike	1973 TuS Wallmerod	Sa. 30.09.1989	Wiesbaden
16:56,95	Betzler, Hagen	1996 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 13.09.2013	Trier
16:57,2	Krause, Thorsten	1980 LG Sieg	Do. 09.10.1997	Frankfurt
16:57,59	Stiffel, Thomas	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz 151.	Do. 23.09.1982	Koblenz
16:57,96	Reiter, Christian	1980 Gerolsteiner LGV	Di. 02.09.1997	Euskirchen
16:59,0	Molzberger, Adi	1971 LG Sieg	Di. 10.05.1988	Burbach
16:59,95	Holstein, Timo	1985 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
17:00,82	Ciftic, Hikmet	1976 TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 04.10.1992	Emmelshausen
17:02,0	Wolf, Marco	1968 Post-SV Trier	So. 16.09.1984	Gammertingen
17:02,5	Dreher, Rainer	1964 TuS Tiefenstein	Do. 25.09.1980	Koblenz

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M17

14:34,1	Hardy, Axel	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 25.09.1983	Koblenz
14:46,42	Baumeister, Thorsten	1988 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
14:53,63	Beinlich, Moritz	1996 LG Rhein-Wied	Mi. 15.05.2013	Koblenz
15:04,8	Krystosek, Gerold	1960 LG Sieg	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:08,8	Bourmer, Achim	1965 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 02.10.1982	Ingelheim
15:10,1	Schroeder, Wolfgang	1960 LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.09.1977	Kassel
15:11,26	Duppich, Yannik	1990 Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
15:11,8	Streit, Guido	1974 SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier
15:12,6	Fleschen, Karl	1955 LG Daun	Fr. 20.10.1972	Bitburg
15:15,45	May, Michael	1979 Gerolsteiner LGV 11.	Sa. 07.09.1996	Daun
15:15,49	Kieselbach, Stefan	1970 Post-SV Trier	Mi. 27.05.1987	Koblenz
15:17,0	Weihrauch, Franz-Josef	1955 TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 01.10.1972	Höhr-Grenzhausen
15:21,3	Stinner, Martin	1963 LG Sieg	Fr. 20.06.1980	Troisdorf
15:21,94	Jeandrée, Julien	1994 LG Kreis Ahrweiler	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:23,43	Werhan, Dominik	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:23,6	Hellwig, Winfried	1953 Neuwieder LC	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:31,30	Kowalinski, Marc-Andre	1978 LG Vulkaneifel	Sa. 13.05.1995	Trier
15:31,9	Zimmermann, Werner	1966 LG Andernach-Neuwied	So. 25.09.1983	Ahlen
15:35,4	Steffny, Herbert	1953 TV Germania Trier	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:36,20	Gürntke, Axel	1968 TSV Elgendorf 21.	So. 29.09.1985	Wetzlar
15:37,2	Fetz, Mathias	1970 TS Bendorf	Sa. 20.06.1987	Dortmund
15:37,4	Sieberz, Erich	1960 LG Andernach-Neuwied	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:39,65	Haferkamp, Lars	1979 Gerolsteiner LGV	Sa. 07.09.1996	Daun

15:40,5	Gering, Bernd	1963	TS Bendorf	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:41,4	Thielen, Karl	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:42,9	Krause, Frank	1968	SG Neuhäusel	Fr. 23.08.1985	Wirges
15:45,0	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Do. 05.04.1984	Koblenz
15:45,93	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:46,4	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	Mi. 18.05.1983	Koblenz
15:46,8	Schmitz, Werner	1957	LG Andernach-Neuwied 31.	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:47,18	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:47,4	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 24.04.1982	Bonn
15:47,57	Schweikert, Markus	1994	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:49,0	Adams, Roland	1959	LG Andernach-Neuwied	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:49,8	Schanz, Jürgen	1956	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:52,3	Kern, Daniel	1973	LG Andernach-Neuwied	Do. 13.09.1990	Montabaur
15:52,47	Werland, Philipp	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
15:53,25	Biller, Guido	1970	TuS Kirn	Do. 14.05.1987	Koblenz
15:53,6	Müller, Roland	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 07.10.1975	Koblenz
15:53,7	Best, Joachim	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz 41.	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:53,95	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Do. 24.06.2010	Troisdorf
15:54,70	Reinecke, Thomas	1980	LG Kreis Ahrweiler	Di. 02.09.1997	Euskirchen
15:55,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:57,0	Wunsch, Walter	1953	DJK Andernach	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:57,0	Hohl, Bernhard	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 22.09.1983	Koblenz
15:58,0	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:58,2	Hinkelmann, Günter	1956	Spvgg. Nahbollenbach	So. 26.08.1973	Bad Kreuznach
15:59,2	Hertle, Peter	1967	LG Andernach-Neuwied	Do. 12.07.1984	Mainz
16:00,02	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Sa. 12.09.1992	Bad Godesberg
16:00,2	Steinhardt, Manfred	1955	Tschft. Bendorf 51.	Mi. 13.09.1972	Neuwied
16:00,54	Thomas, Jens	1973	TuS Tiefenstein	Do. 09.08.1990	Limburgerhof
16:00,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:01,0	Schnell, Frank	1963	TuS Hoppstädten	Sa. 26.04.1980	Diez
16:01,1	Müller, Jürgen	1966	TSV Elgendorf	Do. 26.05.1983	Koblenz
16:01,5	Lautner, Andreas	1963	LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
16:01,88	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
16:02,1	Dany, Tobias	1972	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz
16:02,5	Faust, Torsten	1972	TuS Sohren	Sa. 30.09.1989	Wiesbaden
16:06,98	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 18.09.2009	Trier
16:07,43	Rötsch, Christian	1978	LG Emmelshausen 61.	Mo. 10.07.1995	Limburgerhof
16:07,5	Schneider, Harald	1964	TS Bendorf	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:08,2	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 25.08.2000	Bitburg
16:09,2	Witzel, Paul	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 24.08.2001	Bitburg
16:10,1	Adamietz, Michael	1972	TV Kröv	Fr. 06.10.1989	Bernkastel
16:10,60	Kirschhoff, Knut	1969	TuS Tiefenstein	Fr. 25.07.1986	Homburg
16:10,5	Jochem, Jürgen	1961	Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:11,0	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Mi. 18.05.1977	Plaidt
16:11,72	Belker, Simon	1973	Post-SV Trier	Mi. 29.08.1990	Ludwigshafen
16:14,10	Brenner, Michael	1970	LG Sieg	Fr. 24.07.1987	Troisdorf
16:16,7	Reinhardt, Michael	1963	TuS Rot-Weiss Koblenz 71.	Do. 10.07.1980	Koblenz
16:17,22	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	Di. 02.09.1997	Euskirchen
16:17,2	Korb, Rüdiger	1962	FC Brücken	So. 22.07.1979	Koblenz
16:17,8	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 26.05.1976	Koblenz
16:19,0	Kaul, Edi	1952	Neuwieder LC	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:19,1	Öffling, Bernd	1968	Post-SV Trier	Fr. 26.07.1985	Troisdorf
16:23,0	Schäfer, Christoph	1960	TuS Johannes Lahnstein	Sa. 03.09.1977	Koblenz
16:23,1	Krah, Dietmar	1960	LG Sieg	Mi. 18.05.1977	Plaidt
16:23,4	Spang, Günter	1952	Post-SV Trier	Mi. 08.10.1969	Trier
16:23,4	Emmerich, Roland	1971	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.09.1988	Koblenz
16:25,1	Weber, Wilfried	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz

		81.		
16:25,5	Thielen, Patrick	1975	TV Germania Trier	Do. 24.09.1992 Trier
16:25,7	Hannappel, Christian	1968	TuS Montabaur	Fr. 23.08.1985 Wirges
16:25,8	Kayser, Christian	1970	TSV Lay	Fr. 03.04.1987 Koblenz
16:26,70	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 04.09.1987 Troisdorf
16:26,6	Knoth, Heiko	1965	Post SV Koblenz	Do. 24.06.1982 Koblenz
16:26,8	Meyer, Bernd	1959	LG Vulkaneifel	So. 05.09.1976 Höhr-Grenzhausen
16:27,2	Ditscheid, Lothar	1958	LG Andernach-Neuwied	Sa. 13.09.1975 Königswinter
16:27,8	Schui, Wolfgang	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 01.10.1971 Koblenz
16:30,2	Weinandy, Andre	1975	TV Germania Trier	Do. 24.09.1992 Trier
16:31,0	Seidel, Joachim	1955	TV Nassau	Fr. 15.09.1972 Offheim
		91.		
16:31,0	Müller, Rüdiger	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 07.10.1975 Koblenz
16:33,36	Pütz, Yannick	1997	LG Rhein-Wied	Fr. 19.09.2014 Trier
16:36,71	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 28.08.2010 Bad Neuenahr-A.
16:35,6	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Do. 24.09.1992 Trier
16:36,8	Ruckes, Thorsten	1976	LG Maifeld-Pellenz	Do. 26.08.1993 Westerburg
16:37,3	Weirich, Klaus	1964	VfR Simmern	Sa. 02.05.1981 Andernach
16:38,1	Neumetzler, Udo	1966	LG Vulkaneifel	Do. 28.07.1983 Aachen
16:38,8	Steffny, Gerhard	1952	TV Germania Trier	Mi. 08.10.1969 Trier
16:38,9	Beck, Olaf	1966	TuS Mayen	Do. 25.08.1983 Koblenz
16:41,4	Sauer, Bernhard	1964	TuS Spay	Do. 17.09.1981 Koblenz
		101.		
16:43,3	Krupp, Jürgen	1961	Tschft. Bendorf	Do. 04.05.1978 Saarbrücken
16:44,1	Dockendorf, Edgar	1961	Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978 Troisdorf
16:44,5	Paulus, Oliver	1969	LG Vulkaneifel	Sa. 03.05.1986 Trier
16:44,6	Nix, Markus	1961	LG Vulkaneifel	Sa. 07.10.1978 Ingelheim
16:45,4	Nebendahl, Horst	1953	Tschft. Bendorf	Mi. 23.09.1970 Bendorf
16:46,3	Alt, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 25.08.2000 Bitburg
16:48,17	Hoyden, Simon	1987	Lauffreunde Naheland	Mi. 15.09.2004 Wiesbaden
16:48,4	Mann, Dieter	1954	Spvgg. Nahbollenbach	So. 10.10.1971 Enzweiler
16:49,44	Reuter, Lucca	1995	Spvgg. 04/13 Burgbrohl	Fr. 07.09.2012 Trier
16:49,51	Gebhard, Sebastian	1984	Lauffreunde Naheland	Mi. 11.07.2001 Trebur
		111.		
16:51,03	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009 Trier
16:52,0	Groth, Marco	1994	LG Sieg	Fr. 19.08.2011 Betzdorf
16:52,2	Hammes, Michael	1955	DJK Ochtendung	Mi. 23.08.1972 Bendorf
16:52,71	Koch, Thomas	1976	LG Moseltal	Sa. 25.09.1993 Rehlingen
16:52,6	Heinz-Fischer, Wolfgang	1953	TV Germania Trier	Mi. 07.10.1970 Andernach
16:53,0	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Do. 09.10.1997 Frankfurt
16:54,0	Vilz, Klaus	1965	TV Eitelborn	Mi. 12.05.1982 Bad Ems
16:54,22	Thewes, Kevin	1991	TV Hermeskeil 1911	Fr. 26.09.2008 Trier
16:56,95	Betzler, Hagen	1996	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 13.09.2013 Trier
16:57,2	Krause, Thorsten	1980	LG Sieg	Do. 09.10.1997 Frankfurt
		121.		
16:57,96	Reiter, Christian	1980	Gerolsteiner LGV	Di. 02.09.1997 Euskirchen
16:59,0	Molzberger, Adi	1971	LG Sieg	Di. 10.05.1988 Burbach

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M16

15:22,6	Baumbach, Jörg von	1964	TuS Hoppstädten	Sa. 10.05.1980 Enzweiler
15:34,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Sa. 29.09.2012 Bad Neuenahr-A.
15:34,96	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009 Trier
15:40,1	Kowalinski, Marc-Andre	1978	LG Vulkaneifel	Fr. 08.07.1994 Trier
15:44,39	Jeandré, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010 Trier
15:47,83	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.09.1982 Koblenz
15:47,8	May, Michael	1979	LG Vulkaneifel	Fr. 18.08.1995 Bitburg
15:49,16	Petry, René	1980	LG Sieg	Fr. 02.08.1996 Troisdorf
15:52,6	Bourmer, Achim	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 17.09.1981 Koblenz
15:55,3	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Do. 27.09.1979 Koblenz

		11.		
15:58,75	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004 Trier
16:03,4	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	Do. 15.05.1986 Koblenz
16:07,1	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984 Koblenz
16:08,29	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 16.08.1986 Rehlingen
16:09,0	Krause, Frank	1968	SG Neuhäusel	Do. 27.09.1984 Koblenz
16:09,17	Schütz, Robert	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010 Trier
16:10,2	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Do. 24.09.1981 Koblenz
16:13,25	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Do. 03.10.1991 Emmelshausen
16:13,3	Bopp, Frank	1966	SG Bad Kreuznach	Do. 24.06.1982 Koblenz
16:15,06	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009 Trier
		21.		
16:15,3	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf	Do. 27.09.1984 Koblenz
16:16,56	Duppich, Yannik	1990	Gerolsteiner LGV	Di. 19.09.2006 Trier
16:18,0	Stäudt, Michael	1962	DJK Adler Bad Kreuznach	Sa. 17.06.1978 Ingelheim
16:19,3	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Do. 22.09.1983 Koblenz
16:20,6	Witte, Martin	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 24.06.1982 Koblenz
16:21,96	Werland, Philipp	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Di. 19.09.2006 Trier
16:25,0	Müller, Jürgen	1966	TSV Elgendorf	Do. 24.06.1982 Koblenz
16:25,72	Brenner, Michael	1970	LG Sieg	Di. 22.07.1986 Kreuztal
16:27,5	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	Sa. 02.10.1982 Ingelheim
16:27,77	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Fr. 18.09.2009 Trier
		31.		
16:30,5	Frick, Stefan	1963	Post-SV Trier	Fr. 21.09.1979 Dormagen
16:33,82	Stock, Maximilian	1993	LG Sieg	Fr. 21.08.2009 Betzdorf
16:34,1	Michels, Harald	1962	LG Vulkaneifel	Fr. 04.08.1978 Troisdorf
16:35,1	Weber, Wilfried	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 01.10.1983 Ingelheim
16:35,3	Rötsch, Christian	1978	LG Emmelshausen	Do. 21.04.1994 Oberwesel
16:37,0	Wenzel, Andrei	1982	LG Rhein-Wied	So. 26.04.1998 Birkenfeld
16:37,58	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Do. 16.07.2009 Saarbrücken
16:39,90	Hoyden, Simon	1987	Lauffreunde Naheland	Mi. 17.09.2003 Wiesbaden
16:40,66	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Fr. 26.09.2008 Trier
16:41,4	Brenner, Thomas	1968	LG Sieg	Mi. 05.09.1984 Wetzlar
		41.		
16:42,61	Bock, Alexander	1992	TV Hermeskeil 1911	Fr. 26.09.2008 Trier
16:44,0	Drolshagen, Peter	1964	TuS Ahrweiler	Do. 19.06.1980 Koblenz
16:44,5	Klären, Rainer	1970	LG Vulkaneifel	Sa. 03.05.1986 Trier
16:45,43	Kaiser, Jan	1993	TuS Hachenburg	Fr. 21.08.2009 Betzdorf
16:45,3	Göbel, Christopher	1966	SG Bad Kreuznach	Sa. 02.10.1982 Ingelheim
16:47,6	Schulz, Harald	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 01.10.1983 Ingelheim
16:48,67	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 26.09.2008 Trier
16:50,2	Schömann-Finck, Matthias	1979	LAC Wittlich	Fr. 18.08.1995 Bitburg
16:50,3	Kayser, Christian	1970	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986 Koblenz
16:51,0	Reinecker, Thomas	1980	LG Kreis Ahrweiler	Do. 29.08.1996 Eitelborn
		51.		
16:51,49	Koch, Thomas	1976	LG Moseltal	Sa. 26.09.1992 Rehlingen
16:52,20	Scholz, Christian	1997	Meddy's LWT Koblenz	Fr. 13.09.2013 Trier
16:55,1	Schuth, Mike	1973	TuS Wallmerod	Sa. 30.09.1989 Wiesbaden
16:57,01	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Do. 12.08.1999 Eitelborn
16:57,59	Stiffel, Thomas	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.09.1982 Koblenz
16:58,5	Korb, Rüdiger	1962	FC Brücken	Sa. 20.05.1978 Enzweiler
16:59,1	Reinhardt, Michael	1963	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1979 Koblenz
17:00,82	Ciftic, Hikmet	1976	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 04.10.1992 Emmelshausen
17:00,8	Weinandy, Andre	1975	LG Bitburg-Prüm	Mi. 02.10.1991 Trier
17:01,58	Pütz, Yannick	1997	LG Rhein-Wied	Fr. 13.09.2013 Trier
		61.		
17:02,0	Wolf, Marco	1968	Post-SV Trier	So. 16.09.1984 Gammertingen
17:02,5	Dreher, Rainer	1964	TuS Tiefenstein	Do. 25.09.1980 Koblenz
17:02,77	Beck, Olaf	1966	TuS Mayen	Do. 23.09.1982 Koblenz

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M15

15:50,7	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	So. 27.09.1981	Ingelheim
16:04,2	Witte, Martin	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:04,7	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:08,9	Baumbach, Jörg von	1964	TuS Hoppstädten	Mi. 20.06.1979	Birkenfeld
16:19,9	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Do. 31.07.1980	Ludwigshafen
16:27,5	Frick, Stefan	1963	Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:28,1	Ebersweiser, Lothar	1963	TuS Erpel	Fr. 29.09.1978	Koblenz
16:28,8	Hausen, Andreas	1963	TuS Erpel	Fr. 29.09.1978	Koblenz
16:32,7	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:38,2	Zimmermann, Werner	1966	TuS Erpel	Do. 24.09.1981	Koblenz
			11.		
16:39,3	Faust, Torsten	1972	TuS Sohren	Mi. 23.09.1987	Koblenz
16:40,8	Brenner, Michael	1970	LG Sieg	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
16:45,8	Müller, Thorsten	1972	LG Sieg	Mi. 23.09.1987	Koblenz
16:46,7	Holzhäuser, Andreas	1963	LG Vulkaneifel	Sa. 07.10.1978	Ingelheim
16:47,3	Wagner, Dietmar	1968	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 11.05.1983	Nassau
16:49,9	Leis, Mario	1963	TV Engers	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:54,2	Vogler, Andreas	1968	LAZ Lahn-Aar-Diez	Do. 22.09.1983	Koblenz
16:56,2	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
16:59,95	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
17:00,08	Weber, Wilfried	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.09.1982	Koblenz
			21.		
17:05,3	Bieschke, Ulf	1972	LG Sieg	Mi. 23.09.1987	Koblenz
17:06,54	Schweikert, Markus	1994	TuS Spay	Mi. 10.06.2009	Mayen
17:09,70	Zyciora, Marvin	1996	LG Kreis Ahrweiler	Mi. 18.05.2011	Mayen
17:10,8	Iskenius, Martin	1966	LG Sieg	Do. 21.05.1981	Koblenz
17:11,7	Schroeder, Thomas	1970	TuS Mayen	So. 09.06.1985	Konz
17:12,9	Gürntke, Axel	1968	ESV Elgendorf	Do. 22.09.1983	Koblenz
17:15,53	Hoyden, Simon	1987	Lauffreunde Naheland	Sa. 11.05.2002	Wiesbaden
17:24,6	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	So. 30.09.1990	Emmelshausen
17:28,54	Olbermann, Niclas	1998	LG HSC Gam.-RSC Unterm.	Mi. 15.05.2013	Mayen
17:29,4	Liebenehm, Uwe	1963	Wittlicher TV	Sa. 30.09.1978	Wittlich
			31.		
17:30,08	Gorges, Oliver	1998	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 13.09.2013	Trier
17:30,6	Euler, Peter	1965	TS Bendorf	Do. 10.07.1980	Koblenz
17:31,3	Röder, Sven	1970	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 19.09.1985	Koblenz
17:31,7	Lendsrath, Markus	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 25.09.1980	Koblenz
17:34,2	Kilian, Michael	1972	TSV Elgendorf	Sa. 03.10.1987	Ingelheim
17:37,3	Hofschulte, Martin	1970	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 19.09.1985	Koblenz
17:43,2	Erlenbach, Stefan	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 25.09.1980	Koblenz
17:59,8	Wißkirchen, Pauljo	1963	Post SV Remagen	Mi. 26.04.1978	Ochtendung
18:04,6	Schwarz, Thorsten	1972	TuS Tiefenstein	Do. 28.05.1987	Birkenfeld
18:13,06	Kober, David	1988	LG Sieg	Fr. 29.08.2003	Betzdorf
			41.		
18:19,85	Otterbach, Raffael	1988	LG Sieg	Fr. 29.08.2003	Betzdorf
18:20,7	Stieler, Miro	1987	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
18:27,09	Domasch, Mike	1972	LG Sieg	Fr. 24.07.1987	Troisdorf
18:46,7	Kloss, Volker	1972	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 21.08.1987	Bad Neuenahr-A.-Ah.
18:56,20	Knautz, Sebastian	1980	LG Sieg	Mi. 05.07.1995	Betzdorf
18:57,9	Jung, Simon	1986	LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
18:59,1	Hohndorf, Richard	1997	LG Sieg	Fr. 17.08.2012	Betzdorf
19:07,6	Schmidt, Jonas	1996	LG Sieg	Fr. 19.08.2011	Betzdorf
19:13,15	Laurus, Markus	1979	DJK Wißmannsdorf	Sa. 11.06.1994	Bitburg
19:18,6	Wagner, Constantin	1998	LG Sieg	Fr. 14.06.2013	Betzdorf
			51.		
19:52,20	Fuhrt, Christoph	1988	FC Ormont	Fr. 22.08.2003	Bitburg
19:55,10	Martin, Marcel	1987	Running Team Bad Ems	Sa. 24.08.2002	Montabaur
19:58,3	Hensel, Matthias	1987	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend M14

16:12,7	Baumgarten, Markus	1966	LFC Stromberg	Do. 10.07.1980	Koblenz
16:29,5	Zimmermann, Werner	1966	TuS Erpel	Do. 25.09.1980	Koblenz
17:19,2	Kern, Daniel	1973	TSV Elgendorf	Sa. 03.10.1987	Ingelheim
17:53,2	Kober, David	1988	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
17:59,8	Baumeister, Thorsten	1988	TG Konz	Fr. 23.08.2002	Bitburg
18:38,3	Otterbach, Raffael	1988	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
19:46,64	Utsch, Michael	1992	LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf
19:59,68	Kämpflein, Simon	1984	LG Sieg	Fr. 26.06.1998	Betzdorf
22:03,15	Christiansen, Dirk	1991	LG Rhein-Wied	Fr. 12.08.2005	Neuwied

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U18

17:28,42	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:40,8	Schranz, Corinna	1970	LAZ Lahn-Aar-Diez	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
18:14,3	Schmidt, Heike	1967	LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985	LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:26,5	Schmidt, Dorle	1967	LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:27,73	Heinzen, Viola	1989	Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:36,04	Schneider, Tina	1990	LG Sieg	Fr. 24.08.2007	Betzdorf
18:42,88	Betzler, Linda	1992	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 29.08.2009	Morbach
18:43,57	Morandini, Viola	1980	Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:45,88	Schmitt, Hannah	1997	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 13.09.2013	Trier
			11.		
18:48,4	Moll, Corinna	1974	LG Sieg	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:54,1	Herber, Julia	1975	Post-SV Trier	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
18:54,9	Stark, Petra	1971	LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
18:58,93	Schleipen, Britta	1978	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 13.05.1995	Köln
19:02,57	Rösner, Nora	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:02,63	Bermes, Chiara	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
19:02,65	Schmitt, Laura	1993	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 17.09.2010	Trier
19:04,3	Lautwein, Teresa	1984	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:04,4	Ahlbach, Susanne	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 15.04.1982	Koblenz
19:07,23	Monzel, Barbara	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
			21.		
19:08,23	Meyer, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:15,60	Hammer, Meike	1991	Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
19:20,90	Rohner, Meike	1993	LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:23,1	Schmitz, Liobe	1964	Wittlicher TV	Sa. 25.04.1981	Wittlich
19:23,4	Thielen, Anja	1971	TV Cochem	Sa. 30.04.1988	Neuwied
19:39,32	Sturm, Marion	1988	TuS Dierdorf	Fr. 12.08.2005	Neuwied
19:44,44	Bungard, Carina	1988	Gerolsteiner LGV	Sa. 30.04.2005	Konz
19:50,3	Meyne, Andrea	1976	LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 24.04.1993	Neuwied
19:55,4	Freiß, Regina	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:55,7	Stinner, Barbara	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
			31.		
20:01,55	Weber, Nicole	1979	LG Sieg	Fr. 14.06.1996	Betzdorf
20:18,4	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:33,6	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 02.08.2000	Westerburg
20:34,29	Rach, Katharina	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
20:44,41	Keser, Juliane	1996	LG Westerwald	Fr. 07.09.2012	Trier
20:47,78	Schulte, Birte	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 09.09.2000	Altendiez
20:52,99	Franke, Dominique	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
20:57,9	Becker, Julia	1975	LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
21:02,23	Neumann, Margarete	1987	TV Niederbieber	Mi. 30.06.2004	Neuwied
21:03,21	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Mi. 30.05.2007	Mayen
			41.		

21:24,86	Bellaire, Nathalie	1986	Post-Sport Telekom Trier	Di. 07.10.2003	Trier
21:29,45	Martin, Sarah	1982	Running Team Bad Ems	Do. 12.08.1999	Eitelborn
21:40,21	Schedler, Sandra	1989	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 30.04.2005	Konz
21:58,2	Lames, Maike	1985	TuS Montabaur	Sa. 06.04.2002	Oelde
22:10,24	Pflicht, Jana	1988	LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf
22:15,78	Platz, Julia	1990	LG TV Birkenfeld	Fr. 15.09.2006	Birkenfeld
22:25,60	Lang, Lisa	1992	LG Idar-Oberstein	So. 26.04.2009	Birkenfeld
22:33,34	Karp, Marie-Theres	1983	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
22:52,05	Schlosser, Julika	1993	LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
23:12,93	Mauer, Kristin	1991	TSV Emmelshausen 51.	Do. 31.05.2007	Oberwesel
23:29,5	Brenner, Alicia	1998	LG Westerwald	Fr. 13.06.2014	Betzdorf
23:30,9	Sawatzki, Nelli	1986	Diezer TSK Oranien	Mi. 19.06.2002	Westerburg
23:53,93	Windhagen, Jasmin	1984	LG Sieg	Fr. 26.06.1998	Betzdorf
24:20,28	Klein, Lilia	1986	TuS Niederneisen	So. 04.05.2003	Westerburg
24:39,83	Schlachter, Taja	1989	LG Idar-Oberstein	So. 11.06.2006	Birkenfeld
25:20,95	Thomas, Birthe	1990	LG Sieg	Fr. 25.08.2006	Betzdorf
25:42,14	Fewinger, Rebecca P.	1990	TV 1848 Oberstein	So. 11.06.2006	Birkenfeld
25:46,1	Eisenbrandt, Jana	1991	TV Odernheim	Mi. 04.07.2007	Bad Sobernheim
26:22,50	Kristja, Farah Mareen	1992	TV Weisel	Mi. 28.05.2008	Mayen

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend W17

17:28,42	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:40,8	Schranz, Corinna	1970	LAZ Lahn-Aar-Diez	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
18:14,3	Schmidt, Heike	1967	LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985	LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:36,04	Schneider, Tina	1990	LG Sieg	Fr. 24.08.2007	Betzdorf
18:42,88	Betzler, Linda	1992	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 29.08.2009	Morbach
18:43,57	Morandini, Viola	1980	Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:48,4	Moll, Corinna	1974	LG Sieg	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:54,1	Herber, Julia	1975	Post-SV Trier	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
18:58,93	Schleipen, Britta	1978	LG Kreis Ahrweiler 11.	Sa. 13.05.1995	Köln
19:02,57	Rösner, Nora	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:02,63	Bermes, Chiara	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
19:02,65	Schmitt, Laura	1993	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 17.09.2010	Trier
19:07,23	Monzel, Barbara	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:08,23	Meyer, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:23,1	Schmitz, Liobe	1964	Wittlicher TV	Sa. 25.04.1981	Wittlich
19:23,4	Thielen, Anja	1971	TV Cochem	Sa. 30.04.1988	Neuwied
19:39,32	Sturm, Marion	1988	TuS Dierdorf	Fr. 12.08.2005	Neuwied
19:44,44	Bungard, Carina	1988	Gerolsteiner LGV	Sa. 30.04.2005	Konz
19:50,3	Meyne, Andrea	1976	LG Rhein-Wied/Andernach 21.	Sa. 24.04.1993	Neuwied
19:55,4	Freiß, Regina	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:55,7	Stinner, Barbara	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:01,55	Weber, Nicole	1979	LG Sieg	Fr. 14.06.1996	Betzdorf
20:18,4	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:33,6	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 02.08.2000	Westerburg
20:34,29	Rach, Katharina	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
20:47,78	Schulte, Birte	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 09.09.2000	Altendiez
20:52,99	Franke, Dominique	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
20:57,9	Becker, Julia	1975	LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
21:02,23	Neumann, Margarete	1987	TV Niederbieber 31.	Mi. 30.06.2004	Neuwied
21:24,86	Bellaire, Nathalie	1986	Post-Sport Telekom Trier	Di. 07.10.2003	Trier
21:29,45	Martin, Sarah	1982	Running Team Bad Ems	Do. 12.08.1999	Eitelborn
21:34,10	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Mi. 28.05.2008	Mayen
21:58,2	Lames, Maike	1985	TuS Montabaur	Sa. 06.04.2002	Oelde

22:10,24	Pflicht, Jana	1988 LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf
22:25,60	Lang, Lisa	1992 LG Idar-Oberstein	So. 26.04.2009	Birkenfeld
22:33,34	Karp, Marie-Theres	1983 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
22:41,26	Platz, Julia	1990 LG TV Birkenfeld	So. 29.04.2007	Birkenfeld
24:05,22	Sawatzki, Nelli	1986 LT Diezer TSK/LG Einrich	So. 04.05.2003	Westerburg
24:20,28	Klein, Lilia	1986 TuS Niederneisen 41.	So. 04.05.2003	Westerburg
24:39,83	Schlachter, Taja	1989 LG Idar-Oberstein	So. 11.06.2006	Birkenfeld
26:37,0	Kristja, Farah Mareen	1992 TV Weisel	Fr. 07.08.2009	Neuwied

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend W16

17:40,71	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Sa. 19.05.2001	Kandel
18:14,97	Sieberz, Esther	1985 LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:27,73	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:45,88	Schmitt, Hannah	1997 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 13.09.2013	Trier
18:50,6	Morandini, Viola	1980 Gerolsteiner LGV	Di. 20.08.1996	Aachen
19:04,3	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:04,4	Ahlbach, Susanne	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 15.04.1982	Koblenz
19:15,60	Hammer, Meike	1991 Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
19:18,08	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 07.10.2003	Trier
19:20,90	Rohner, Meike	1993 LG Sieg 11.	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:22,5	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Fr. 22.09.1989	Koblenz
19:27,36	Schmitt, Laura	1993 LG Bernkastel/Wittlich	Mi. 08.07.2009	Bernkastel
19:28,82	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 29.08.2009	Morbach
19:41,32	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 25.08.2006	Betzdorf
19:46,82	Monzel, Barbara	1987 TG Konz	Di. 07.10.2003	Trier
20:38,43	Rach, Katharina	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Di. 19.09.2006	Trier
20:41,70	Freiss, Regina	1983 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
20:43,00	Weber, Nicole	1979 LG Sieg	Mi. 05.07.1995	Betzdorf
20:44,41	Keser, Juliane	1996 LG Westerwald	Fr. 07.09.2012	Trier
21:03,21	Schneider, Franziska	1991 TV Niederbieber 21.	Mi. 30.05.2007	Mayen
21:21,20	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
21:24,80	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
21:30,45	Franke, Dominique	1988 Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
21:40,21	Schedler, Sandra	1989 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 30.04.2005	Konz
22:15,78	Platz, Julia	1990 LG TV Birkenfeld	Fr. 15.09.2006	Birkenfeld
22:24,02	Pflicht, Jana	1988 LG Sieg	Fr. 16.07.2004	Betzdorf
22:52,05	Schlosser, Julika	1993 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
23:08,3	Schulte, Alina	1983 Diezer TSK Oranien	Mi. 04.08.1999	Westerburg
23:12,93	Mauer, Kristin	1991 TSV Emmelshausen	Do. 31.05.2007	Oberwesel
23:29,5	Brenner, Alicia	1998 LG Westerwald 31.	Fr. 13.06.2014	Betzdorf
23:30,9	Sawatzki, Nelli	1986 Diezer TSK Oranien	Mi. 19.06.2002	Westerburg
24:07,4	Schulte, Birte	1983 Diezer TSK Oranien	Mi. 04.08.1999	Westerburg
25:20,95	Thomas, Birthe	1990 LG Sieg	Fr. 25.08.2006	Betzdorf
25:42,14	Fewinger, Rebecca P.	1990 TV 1848 Oberstein	So. 11.06.2006	Birkenfeld
25:46,1	Eisenbrandt, Jana	1991 TV Odernheim	Mi. 04.07.2007	Bad Sobernheim
26:22,50	Kristja, Farah Mareen	1992 TV Weisel	Mi. 28.05.2008	Mayen

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend W15

18:26,5	Schmidt, Dorle	1967 LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:54,9	Stark, Petra	1971 LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
19:23,89	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Do. 28.08.2003	Eitelborn
19:47,40	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf

20:39,04	Monzel, Barbara	1987	LG Saar-Mosel	Fr. 25.08.2000	Bitburg
21:12,23	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Fr. 11.08.2006	Neuwied
21:19,22	Rohner, Meike	1993	LG Sieg	Fr. 30.05.2008	Betzdorf
22:40,54	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 26.06.1998	Betzdorf
23:53,93	Windhagen, Jasmin	1984	LG Sieg	Fr. 26.06.1998	Betzdorf
24:02,70	Windhagen, Jasmin	1984	LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf

Top Liste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männer

13:22,09	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 13.08.1987	Koblenz
13:30,53	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Di. 06.07.1982	Stockholm/SWE
13:31,93	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	LG Andernach-Neuwied	So. 08.09.1974	Rom/ITA
13:32,0	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	LG Andernach-Neuwied	So. 08.09.1974	Rom
13:33,57	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 19.06.1988	Düsseldorf
13:35,0	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	So. 13.08.1978	Köln
13:35,4	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	So. 29.06.1975	Gelsenkirchen
13:37,49	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 06.08.1986	Koblenz
13:37,65	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Fr. 11.09.1981	London
13:38,0	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Mi. 15.06.1977	Stockholm/SWE
			11.		
13:38,8	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Fr. 21.05.1976	Köln
13:41,94	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Di. 10.06.1980	Warschau
13:42,8	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Di. 10.08.1976	Stockholm/SWE
13:42,8	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Mo. 10.08.1987	Stockholm/SWE
13:43,86	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Mi. 29.08.1984	Koblenz
13:43,94	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Fr. 21.06.1985	Essen
13:46,44	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Mi. 21.05.1986	Koblenz
13:47,50	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Fr. 10.06.1994	Nürnberg
13:51,2	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	So. 11.08.1974	Stuttgart
13:51,3	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 18.05.1983	Koblenz
			21.		
13:51,6	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	Neuwieder LC	So. 22.07.1973	Berlin
13:53,59	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Sa. 31.07.2004	Heusden
13:54,5	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 18.05.1983	Koblenz
13:55,94	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 04.08.1985	Stuttgart
13:56,63	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 13.08.1989	Hamburg
13:56,74	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 25.08.1982	Koblenz
13:58,7	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	Di. 10.07.1979	Budapest/HUN
13:59,63	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	VfL Wehbach	So. 26.06.1983	Bremen
13:59,70	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 18.05.2005	Koblenz
13:59,84	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 07.06.2000	Kassel
			31.		
14:00,1	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 01.07.1982	Koblenz
14:01,19	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 21.05.2008	Koblenz
14:02,31	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 16.05.1984	Koblenz
14:02,67	Schuff, Carlo	1980	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2007	Koblenz
14:03,12	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:03,22	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 09.05.2003	Koblenz
14:03,7	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:04,22	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 12.06.1981	Baunatal
14:04,34	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:04,48	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	So. 27.08.1989	Köln
			41.		
14:04,5	Monz, Leo	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 11.08.1978	Köln
14:05,6	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Sa. 02.06.1973	Lüdenscheid
14:05,90	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Do. 13.05.1999	Köln
14:05,8	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 11.09.1993	Köln
14:06,09	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied	Mi. 16.05.1984	Koblenz
14:06,41	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 21.05.1986	Koblenz
14:06,57	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 24.06.1984	Düsseldorf

14:07,05	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Mi. 01.06.1988	Koblenz
14:07,4	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Fr. 23.07.1976	Frankfurt
14:07,6	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg 51.	Fr. 17.08.1979	Troisdorf
14:08,06	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 12.06.1981	Baunatal
14:08,1	Blönningen, Felix	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:08,25	Pyka, Dennis	1972	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 17.05.2000	Koblenz
14:08,6	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Sa. 14.09.1974	Warley
14:09,4	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 17.08.1979	Troisdorf
14:10,6	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 06.09.1979	Koblenz
14:10,7	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied	Mi. 18.05.1983	Koblenz
14:11,1	Monz, Leo	1952	SG Bad Kreuznach	Mi. 06.07.1977	Koblenz
14:11,87	Schäfer, Michael	1958	LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.06.1989	Koblenz
14:11,98	Honsdorf, Uwe	1963	TSV Lay 61.	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:11,9	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 21.07.1979	Troisdorf
14:12,39	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 27.05.1987	Koblenz
14:12,53	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 02.04.2010	Williamsburg
14:12,71	Kah, Sören	1982	LG Lahn-Aar-Esterau	So. 24.07.2011	Kassel
14:13,08	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz
14:13,7	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 08.07.1989	Kassel
14:14,4	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Sa. 28.06.1975	Gelsenkirchen
14:14,95	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz
14:15,15	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
14:15,2	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz 71.	Mi. 08.09.1976	Koblenz
14:15,35	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 19.05.2010	Koblenz
14:15,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 27.04.1975	Dortmund
14:15,97	Honsdorf, Uwe	1963	TSV Lay	Do. 23.05.1991	Koblenz
14:16,08	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	Mi. 13.05.1998	Koblenz
14:16,76	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2007	Koblenz
14:16,8	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 24.06.1978	Luxemburg
14:16,99	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Sa. 02.07.1983	Koblenz
14:17,0	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 31.05.1975	Bonn
14:17,2	Hinkelmann, Günter	1956	LG Andernach-Neuwied	Di. 07.06.1977	Budapest
14:17,3	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz 81.	So. 22.06.1980	Göttingen
14:17,5	Orthen, Klaus	1949	LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
14:17,7	Orthen, Klaus	1949	LG Sieg	Sa. 21.07.1979	Troisdorf
14:18,0	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 20.05.1972	Trier
14:18,0	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied	Do. 10.07.1980	Koblenz
14:18,23	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 21.05.2008	Koblenz
14:18,42	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:18,61	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 17.05.1986	Trier
14:19,55	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 19.05.2010	Koblenz
14:19,5	Mindnich, Anton	1957	SG Bad Kreuznach	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:19,67	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied 91.	Fr. 20.06.1986	Troisdorf
14:19,77	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 23.05.2007	Koblenz
14:19,84	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 23.05.2012	Koblenz
14:19,9	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 07.05.1977	Bonn
14:19,9	Schäfer, Norbert	1955	LG Andernach-Neuwied	Do. 01.07.1982	Koblenz
14:20,21	Kah, Sören	1982	LG Lahn-Aar-Esterau	So. 17.06.2012	Bochum
14:20,26	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.08.1985	Cottbus
14:20,72	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:21,0	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	Fr. 22.07.1977	Troisdorf
14:21,25	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 03.06.1993	Koblenz
14:21,25	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier 101.	Mi. 25.05.2011	Koblenz
14:21,61	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 03.09.1988	Kölnsdorf
14:21,84	Schuff, Carlo	1980	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 19.05.2010	Koblenz
14:22,05	Neuschwander, Florian	1981	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz

14:22,54	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:22,7	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:23,01	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 21.05.2008	Koblenz
14:23,33	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:23,75	Kowalinski, Marc-André	1978	Post-Sport Telekom Trier	Di. 16.06.2009	Trier
14:23,98	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 09.05.2001	Koblenz
14:24,27	Pyka, Dennis	1972	LG Bernkastel/Wittlich 111.	Mi. 09.06.1999	Koblenz
14:24,90	Rockenfeller, Dietrich	1952	LG Andernach-Neuwied	Fr. 16.08.1985	Troisdorf
14:24,8	Kaffei, Wolfgang	1946	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 20.05.1971	Coesfeld
14:25,1	Blönningen, Felix	1955	TV Germania Trier	So. 17.07.1977	Dormagen
14:25,37	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	Fr. 11.06.1999	Bonn
14:26,6	Donges, Herbert	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 14.05.1967	Trier
14:26,8	Grün, Wolfgang	1948	Post-SV Trier	Di. 27.06.1978	Troisdorf
14:27,20	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	Zugzwang Wehbach	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:27,6	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	Fr. 17.08.1979	Troisdorf
14:27,97	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 20.05.2009	Koblenz
14:28,27	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV 121.	Mi. 17.05.2000	Koblenz
14:28,59	Honsdorf, Uwe	1963	TSV Lay	Mi. 27.05.1987	Koblenz
14:28,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Mi. 28.05.2014	Koblenz
14:28,9	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 07.05.1978	Bonn
14:29,2	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 05.09.1992	Aachen
14:29,36	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 14.06.1989	Koblenz
14:29,4	Kaul, Edi	1952	LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
14:29,66	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Fr. 18.06.1999	Mannheim
14:29,7	Müller, Dieter	1962	LG Sieg	Mi. 11.05.1994	Koblenz
14:30,11	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Di. 08.09.1992	Koblenz
14:30,2	Frigger, Andreas	1969	LG Rhein-Wied/Andernach 131.	Fr. 09.07.1993	Troisdorf
14:30,4	Hinkelmann, Günter	1956	LG Andernach-Neuwied	So. 07.05.1978	Dortmund

Top Liste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Frauen

15:03,47	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Fr. 11.06.2004	Bergen/NOR
15:09,39	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Sa. 02.07.2005	Wattenscheid
15:09,80	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Fr. 08.08.2003	London/GBR
15:16,32	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Sa. 07.09.2002	Tivoli/ITA
15:16,89	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Sa. 07.07.2012	Bottrop
15:18,53	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Mi. 28.05.2014	Koblenz
15:24,30	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	So. 29.05.2011	Hengelo/NED
15:32,73	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Sa. 06.07.2013	Ulm
15:34,76	Wessinghage, Ellen	1948	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 11.07.1981	Oslo/NOR
15:50,13	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg 11.	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:51,67	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Mi. 05.07.2000	Papendal/NED
16:10,87	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Fr. 11.06.2010	Betzdorf
16:11,25	Jerschabek, Birgit	1969	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
16:17,60	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Mi. 20.05.2009	Koblenz
16:19,07	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Fr. 06.08.1999	Riga
16:21,04	Schedler, Michaela	1982	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 02.07.2005	Wattenscheid
16:24,17	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Mi. 21.05.2008	Koblenz
16:26,66	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Mi. 18.05.2005	Koblenz
16:26,70	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Mi. 23.05.2007	Koblenz
16:27,79	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz 21.	Fr. 24.07.1992	Troisdorf
16:29,97	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 21.06.1996	Köln
16:32,07	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Fr. 19.05.2006	Koblenz
16:33,30	Leukel, Christiane	1968	LG Andernach-Neuwied	Sa. 03.09.1988	Köln
16:33,40	Knetsch, Sabine	1966	LG Sieg	Mi. 04.09.1985	Sankt Augustin

16:33,77	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Fr. 08.07.2005	Troisdorf
16:41,15	Leukel, Christiane	1968	TuS Hachenburg	Di. 15.09.1987	Budapest/HUN
16:42,78	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 01.05.1997	Troisdorf
16:42,95	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Do. 20.05.2004	Borna
16:43,91	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 05.08.1994	Troisdorf
16:47,35	Mockenhaupt, Sabrina	1980	LG Sieg	Sa. 25.04.1998	Köln
			31.		
16:47,4	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Sa. 15.09.1990	Olpe
16:47,56	Baumeister, Anna	1987	Post-Sport Telekom Trier	Di. 29.05.2012	Frederiksberg
16:49,98	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 09.09.1993	Koblenz
16:50,5	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 04.09.1986	Koblenz
16:52,01	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Fr. 26.07.1991	Gießen
16:55,93	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 14.05.1991	Frankfurt
16:57,97	Ehmann, Rita	1967	SSV Heimbach-Weis	Do. 27.08.1998	Eitelborn
16:58,67	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 13.05.1998	Koblenz
17:01,55	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Do. 21.08.2003	Bergisch-Gladbach
17:03,32	Schranz, Corinna	1970	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 23.09.1989	Brackwede
			41.		
17:03,95	Betzler, Linda	1992	LG Rhein-Wied	Sa. 14.06.2014	Wesel
17:06,11	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Do. 20.05.2004	Borna
17:10,10	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 01.07.1995	Göteborg/SWE
17:10,2	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz
17:10,55	Dobmeier, Christiane	1968	TV Hermeskeil 1911	Mi. 23.05.2007	Koblenz
17:11,60	Franzmann, Joelle	1978	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
17:12,83	Franzmann, Joelle	1978	LG Idar-Oberstein	Sa. 23.05.1998	Neuwied
17:13,25	Oberli-Schuh, Elisabeth	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 21.07.1984	Itzehoe
17:15,0	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 13.09.1984	Koblenz
17:17,44	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 11.06.2003	Trebur
			51.		
17:17,3	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 23.09.1987	Koblenz
17:17,95	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Fr. 14.06.1996	Betzdorf
17:20,52	Betzler, Linda	1992	LG Rhein-Wied	Sa. 15.06.2013	Göttingen
17:22,7	Oberli-Schuh, Elisabeth	1952	LG Andernach-Neuwied	Fr. 09.07.1982	Troisdorf
17:23,66	Franzmann, Joelle	1978	LG Idar-Oberstein	Do. 16.05.1996	Koblenz
17:24,48	Betzler, Linda	1992	LG Rhein-Wied	Sa. 28.07.2012	Kandel
17:26,03	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Sa. 01.07.1989	Ludwigshafen
17:28,00	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 02.05.1999	Troisdorf
17:28,2	Ehmann, Rita	1967	SSV Heimbach-Weis	Mi. 02.07.1997	Westerburg
17:28,42	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Sa. 11.05.2002	Dessau
			61.		
17:28,7	Munkler, Bianca	1973	Spiridon Hochwald	Sa. 15.09.2001	Bernkastel-Kues
17:30,5	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 30.04.1988	Neuwied
17:34,80	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Mi. 05.07.1995	Betzdorf
17:35,27	Röhrnbacher, Inge	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 04.07.1986	Ahlen
17:35,58	Oberli-Schuh, Elisabeth	1952	LG Andernach-Neuwied	Sa. 02.07.1983	Schriesheim
17:35,96	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 20.05.2000	Polch
17:38,93	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 28.04.1990	Koblenz
17:40,41	Hoffmann, Renate-Ella	1961	LG Sieg	Sa. 20.05.2000	Polch
17:40,71	Mohr, Christina	1985	Gerolsteiner LGV	Sa. 19.05.2001	Kandel
17:40,8	Schranz, Corinna	1970	LAZ Lahn-Aar-Diez	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
			71.		
17:41,8	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Mi. 16.09.1987	Sankt Augustin
17:41,95	Dobmeier, Christiane	1968	TV Hermeskeil 1911	Sa. 29.04.2006	Trier
17:42,51	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Sa. 20.08.1988	Oldenburg
17:43,29	Elsen, Cornelia	1959	LG Sieg	Sa. 01.07.1989	Ludwigshafen
17:43,64	Ratermann, Megan	1969	LC 1980 Bad Kreuznach	Di. 15.06.1999	Wiesbaden
17:44,1	Moll, Corinna	1973	LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
17:44,84	Schmitz, Nora	1992	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 28.05.2014	Koblenz
17:44,89	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 19.07.1985	München
17:45,24	Jacobi, Birgit	1964	BBC Koblenz-Horchheim	Fr. 09.05.2003	Koblenz
			81.		
17:45,40	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Sa. 17.07.1993	Ludwigshafen

17:45,85	Arent, Nicole	1980	BBC Koblenz-Horchheim	Mi. 28.05.2014	Koblenz
17:46,95	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:47,08	Keller, Ines	1973	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 20.05.2009	Koblenz
17:47,56	Baumeister, Anna	1987	Post-SV Trier	Di. 29.05.2012	Frederiksberg
17:47,70	Veith, Manuela	1974	LG Sieg	Mo. 31.05.1993	Rehlingen
17:48,80	Rausch, Claudia	1974	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 09.05.2003	Koblenz
17:50,4	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.04.1981	Koblenz
17:50,61	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Fr. 19.07.1985	München
17:50,64	Munkler, Bianca	1973	Spiridon Hochwald 91.	Sa. 25.05.2002	Birkenfeld
17:51,29	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 30.06.1989	Ludwigshafen
17:51,7	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Mi. 20.05.1987	Wetzlar
17:54,1	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	Mi. 17.09.1997	Olpe
17:54,63	Olinger, Judith	1984	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 19.05.2010	Koblenz
17:54,91	Adams, Rebecca	1986	Gerolsteiner LGV	Do. 06.07.2006	Saarbrücken
17:55,05	Schmitz, Nora	1992	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 15.06.2013	Göttingen
17:55,95	Jax, Michelle	1992	TV 1861 Bad Ems	Sa. 09.04.2011	Essen
17:56,33	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 15.08.2002	Eitelborn
17:56,88	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 26.07.1991	Troisdorf
17:58,8	Schneider, Tina	1990	LG Sieg 101.	Fr. 17.08.2012	Betzdorf
17:59,0	Wessely, Tina	1976	Spiridon Hochwald	Fr. 07.08.2009	Neuwied
17:59,36	Keller, Ines	1973	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 29.05.2011	Bad Neuenahr-A.
17:59,88	Betzler, Linda	1992	LG Rhein-Wied	Sa. 07.05.2011	Essen
18:00,27	Hoffmann, Renate-Ella	1961	LG Sieg	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:01,73	Olinger, Judith	1984	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 21.05.2008	Koblenz
18:02,80	Olinger, Judith	1984	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 25.05.2011	Koblenz
18:04,68	Walloch, Christina	1980	TuS Duchroth	Sa. 04.06.2005	Wittlich
18:05,2	de Corbier, Caroline	1971	Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:05,8	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
18:06,22	Wirth, Dorothea von	1979	TG Konz 111.	Fr. 25.08.2006	Bitburg
18:06,2	Bender, Annette	1962	TuS Ahrweiler	Sa. 03.05.1986	Sankt Augustin
18:07,0	Böhm, Nicole	1980	BBC Koblenz-Horchheim	Fr. 06.08.2010	Neuwied
18:07,56	Berk, Barbara	1947	LG Rhein-Wied/Andernach	Fr. 24.07.1992	Troisdorf
18:07,74	Elsen, Kornelia	1959	LG Sieg	Fr. 04.08.2000	Ludwigshafen
18:08,04	Menn, Sabine	1960	LG Sieg	Fr. 26.07.1991	Gießen
18:07,9	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1980	Koblenz
18:08,14	Klassmann, Julietta	1964	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 29.06.1985	Dortmund
18:08,2	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Do. 25.08.1983	Koblenz
18:09,77	Keller, Ines	1973	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 28.06.2008	Kevelaer
18:09,79	Wessely, Tina	1976	Spiridon Hochwald 121.	Fr. 26.09.2008	Trier
18:09,88	Brachtendorf, Vanessa	1992	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 16.05.2012	Mayen
18:10,57	Wirth, Dorothea von	1979	TG Konz	Sa. 04.06.2005	Wittlich
18:11,02	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Fr. 06.07.1990	Troisdorf
18:12,27	Reuter, Mona	1989	Post-Sport Telekom Trier	Do. 07.07.2011	Saarbrücken
18:12,3	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	Mi. 29.08.1984	St. Augustin
18:12,66	Dreier, Verena	1985	LG Sieg	Fr. 29.08.2003	Betzdorf
18:13,26	Lautwein, Teresa	1984	LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:13,83	Dobmeier, Christiane	1968	TV Hermeskeil 1911	Do. 22.07.2004	Saarbrücken
18:14,0	Ritter, Lydia	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.04.1981	Koblenz
18:14,38	Olinger, Judith	1984	Post-Sport Telekom Trier 131.	Fr. 18.09.2009	Trier
18:14,3	Schmidt, Heike	1967	LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß-Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985	LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:15,6	Schön, Sabine	1959	LG Andernach-Neuwied	Mi. 20.05.1987	Sankt Augustin
18:16,10	Elsen, Cornelia	1959	LG Sieg	Fr. 26.07.1991	Troisdorf
18:16,12	Herber, Julia	1975	Post-SV Trier	Fr. 07.05.1993	Köln
18:16,17	Herber, Julia	1975	Post-SV Trier	So. 01.05.1994	Göttingen
18:16,58	Matheis, Christa	1956	LG Sieg	Fr. 04.07.1986	Ahlen
18:16,6	Ritter, Lydia	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 25.09.1980	Koblenz

18:17,6	Mattheis, Christa	1956 LG Sieg	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
18:18,4	Paulmann, Dorothea	1962 TV Germania Trier 141.	Di. 15.06.1993	Trier
18:19,37	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 06.05.2006	Tübingen
18:19,60	Brachtendorf, Vanessa	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
18:19,6	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 14.06.2013	Betzdorf
18:21,41	Scholtes, Nicole	1972 Post-Sport Telekom Trier	Mi. 01.08.2001	Troisdorf
18:22,08	Elsen, Cornelia	1959 LG Sieg	Sa. 17.07.1993	Ludwigshafen
18:22,35	Wirth, Dorothea von	1979 TG Konz	Di. 12.10.2004	Trier
18:23,90	Schmidt, Bettina	1964 LG Sieg	Fr. 21.07.1995	Siegburg
18:23,8	Berk, Barbara	1947 LG Andernach-Neuwied	Do. 08.09.1988	Sankt Augustin
18:25,0	Schumacher, Sigrun	1944 LG Andernach-Neuwied	Mi. 30.08.1978	Bendorf
18:25,4	Rausch, Claudia	1974 Post-Sport Telekom Trier 151.	Fr. 23.08.2002	Bitburg
18:25,52	Oetz, Ulrike	1969 TV 05 Mülheim	Mi. 18.05.2005	Koblenz
18:25,5	Willwacher, Hildegard	1953 LG Sieg	Mi. 20.05.1987	Wetzlar
18:26,5	Schmidt, Dorle	1967 LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:26,76	Fischer, Julia	1987 LG Lahn-Aar-Esterau	Do. 21.08.2014	Bergisch-Gladbach
18:27,45	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:27,73	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:27,6	Ritter, Lydia	1938 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 26.04.1979	Koblenz
18:28,40	Ratermann, Megan	1969 LC 1980 Bad Kreuznach	Mi. 12.07.2000	Wiesbaden
18:29,51	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel	Mi. 19.05.2010	Koblenz
18:30,07	Röhrnbacher, Inge	1947 LG Sieg 161.	Do. 02.07.1992	Kristiansand/NOR
18:30,07	Wessely, Tina	1976 Spiridon Hochwald	Mi. 15.05.2013	Koblenz
18:30,2	Emmerich, Annette	1953 Post-SV Trier	Mi. 03.10.1979	Saarbrücken
18:31,0	Vieh, Monika	1974 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 23.08.2002	Bitburg
18:31,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:31,6	Berk, Barbara	1947 LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 24.04.1993	Neuwied
18:32,13	Jacobs, Anna	1981 LG Rhein-Wied	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:32,50	Mockenhaupt, Hildegard	1954 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
18:32,6	Matheis, Christa	1956 LG Sieg	Mi. 20.05.1987	Wetzlar
18:32,83	Knopp, Brigitte	1958 LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 26.08.1995	Wetzlar
18:32,7	Lennartz, Birgit	1965 LG Sieg 171.	Fr. 09.07.1993	Troisdorf
18:32,9	Brückmann, Mechthild	1955 TuS Bad Marienberg	Do. 24.09.1981	Koblenz
18:33,23	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	Fr. 30.06.1989	Ludwigshafen
18:33,3	Rückes, Mechthild	1955 TuS Bad Marienberg	Do. 05.04.1984	Koblenz
18:33,5	Mockenhaupt, Hildegard	1954 LG Sieg	Do. 22.09.1983	Koblenz
18:34,1	Elsen, Cornelia	1959 LG Sieg	Sa. 25.08.1990	Bad Oeynhausen
18:34,7	Klassmann, Julietta	1964 LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
18:35,09	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
18:35,40	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 21.05.2005	Neuwied
18:35,71	Forshee, Colleen	1963 LC 1980 Bad Kreuznach	Mi. 24.06.1998	Wiesbaden
18:36,04	Schneider, Tina	1990 LG Sieg 181.	Fr. 24.08.2007	Betzdorf
18:35,9	Wendel, Marion	1961 LG Sieg	Mi. 14.08.1985	Mudersbach
18:36,13	Ermert, Ursula	1946 LG Sieg	Sa. 25.05.1985	Ingolstadt
18:36,0	Psiuk, Sylke	1960 VfL Wehbach	Mi. 12.05.1982	Bad Ems
18:36,1	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
18:36,70	Friedrich, Katrin	1985 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 16.09.2011	Trier
18:37,0	Hoffmann, Elke	1961 Post-SV Trier	Sa. 24.04.1982	Bonn
18:37,17	Elsen, Kornelia	1959 LG Sieg	Fr. 16.07.1999	Schweinfurt
18:37,27	Ermert, Ursula	1946 LG Sieg	Sa. 02.07.1983	Schriesheim
18:37,2	Thelen, Agathe	1953 LG Langsur	Mi. 01.09.1993	Bitburg
18:37,52	Stinner, Katharina	1983 LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf

Top Liste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20

14:05,6	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Sa. 02.06.1973	Lüdenscheid
14:08,6	Fleschen, Karl	1955	LG Vulkaneifel	Sa. 14.09.1974	Warley
14:13,08	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz
14:20,26	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 22.08.1985	Cottbus
14:23,33	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 01.08.1997	Troisdorf
14:28,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Mi. 28.05.2014	Koblenz
14:29,66	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Fr. 18.06.1999	Mannheim
14:32,56	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.07.2006	Bochum
14:33,6	Urrigshardt, Günter	1957	LG Sieg	So. 05.10.1975	Lüdenscheid
14:34,1	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz 11.	So. 25.09.1983	Koblenz
14:37,41	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 12.06.1998	Mannheim
14:37,96	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 15.08.1987	Hamburg
14:39,30	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2007	Koblenz
14:40,91	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 21.07.1984	Fulda
14:40,8	Orthmann, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	Mo. 18.09.1972	Nowy Sacz
14:41,26	Duppich, Yannik	1990	LG Vulkaneifel	Fr. 18.07.2008	Berlin
14:44,02	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
14:44,14	Streit, Guido	1974	TV Germania Trier	Sa. 04.09.1993	Berlin
14:45,4	Hinkelmann, Günter	1956	Spvvg. Nahbollenbach	So. 10.08.1975	Sindelfingen
14:45,75	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier 21.	Sa. 28.07.1984	Bonn
14:46,42	Baumeister, Thorsten	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
14:48,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 01.10.1971	Koblenz
14:48,99	Kowalinski, Marc-Andre	1978	Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
14:49,77	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 23.06.1990	Speyer
14:50,2	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 27.04.1974	Bonn
14:53,2	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC	Fr. 17.09.1971	Neuwied
14:53,63	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Mi. 15.05.2013	Koblenz
14:54,16	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Mi. 14.05.1997	Koblenz
14:54,57	Emmerich, Roland	1971	LSC Maischeid	Fr. 22.06.1990	Koblenz
14:54,8	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC 31.	Sa. 20.05.1972	Trier
14:55,60	Duppich, Yannik	1990	LG Vulkaneifel	Mi. 20.05.2009	Koblenz
14:55,7	Friedhofen, Peter	1966	TS Bendorf	Mi. 26.06.1985	Wetzlar
14:56,11	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Mi. 14.06.1989	Koblenz
14:56,0	Münzel, Reinhard	1954	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 07.06.1973	Frankfurt
14:56,40	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
14:58,23	Jeandré, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 26.07.2013	Rostock
14:58,62	Meyer, Tim	1990	LG Sieg	Mi. 20.05.2009	Koblenz
14:58,95	Lauff, Frederik	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 09.07.1988	Lübeck
15:00,7	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	So. 27.09.1981	Ingelheim
15:02,6	Braun, Karl-Josef	1954	VfB Linz 41.	Sa. 15.09.1973	Königswinter
15:03,2	Hildenbrand, Klaus-Pet.	1952	DJK Bad Kreuznach	So. 25.04.1971	Bad Kreuznach
15:04,8	Krystosek, Gerold	1960	LG Sieg	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:04,95	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf	Sa. 26.07.1986	Krefeld
15:05,0	Steffny, Manfred	1941	Post SV Trier	Sa. 02.07.1960	Andernach
15:05,29	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:06,3	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:06,8	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel	So. 13.07.1975	Bonn
15:08,8	Bourmer, Achim	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 02.10.1982	Ingelheim
15:08,99	Jeandré, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:09,33	Frigger, Andreas	1969	LG Engers-Niederbieber 51.	Fr. 16.09.1988	Troisdorf
15:09,66	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 19.09.2006	Trier
15:10,1	Schroeder, Wolfgang	1960	LG Andernach-Neuwied	Mi. 14.09.1977	Kassel
15:10,8	Steffny, Herbert	1953	TV Germania Trier	So. 26.09.1971	Trier
15:11,26	Duppich, Yannik	1990	Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
15:11,8	Streit, Guido	1974	SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier

15:11,98	Benzmüller, Christoph	1968	Post-SV Trier	Sa. 07.06.1986	Budapest/HUN
15:12,6	Fleschen, Karl	1955	LG Daun	Fr. 20.10.1972	Bitburg
15:13,4	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:13,70	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:13,8	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 17.09.1983	Bonn
15:15,1	Naumann, Thorsten	1971	TuS Mayen	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:15,3	Best, Joachim	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:15,45	May, Michael	1979	Gerolsteiner LGV	Sa. 07.09.1996	Daun
15:15,49	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Mi. 27.05.1987	Koblenz
15:17,0	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 01.10.1972	Höhr-Grenzhausen
15:18,65	Meyer, Tim	1990	LG Sieg	Mi. 21.05.2008	Koblenz
15:19,16	Schweikert, Markus	1994	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:19,78	Schuff, Carlo	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 26.08.1998	Menden
15:19,81	Kowalinski, Marc-Andre-Andre	1978	Gerolsteiner LGV	Sa. 01.06.1996	Trier
15:20,2	Diederichs, Winfried	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 15.08.1970	Norden
15:20,3	Biller, Guido	1970	LC Bad Kreuznach	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:21,0	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Do. 21.05.1981	Koblenz
15:21,3	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Fr. 20.06.1980	Troisdorf
15:21,54	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 05.08.2011	Jena
15:21,94	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:22,39	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.09.2007	Trier
15:22,6	Baumbach, Jörg von	1964	TuS Hoppstädten	Sa. 10.05.1980	Enzweiler
15:22,8	Weihrauch, Franz-Josef	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 10.10.1973	Koblenz
15:23,43	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:23,5	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:23,6	Hellwig, Winfried	1953	Neuwieder LC	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:24,83	Zimmermann, Werner	1966	LG Andernach-Neuwied	Mi. 23.05.1984	Menden
15:25,8	Zöller, Walter	1966	LG Sieg	So. 30.09.1984	Wetzlar
15:26,50	Zenzen, Enrico	1988	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 21.09.2007	Trier
15:26,81	Teschke, Marco	1967	Post-SV Trier	Fr. 16.08.1985	Troisdorf
15:27,2	Schmitz, Werner	1957	LG Andernach-Neuwied	Mi. 28.05.1975	Neuwied
15:27,4	Herder, Hermann	1936	KHC Bad Kreuznach	So. 28.08.1955	Bremen
15:27,57	Eichler, Christoph	1982	TuS Wallmerod	Mi. 01.08.2001	Troisdorf
15:27,5	Gering, Bernd	1963	TS Bendorf	Fr. 05.06.1981	Königswinter
15:28,64	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:28,67	Rötsch, Christian	1978	LG VG Emmelshausen	Sa. 31.05.1997	Worms
15:28,6	Hillenbrand, Klaus-Peter	1952	DJK Bad Kreuznach	Mi. 16.09.1970	Bingen
15:30,10	Sessar, Christoph	1975	TV Westerburg	Sa. 14.05.1994	Koblenz
15:30,4	Stephan, Herbert	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 23.04.1977	Bonn
15:30,98	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	So. 24.04.1988	Wetzlar
15:31,1	Krupp, Jürgen	1961	Tschft. Bendorf	Do. 21.06.1979	Koblenz
15:31,30	Kowalinski, Marc-Andre	1978	LG Vulkaneifel	Sa. 13.05.1995	Trier
15:31,9	Zimmermann, Werner	1966	LG Andernach-Neuwied	So. 25.09.1983	Ahlen
15:32,85	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:33,15	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 20.07.2012	Mönchengladbach
15:33,5	Sieberz, Erich	1960	LG Andernach-Neuwied	Fr. 12.05.1978	Königswinter
15:33,8	Borsch, Peter	1958	LG Vulkaneifel	Sa. 07.08.1976	Bremerhaven
15:34,05	Hinz, Livius	1969	Post-SV Trier	Sa. 25.07.1987	Sindelfingen
15:34,22	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Fr. 16.09.2011	Trier
15:34,2	Frigger, Andreas	1969	LG Engers-Niederbieber	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
15:34,76	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	Sa. 29.09.2012	Bad Neuenahr-A.
15:34,85	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 23.05.2012	Koblenz
15:34,96	Werhan, Dominik	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
15:35,32	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:35,4	Steffny, Herbert	1953	TV Germania Trier	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:35,84	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf

15:35,93	Zenzen, Enrico	1988	Gerolsteiner LGV	Fr. 25.08.2006	Bitburg
15:36,00	Dany, Tobias	1972	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:36,20	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf	So. 29.09.1985	Wetzlar
15:36,2	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:36,52	Engelfried, Simon	1984	VfR Simmern	Sa. 05.07.2003	Fulda
15:36,65	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 02.06.2012	Kaiserslautern
15:36,8	Müller, Roland	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 17.07.1976	Koblenz
15:37,28	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 18.06.2011	Trier
15:37,2	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	Sa. 20.06.1987	Dortmund
			121.		
15:37,4	Sieberz, Erich	1960	LG Andernach-Neuwied	Sa. 30.07.1977	Sindelfingen
15:37,4	Mai, Michael	1969	Post-SV Trier	Sa. 21.05.1988	Essen
15:38,12	Schäfer, Andreas	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
15:38,6	Krupp, H.-Dieter	1946	TuS Erpel	So. 05.09.1965	Höhr-Grenzhausen
15:39,3	Korb, Rüdiger	1962	TuS Hoppstädten	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:39,65	Haferkamp, Lars	1979	Gerolsteiner LGV	Sa. 07.09.1996	Daun
15:40,1	Kowalinski, Marc-Andre	1978	LG Vulkaneifel	Fr. 08.07.1994	Trier
15:40,5	Gering, Bernd	1963	TS Bendorf	Do. 25.09.1980	Koblenz
15:41,08	Rötsch, Christian	1978	LG VG Emmelshausen	Sa. 18.05.1996	Wittlich
15:41,0	Hinkelmann, Günter	1956	Spvvg. Nahbollenbach	Do. 23.05.1974	Ingelheim
			131.		
15:41,34	Pfeiffer, Julian	1992	LG Lahn-Aar-Esterau	Sa. 25.09.2010	Frankfurt
15:41,4	Thielen, Karl	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:42,0	Schäfer, Norbert	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:42,6	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:42,6	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 23.08.2002	Bitburg
15:42,9	Krause, Frank	1968	SG Neuhäusel	Fr. 23.08.1985	Wirges
15:43,5	Münz, Michael	1968	LG Andernach-Neuwied	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:44,1	Klein, Michael	1964	VfL Wehbach	Fr. 03.09.1982	Wallmerod
15:44,39	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
15:44,4	Schwarz, Thorsten	1972	TuS Tiefenstein	Mi. 20.06.1990	Birkenfeld
			141.		
15:45,0	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Do. 05.04.1984	Koblenz
15:45,60	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:45,86	Stützel, Simon	1986	LG Rhein-Wied	Di. 11.10.2005	Trier
15:45,93	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:46,4	Baumgarten, Markus	1966	SG Bad Kreuznach	Mi. 18.05.1983	Koblenz
15:46,94	Marchi, Daniel	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:46,8	Schmitz, Werner	1957	LG Andernach-Neuwied	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:47,18	Theis, Lucas	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
15:47,2	Thielen, Karl	1967	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 19.09.1985	Koblenz
15:47,2	Schäfer, Andreas	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 13.04.2002	Wittlich
			151.		
15:47,4	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Sa. 24.04.1982	Bonn
15:47,57	Schweikert, Markus	1994	LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
15:47,6	Fachbach, Rudolf	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 09.09.1970	Königswinter
15:47,83	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 23.09.1982	Koblenz
15:47,8	May, Michael	1979	LG Vulkaneifel	Fr. 18.08.1995	Bitburg
15:48,06	Schuth, Mike	1973	TuS Wallmerod	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:48,4	Steinhardt, Manfred	1955	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:48,8	Steffny, Horst	1945	TV Germania Trier	Mi. 27.05.1964	Saarbrücken
15:49,0	Adams, Roland	1959	LG Andernach-Neuwied	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:49,16	Petry, René	1980	LG Sieg	Fr. 02.08.1996	Troisdorf
			161.		
15:49,2	Müller, Berthold	1940	SV Staudt	So. 28.06.1959	Trier
15:49,66	Conrad, Henry	1973	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
15:49,6	Geis, Werner	1940	VfL Nochern	So. 28.06.1959	Trier
15:49,8	Schanz, Jürgen	1956	Neuwieder LC	Mi. 19.09.1973	Neuwied
15:50,5	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Fr. 09.07.1993	Troisdorf
15:51,07	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Fr. 25.06.1999	Troisdorf
15:51,39	Vilz, Michael	1967	TV Eitelborn	Di. 28.05.1985	Koblenz
15:51,6	Mann, Dieter	1954	Spvvg. Nahbollenbach	Mi. 06.09.1972	Bingen

15:51,81	Ercan, Abdullah	1981	Post-Sport Telekom Trier	Mi. 17.05.2000	Koblenz
15:52,2	Wunsch, Walter	1953	TV Plaidt 171.	Sa. 15.05.1971	Bonn
15:52,3	Kern, Daniel	1973	LG Andernach-Neuwied	Do. 13.09.1990	Montabaur
15:52,47	Werland, Philipp	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
15:52,70	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Fr. 20.05.1994	Troisdorf
15:52,6	Bourmer, Achim	1965	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 17.09.1981	Koblenz
15:53,06	Ciftic, Hikmet	1976	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 05.08.1994	Troisdorf
15:53,25	Biller, Guido	1970	TuS Kirn	Do. 14.05.1987	Koblenz
15:53,53	Oelert, Dennis	1980	Gerolsteiner LGV	Mi. 13.05.1998	Koblenz
15:53,6	Müller, Roland	1958	TuS Rot-Weiss Koblenz	Di. 07.10.1975	Koblenz
15:53,7	Best, Joachim	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 29.09.1978	Koblenz
15:53,8	Reif, Rudi	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz 181.	Sa. 28.04.1973	Bonn
15:53,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	So. 17.07.1977	Koblenz
15:53,95	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	Do. 24.06.2010	Troisdorf
15:54,4	Schneider, Harald	1964	TS Bendorf	Fr. 28.05.1982	Königswinter
15:54,70	Reinecke, Thomas	1980	LG Kreis Ahrweiler	Di. 02.09.1997	Euskirchen
15:55,3	Stinner, Martin	1963	LG Sieg	Do. 27.09.1979	Koblenz
15:55,4	Jenniches, Peter	1957	LG Bitburg-Prüm	Fr. 22.08.1975	Bitburg
15:55,5	Kapp, Bernd	1960	Post-SV Trier	Sa. 03.06.1978	Daun
15:55,69	Broich, Bernd	1975	TV Germania Trier	Do. 03.06.1993	Koblenz
15:55,8	Zelter, Hans-Jürgen	1959	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:56,38	Theobald, Andreas	1993	Post-Sport Telekom Trier 191.	Sa. 18.06.2011	Trier
15:56,6	Ziegler, Thomas	1966	TuS Ahrweiler	Do. 27.09.1984	Koblenz
15:56,83	Simonis, Erik	1966	LG Vulkaneifel	Di. 22.05.1984	Koblenz
15:56,88	Mohr, Matthias	1982	Gerolsteiner LGV	Mi. 09.05.2001	Koblenz
15:56,9	Orthmann, Frank	1963	VfL Wehbach	Sa. 02.05.1981	Andernach
15:57,0	Wunsch, Walter	1953	DJK Andernach	Mi. 07.10.1970	Andernach
15:57,0	Hohl, Bernhard	1966	TuS Johannes Lahnstein	Do. 22.09.1983	Koblenz
15:57,0	Hannappel, Christian	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1986	Koblenz
15:57,19	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler	Fr. 17.09.2010	Trier
15:58,0	Batta, Klaus	1940	DJK Andernach	So. 29.09.1963	Andernach
15:58,0	Klaeren, Klaus	1957	LG Vulkaneifel 201.	Sa. 20.07.1974	Gelsenkirchen
15:58,2	Hinkelmann, Günter	1956	Spvgg. Nahbollenbach	So. 26.08.1973	Bad Kreuznach
15:58,57	Adamietz, Michael	1972	PSV Wengerohr	Sa. 11.05.1991	Trier
15:58,70	Krause, Martin	1972	TuS Montabaur	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
15:58,75	Klaeren, Philipp	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
15:58,7	Bergermann, Michael	1962	LG Andernach-Neuwied	Do. 19.06.1980	Koblenz
15:58,8	Kaul, Edi	1952	Neuwieder LC	Sa. 25.04.1970	Neuwied
15:58,8	Miko, Wolfgang	1958	LFC Stromberg	Mi. 26.05.1976	Koblenz
15:59,2	Hertle, Peter	1967	LG Andernach-Neuwied	Do. 12.07.1984	Mainz
15:59,2	Kayser, Christian	1970	LG Kreis Ahrweiler	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
15:59,3	Knoth, Heiko	1965	TV Eitelborn 211.	Do. 22.09.1983	Koblenz
16:00,02	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Sa. 12.09.1992	Bad Godesberg
16:00,07	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 18.06.2011	Trier
16:00,2	Steinhardt, Manfred	1955	Tschft. Bendorf	Mi. 13.09.1972	Neuwied
16:00,54	Thomas, Jens	1973	TuS Tiefenstein	Do. 09.08.1990	Limburgerhof
16:00,4	Deuser, Klaus-Jürgen	1962	SSC Koblenz-Karthause	Sa. 26.04.1980	Diez
16:00,76	Wolf, Stephan	1974	Post-SV Trier	Mi. 20.05.1992	Koblenz
16:00,82	Alt, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Do. 23.05.2002	Koblenz
16:00,88	Krause, Carsten	1980	LG Sieg	Fr. 07.08.1998	Troisdorf
16:00,8	Collisy, Christian	1952	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:01,0	Schnell, Frank	1963	TuS Hoppstädten 221.	Sa. 26.04.1980	Diez
16:01,1	Müller, Jürgen	1966	TSV Elgendorf	Do. 26.05.1983	Koblenz
16:01,5	Lautner, Andreas	1963	LG Sieg	Di. 22.07.1980	Dormagen
16:01,6	Adamietz, Michael	1972	TV Kröv	Mi. 18.04.1990	Trier
16:01,88	Bock, Alexander	1992	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier

16:02,1	Dany, Tobias	1972	TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz
16:02,2	Kayser, Christian	1970	TSV Lay	Mi. 15.06.1988	Koblenz
16:02,5	Faust, Torsten	1972	TuS Sohren	Sa. 30.09.1989	Wiesbaden
16:03,4	Fetz, Mathias	1970	TS Bendorf	Do. 15.05.1986	Koblenz
16:03,61	Thomas, Jens	1973	LG Idar-Oberstein	Fr. 24.04.1992	Trier
16:04,2	Witte, Martin	1966	TuS Johannes Lahnstein 231.	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:04,4	Tussing, Werner	1955	LG Sieg	Sa. 05.05.1973	Betzdorf
16:04,6	Diederichs, Winfried	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:04,7	Hardy, Axel	1966	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:05,18	Engelfried, Simon	1984	VfR Simmern	Do. 23.05.2002	Koblenz
16:05,5	Emmerich, Roland	1971	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:05,7	Hertie, Peter	1967	LG Andernach-Neuwied	Do. 19.09.1985	Koblenz
16:05,90	Pfeil, Michael	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 22.08.2003	Bitburg
16:06,2	Weirich, Klaus	1964	VfR Simmern	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:06,97	Conrad, Dirk	1973	LG Sieg	Fr. 19.06.1992	Troisdorf
16:06,98	Cocker, Kenton	1992	LG Kreis Ahrweiler 241.	Fr. 18.09.2009	Trier
16:07,1	Link, Arne	1968	TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 27.09.1984	Koblenz
16:07,43	Rötsch, Christian	1978	LG Emmelshausen	Mo. 10.07.1995	Limburgerhof
16:07,5	Schneider, Harald	1964	TS Bendorf	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:08,24	Hoffmann, Tobias	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 07.08.1998	Troisdorf
16:08,29	Kieselbach, Stefan	1970	Post-SV Trier	Sa. 16.08.1986	Rehlingen
16:08,2	Schmitz, Christian	1983	LG Maifeld-Pellenz	Fr. 25.08.2000	Bitburg
16:08,5	Schmahl, Holger	1970	LG Sieg	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:08,9	Baumbach, Jörg von	1964	TuS Hoppstädten	Mi. 20.06.1979	Birkenfeld
16:09,0	Krause, Frank	1968	SG Neuhäusel	Do. 27.09.1984	Koblenz
16:09,17	Schütz, Robert	1994	LG Kreis Ahrweiler 251.	Fr. 17.09.2010	Trier
16:09,1	Stützel, Simon	1986	LG Rhein-Wied	So. 03.10.2004	Bad Neuenahr-A.
16:09,2	Witzel, Paul	1984	Gerolsteiner LGV	Fr. 24.08.2001	Bitburg
16:09,6	Butz, Sascha	1971	TV Plaidt	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
16:10,1	Jochem, Jürgen	1961	Post-SV Trier	Sa. 21.07.1979	Troisdorf
16:10,1	Adamietz, Michael	1972	TV Kröv	Fr. 06.10.1989	Bernkastel
16:10,2	Maser, Stefan	1965	Post-SV Trier	Do. 24.09.1981	Koblenz
16:10,60	Kirschhoff, Knut	1969	TuS Tiefenstein	Fr. 25.07.1986	Homburg
16:10,5	Jochem, Jürgen	1961	Post-SV Trier	Fr. 04.08.1978	Troisdorf
16:10,8	Bous, Wolfgang	1943	Post-SV Trier	Sa. 26.05.1962	Trier
16:11,0	Karczewski, Stefan	1960	LG Andernach-Neuwied 261.	Mi. 18.05.1977	Plaidt
16:11,0	Eutenneuer, Bernd	1962	LG Sieg	Do. 18.09.1980	Altenkirchen
16:11,2	Klein, Sintram	1972	Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
16:11,72	Belker, Simon	1973	Post-SV Trier	Mi. 29.08.1990	Ludwigshafen
16:11,8	Klein, Rüdiger	1973	SV Eintracht Trier	Mi. 02.10.1991	Trier
16:12,1	Jahn, Andre	1971	TuS Horn	Di. 03.07.1990	Mainz
16:12,4	Fachbach, Rudolf	1951	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 01.10.1969	Neuwied
16:12,5	Leis, Mario	1963	TV Engers	Do. 10.09.1981	Koblenz
16:12,7	Baumgarten, Markus	1966	LFC Stromberg	Do. 10.07.1980	Koblenz
16:12,8	Velten, Jürgen	1957	TuS Rot-Weiss Koblenz	Mi. 28.05.1975	Neuwied
16:12,9	Weinandy, Andre	1975	TV Germania Trier 271.	Fr. 08.07.1994	Trier
16:13,25	Sessar, Christoph	1975	TuS Wallmerod	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
16:13,3	Bopp, Frank	1966	SG Bad Kreuznach	Do. 24.06.1982	Koblenz
16:13,6	Daniels, Ralf	1972	LG Vulkaneifel	Sa. 07.09.1991	Aachen
16:14,10	Brenner, Michael	1970	LG Sieg	Fr. 24.07.1987	Troisdorf
16:14,1	Gering, Horst	1964	LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
16:14,60	Steffes, David	1984	Gerolsteiner LGV	Sa. 17.05.2003	Betzdorf
16:15,06	Knüttel, Marcel	1993	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
16:15,3	Gürntke, Axel	1968	TSV Elgendorf	Do. 27.09.1984	Koblenz
16:15,4	Kern, Konrad	1948	TV Oberstein	Sa. 30.09.1967	Koblenz
16:15,6	Krause, Martin	1972	TuS Montabaur 281.	Do. 06.09.1990	Montabaur

16:16,02	Thomas, Jens	1973 TuS Tiefenstein	Do. 03.10.1991	Emmelshausen
16:16,0	Stäudt, Michael	1962 SG Bad Kreuznach	Do. 18.09.1980	Koblenz
16:16,16	Bock, Christian	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
16:16,56	Duppich, Yannik	1990 Gerolsteiner LGV	Di. 19.09.2006	Trier
16:16,5	Richter, Stefan	1967 TuS Montabaur	So. 28.04.1985	Wetzlar
16:16,6	Grün, Gerhard	1965 TS Bendorf	Sa. 01.10.1983	Ingelheim
16:16,6	Neiser, Jahn	1971 TuS Rot-Weiss Koblenz	Fr. 22.09.1989	Koblenz
16:16,7	Reinhardt, Michael	1963 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 10.07.1980	Koblenz

Top Liste aller Zeiten des LV-Rheinland im 5.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20

16:19,07	Mockenhaupt, Sabrina	1980 LG Sieg	Fr. 06.08.1999	Riga
16:33,40	Knetsch, Sabine	1966 LG Sieg	Mi. 04.09.1985	Sankt Augustin
16:41,15	Leukel, Christiane	1968 TuS Hachenburg	Di. 15.09.1987	Budapest/HUN
16:42,95	Dreier, Verena	1985 LG Sieg	Do. 20.05.2004	Borna
16:47,35	Mockenhaupt, Sabrina	1980 LG Sieg	Sa. 25.04.1998	Köln
17:01,55	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Do. 21.08.2003	Bergisch-Gladbach
17:03,32	Schranz, Corinna	1970 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 23.09.1989	Brackwede
17:06,11	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Do. 20.05.2004	Borna
17:23,66	Franzmann, Joelle	1978 LG Idar-Oberstein	Do. 16.05.1996	Koblenz
17:28,42	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV 11.	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:40,71	Mohr, Christina	1985 Gerolsteiner LGV	Sa. 19.05.2001	Kandel
17:40,8	Schranz, Corinna	1970 LAZ Lahn-Aar-Diez	Fr. 02.10.1987	Troisdorf
17:44,1	Moll, Corinna	1973 LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
17:46,95	Schulte, Alina	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 11.05.2002	Dessau
17:47,70	Veith, Manuela	1974 LG Sieg	Mo. 31.05.1993	Rehlingen
17:55,95	Jax, Michelle	1992 TV 1861 Bad Ems	Sa. 09.04.2011	Essen
17:59,88	Betzler, Linda	1992 LG Rhein-Wied	Sa. 07.05.2011	Essen
18:07,9	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 18.09.1980	Koblenz
18:12,66	Dreier, Verena	1985 LG Sieg	Fr. 29.08.2003	Betzdorf
18:13,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg 21.	Sa. 17.05.2003	München
18:14,3	Schmidt, Heike	1967 LG Esterau-Holzappel	Do. 13.09.1984	Groß Gerau
18:14,97	Sieberz, Esther	1985 LG Rhein-Wied	Fr. 01.06.2001	Koblenz
18:16,12	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	Fr. 07.05.1993	Köln
18:16,17	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier	So. 01.05.1994	Göttingen
18:19,37	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 06.05.2006	Tübingen
18:19,60	Brachtendorf, Vanessa	1992 LG Maifeld-Pellenz	Mi. 25.05.2011	Koblenz
18:26,5	Schmidt, Dorle	1967 LG Andernach-Neuwied	Do. 23.09.1982	Koblenz
18:27,45	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	So. 02.05.1999	Troisdorf
18:27,73	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Fr. 12.08.2005	Neuwied
18:29,51	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel 31.	Mi. 19.05.2010	Koblenz
18:31,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:35,09	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
18:36,04	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 24.08.2007	Betzdorf
18:36,1	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
18:37,7	Schulte, Alina	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 19.09.2001	Frankfurt
18:38,34	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 07.09.2012	Trier
18:41,18	Hammer, Meike	1991 LG Vulkaneifel	Do. 16.07.2009	Saarbrücken
18:41,26	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Sa. 11.05.2002	Dessau
18:41,7	Magor, Jutta	1964 TuS Ahrweiler	Do. 15.04.1982	Koblenz
18:42,88	Betzler, Linda	1992 Post-Sport Telekom Trier 41.	Sa. 29.08.2009	Morbach
18:43,57	Morandini, Viola	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:43,75	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 26.04.1997	Köln
18:45,68	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Sa. 03.05.2008	Menden
18:45,88	Schmitt, Hannah	1997 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 13.09.2013	Trier
18:47,8	Esch, Michaela	1972 LG Vulkaneifel	Di. 09.04.1991	Trier

18:48,4	Moll, Corinna	1974 LG Sieg	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:49,2	Moll, Bettina	1973 Post-SV Trier	Sa. 20.04.1991	Neuwied
18:49,48	Keutz, Pia von	1992 TG Konz	So. 29.05.2011	Bad Neuenahr-A.
18:50,6	Morandini, Viola	1980 Gerolsteiner LGV	Di. 20.08.1996	Aachen
18:54,1	Herber, Julia	1975 Post-SV Trier 51.	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
18:54,9	Stark, Petra	1971 LG Andernach-Neuwied	Fr. 18.04.1986	Koblenz
18:55,30	Marenbach, Kerstin	1984 LG Sieg	Sa. 11.05.2002	Dessau
18:55,5	Schmitz, Liobe	1964 Wittlicher TV	Sa. 24.04.1982	Bonn
18:56,52	Marenbach, Kerstin	1984 LG Sieg	Sa. 17.05.2003	München
18:58,93	Schleipen, Britta	1978 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 13.05.1995	Köln
18:59,69	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:00,79	de Corbier, Caroline	1971 Post-SV Trier	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:01,72	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Fr. 11.08.2006	Neuwied
19:02,57	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:02,63	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier 61.	Fr. 17.09.2010	Trier
19:02,65	Schmitt, Laura	1993 LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 17.09.2010	Trier
19:03,32	Schuberth, Anna	1980 Gerolsteiner LGV	Sa. 25.04.1998	Köln
19:04,3	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:04,4	Ahlbach, Susanne	1966 TuS Rot-Weiss Koblenz	Do. 15.04.1982	Koblenz
19:07,23	Monzel, Barbara	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
19:07,33	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Fr. 16.09.2011	Trier
19:08,23	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 28.04.1990	Koblenz
19:09,0	Schulte, Birte	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 13.04.2002	Neckargemünd
19:09,4	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Mi. 20.06.2001	Westerburg
19:09,83	Reuter, Mona	1989 Post-Sport Telekom Trier 71.	Fr. 29.08.2008	Ochtendung
19:12,97	Schenke, Tabea	1995 LG Kreis Ahrweiler	So. 21.04.2013	Essen
19:14,7	Thielen, Anja	1971 TV Cochem	Sa. 22.04.1989	Bernkastel
19:15,60	Hammer, Meike	1991 Gerolsteiner LGV	Fr. 21.09.2007	Trier
19:15,94	Henn, Kristina	1977 Post-SV Trier	Do. 01.08.1996	Ludwigshafen
19:18,08	Rösner, Nora	1987 Post-Sport Telekom Trier	Di. 07.10.2003	Trier
19:19,6	Moll, Bettina	1973 Post-SV Trier	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
19:20,70	Schulte, Birte	1983 LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 22.08.2001	Neuwied
19:20,90	Rohner, Meike	1993 LG Sieg	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
19:21,8	Hoffmann, Elke	1961 Wittlicher TV	Do. 25.09.1980	Koblenz
19:22,5	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler 81.	Fr. 22.09.1989	Koblenz
19:22,78	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Sa. 12.05.2007	Betzdorf
19:23,1	Schmitz, Liobe	1964 Wittlicher TV	Sa. 25.04.1981	Wittlich
19:23,4	Thielen, Anja	1971 TV Cochem	Sa. 30.04.1988	Neuwied
19:23,89	Heinzen, Viola	1989 Gerolsteiner LGV	Do. 28.08.2003	Eitelborn
19:24,76	Kreutz, Pia von	1992 TG Konz	So. 09.05.2010	Trier
19:27,36	Schmitt, Laura	1993 LG Bernkastel/Wittlich	Mi. 08.07.2009	Bernkastel
19:28,82	Bermes, Chiara	1993 Post-Sport Telekom Trier	Sa. 29.08.2009	Morbach
19:31,21	Sturm, Marion	1988 TuS Dierdorf	Sa. 10.06.2006	Eisenberg
19:37,2	Meyer, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
19:38,75	Kuhnen, Maia	1991 Post-Sport Telekom Trier 91.	Fr. 18.09.2009	Trier
19:39,32	Sturm, Marion	1988 TuS Dierdorf	Fr. 12.08.2005	Neuwied
19:41,32	Schneider, Tina	1990 LG Sieg	Fr. 25.08.2006	Betzdorf
19:41,44	Rach, Katharina	1990 LG Bernkastel/Wittlich	Mi. 08.07.2009	Bernkastel
19:44,44	Bungard, Carina	1988 Gerolsteiner LGV	Sa. 30.04.2005	Konz
19:46,82	Monzel, Barbara	1987 TG Konz	Di. 07.10.2003	Trier
19:47,40	Lautwein, Teresa	1984 LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
19:50,3	Meyne, Andrea	1976 LG Rhein-Wied/Andernach	Sa. 24.04.1993	Neuwied
19:52,8	Kraus, Ellen	1979 TuS Wallmerod	Mi. 02.07.1997	Westerburg
19:53,7	Latsch, Christel	1964 LG Sieg	Do. 22.09.1983	Koblenz
19:55,4	Freiß, Regina	1983 LG Sieg 101.	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
19:55,7	Stinner, Barbara	1983 LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf

19:57,05	Schmitt, Laura	1993	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 07.09.2012	Trier
20:01,55	Weber, Nicole	1979	LG Sieg	Fr. 14.06.1996	Betzdorf
20:15,72	Dahlem, Jana	1991	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 17.09.2010	Trier
20:18,4	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 25.08.2000	Betzdorf
20:33,6	Schulte, Alina	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Mi. 02.08.2000	Westerburg
20:34,29	Rach, Katharina	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 21.09.2007	Trier
20:37,8	Richter, Christiane	1979	Gerolsteiner LGV	Fr. 29.08.1997	Bitburg
20:38,43	Rach, Katharina	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Di. 19.09.2006	Trier
20:39,04	Monzel, Barbara	1987	LG Saar-Mosel 111.	Fr. 25.08.2000	Bitburg
20:41,70	Freiss, Regina	1983	LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
20:43,00	Weber, Nicole	1979	LG Sieg	Mi. 05.07.1995	Betzdorf
20:44,41	Keser, Juliane	1996	LG Westerwald	Fr. 07.09.2012	Trier
20:47,78	Schulte, Birte	1983	LAZ Lahn-Aar-Diez	Sa. 09.09.2000	Altendiez
20:52,99	Franke, Dominique	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 11.10.2005	Trier
20:53,98	Muhl, Katharina	1986	LG Sieg	Sa. 28.05.2005	Münster
20:56,53	Bellaire, Nathalie	1986	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 15.05.2004	Mayen
20:57,9	Becker, Julia	1975	LG Sieg	Sa. 04.04.1992	Birkenfeld
20:58,0	Stinner, Barbara	1983	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
21:02,23	Neumann, Margarete	1987	TV Niederbieber 121.	Mi. 30.06.2004	Neuwied
21:03,21	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Mi. 30.05.2007	Mayen
21:04,36	Klaeren, Julia	1990	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 26.09.2008	Trier
21:09,0	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 23.08.2002	Betzdorf
21:10,0	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 24.08.2001	Betzdorf
21:12,23	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Fr. 11.08.2006	Neuwied
21:16,47	Dahlem, Jana	1991	Post-Sport Telekom Trier	Fr. 18.09.2009	Trier
21:16,6	Martin, Sarah	1982	Running Team Bad Ems	Mi. 02.08.2000	Westerburg
21:19,22	Rohner, Meike	1993	LG Sieg	Fr. 30.05.2008	Betzdorf
21:21,20	Stinner, Barbara	1983	LG Sieg	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
21:24,80	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg 131.	Fr. 27.08.1999	Betzdorf
21:24,86	Bellaire, Nathalie	1986	Post-Sport Telekom Trier	Di. 07.10.2003	Trier
21:29,45	Martin, Sarah	1982	Running Team Bad Ems	Do. 12.08.1999	Eitelborn
21:30,45	Franke, Dominique	1988	Post-Sport Telekom Trier	Di. 12.10.2004	Trier
21:32,2	Milic, Aleksandra	1974	TuS Rot-Weiss Koblenz	Sa. 24.04.1993	Neuwied
21:34,10	Schneider, Franziska	1991	TV Niederbieber	Mi. 28.05.2008	Mayen
21:36,69	Sturm, Marion	1988	TuS Dierdorf	Sa. 12.05.2007	Betzdorf
21:40,21	Schedler, Sandra	1989	Post-Sport Telekom Trier	Sa. 30.04.2005	Konz
21:53,64	Lang, Lisa	1992	LG Idar-Oberstein	So. 25.04.2010	Birkenfeld
21:55,86	Rach, Katharina	1990	LG Bernkastel/Wittlich	Sa. 20.09.2008	Bernkastel
21:56,8	Walloch, Christina	1980	TuS Duchroth 141.	Do. 17.07.1997	Oberwesel
21:58,2	Lames, Maike	1985	TuS Montabaur	Sa. 06.04.2002	Oelde
22:10,24	Pflicht, Jana	1988	LG Sieg	Fr. 08.07.2005	Betzdorf
22:15,78	Platz, Julia	1990	LG TV Birkenfeld	Fr. 15.09.2006	Birkenfeld
22:24,02	Pflicht, Jana	1988	LG Sieg	Fr. 16.07.2004	Betzdorf
22:25,60	Lang, Lisa	1992	LG Idar-Oberstein	So. 26.04.2009	Birkenfeld
22:33,34	Karp, Marie-Theres	1983	LG Bernkastel/Wittlich	Fr. 29.09.2000	Bernkastel
22:40,54	Stinner, Katharina	1983	LG Sieg	Fr. 26.06.1998	Betzdorf
22:41,26	Platz, Julia	1990	LG TV Birkenfeld	So. 29.04.2007	Birkenfeld
22:41,65	Lindermann, Lara Anne	1993	LA TuS Mayen	Mi. 18.05.2011	Mayen
22:52,05	Schlosser, Julika	1993	LG Sieg 151.	Fr. 21.08.2009	Betzdorf
22:52,46	Sawatzki, Nelli	1986	LT Diezer TSK/LG Einrich	So. 02.05.2004	Diez
23:08,3	Schulte, Alina	1983	Diezer TSK Oranien	Mi. 04.08.1999	Westerburg
23:11,79	Platz, Julia	1990	LAZ Birkenfeld	So. 27.04.2008	Birkenfeld
23:12,93	Mauer, Kristin	1991	TSV Emmelshausen	Do. 31.05.2007	Oberwesel
23:15,07	Schlachter, Taja	1989	LG Idar-Oberstein	So. 27.04.2008	Birkenfeld
23:21,71	Howler, Sabrina	1987	LG Bernkastel/Wittlich	Di. 11.10.2005	Trier
23:29,5	Brenner, Alicia	1998	LG Westerwald	Fr. 13.06.2014	Betzdorf
23:30,9	Sawatzki, Nelli	1986	Diezer TSK Oranien	Mi. 19.06.2002	Westerburg

23:35,40 Schlachter, Taja
23:48,57 Schittko, Carina

1989 LG Idar-Oberstein
1986 LG Rhein-Wied

So. 06.05.2007 Bad Kreuznach
Fr. 12.08.2005 Neuwied