

5000 m**Ergebnisliste Frauen**

Platz	Name	Vorname	Jg	Verein	Zeit	AK
1	Rowland	Hollie	88	SG Neukirchen-Hülchrath	17:32,54	WJA
2	Schaedel	Dagmar	77	ASV Köln	17:54,94	W30
3	Tüshaus	Marion	67	ART Düsseldorf	18:49,40	W40
4	Lennartz	Birgit	65	LLG St. Augustin	19:13,89	W40
5	Berenfeld	Irina	73	LT DSHS Köln	19:15,69	W30
6	Turra	Monika	68	TSV Rönsahl	19:25,87	W35
7	Kanditt	Katja	77	Mönchengladbacher LG	19:30,93	W30
8	Vincentz	Barbara	63	TV Hoffnungsthal	19:51,42	W40
9	Kappenhagen	Maike	80	Tus Oedt	19:56,11	WHK
10	Schauff	Stefanie	75	LT DSHS Köln	19:57,86	W30
11	Cordes	Ursula	60	LG Südsauerland	21:10,66	W45
12	Diawuoh	Annabel	89	Vfl Engelskirchen	21:22,14	WJA
13	Mankel	Helga	63	ART Düsseldorf	22:48,26	W40
14	Müller	Monika	49	ART Düsseldorf	23:14,88	W55
15	Quent	Fabian	90	ASV Iserlohn	17:21,58	MJB

5000 m**Ergebnisliste Männer**

Platz	Name	Vorname	Jg	Verein	Zeit	AK
1	Haferkamp	Lars	79	TV Refrath	14:31,84	MHK
2	Kosgli	James Kiplagat	78	Kenia	14:57,92	MHK
3	Pupkes	Eike Karsten	84	LT DSHS Köln	15:08,22	MHK
4	Duppich	Yannik	90	Gerolsteiner LGV	15:14,42	MJB
5	von Kuk	Carsten	67	LT DSHS Köln	15:15,32	M40
6	Meißner	Pascal	83	TV Refrath	15:21,60	MHK
7	Oelert	Dennis	80	Gerolsteiner LGV	15:22,40	MHK
8	Hövelmann	Philipp	83	SG Suderwich	15:35,36	MHK
9	Briesennick	Frank	82	TUS Köln rrh	15:39,41	MHK
10	Everszumrode	Torben	81	TV Refrath	15:43,36	MHK
11	Tarekegne	Jonas Worede	86	Aachener TG	15:45,05	MHK
12	Hudrog	Mussa	84	Aachener TG	15:45,62	MHK
13	Schnorr	Stefan	85	Aachener TG	15:47,84	MHK
14	Hoffmann	Tobias	79	PST Trier	15:48,62	MHK
15	Mentzen	Jörg	79	FC Stoppenberg LT	15:49,20	MHK
16	Burkert	Ilja	85	SFD 75 Düsseldorf	15:49,97	MHK
17	Goßmann	Alexander	85	SFD 75 Düsseldorf	15:53,04	MHK
18	Ellebrecht	Dedlef	66	SSG Königswinter	15:58,63	M40
19	Horvat	Frank	65	LAV Oberhausen	16:00,51	M40
20	Ziob	Julian	89	SFD 75 Düsseldorf	16:02,88	MJA
21	Werner	Nikolai	89	LC Wuppertal	16:07,09	MJA
22	König	Niklas	85	SFD 75 Düsseldorf	16:08,46	MHK

5000 m

Ergebnisliste Männer

Platz	Name	Vorname	Jg	Verein	Zeit	AK
23	Scherg	Jürgen	63	Warendorf	16:08,84	M40
24	Schramm	Michael	80	FC Stoppenberg LT	16:09,45	MHK
25	Freudenhammer	Thomas	80	SFD 75 Düsseldorf	16:19,63	MHK
26	Fernandez	Manuel	59	ART Düsseldorf	16:21,18	M45
27	Dahl	Simon	87	TV Refrath	16:21,59	MHK
28	Fink	Florian	83	TV Refrath	16:28,27	MHK
29	Wienecke	Thorsten	71	LG Göttingen	16:35,47	M35
30	Holberg	Frank	81	LG Remscheid	16:49,99	MHK
31	Kalmes	Oliver	71	SV Bergisch Gladbach	16:54,50	M35
32	Feldhoff	Bernd	62	TSV Solingen	16:56,25	M45
33	Theis	Frank	64	TSV Rönsahl	17:06,33	M40
34	Perisic	Sascha	67	TSV Rönsahl	17:09,67	M40
35	Quent	Fabian	90	ASV Iserlohn	17:21,58	MJB
36	Quent	Simon	90	ASV Iserlohn	17:24,99	MJB
37	Hörniß	Alexander	70	TV Refrath	17:25,25	M35
38	Büngeler	Herbert	57	DLC Aachen	17:27,08	M50
39	Teicher	Ralf	69		17:28,44	M35
40	Bodenstein	Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	17:30,67	M40
41	Koller	Martin	66	TV Refrath	17:45,72	M40
42	Wölfel	Wilhelm	60	TuS Weiershagen-Forst	17:48,60	M45
43	Brandes	Nils	67	TV Angermund	17:51,51	M40
44	Furk	Alwin	79	Wiehltaler LC	17:52,53	MHK
45	Linder	Sascha	67	SFD 75 Düsseldorf	17:53,03	M40
46	Füchtler	Klaus	60	Vfl Engelskirchen	17:56,32	M45
47	Schmidt	Friedbert	62	TV Ruppichterath	17:57,04	M45
48	Redlich	Michael	61	TuS Weiershagen-Forst	17:57,08	M45
49	Hymmen	Werner	53	TG Neuss	17:57,37	M50
50	Schmidt	Frank	65		17:59,43	M40
51	Preuß	Alexander	74	Vfl Engelskirchen	17:59,77	M30
52	Niederwipper	Harald	62	TSV Rönsahl	18:04,17	M45
53	Stüben	Georg	54	Osterather TV	18:06,22	M50
54	Keloudis	Georgios	69	TSV Rönsahl	18:07,85	M35
55	Oberndörfer	Martin	72	LAZ Puma Troisd./Siegbr.	18:27,04	M35
56	Kaminski	Damian	89	SFD 75 Düsseldorf	18:35,46	MJA
57	Fontes	Arndt	70	TUS Köln	18:36,18	M35
58	Dünner	Joachim	62	SV Bergisch Gladbach	18:36,33	M45
59	List	Thomas	70	SG Neunkirchen-Hülchrath	18:38,57	M35
60	König	Ralph	65	Wermelskirchen	18:41,24	M40
61	Liesen	Bernhard	57	TV Hasslinghausen	18:42,93	M50
62	Tüshaus	Thomas	67	ART Düsseldorf	18:50,30	M40
63	König	Karl-Heinz	48	LT Schöllershof	18:56,97	M55
64	Sehnke	Peter	68	Tura Remscheid-Süd	18:58,29	M35
65	Munir	Khalid-Iljas	84	ASV Köln	19:01,06	MHK
66	Schröder	Harald	61	LT Siebengebirge	19:06,30	M45
67	Sprenker	Michael	55	TFG Köln Nippes	19:06,58	M50
68	Schulze	Ralph	69	Spvvg Burgbrohl	19:09,26	M35
69	Theune	Carsten	72	Central-Team	19:21,16	M35
70	Heisig	Markus	60	TV Refrath	19:23,99	M45
71	Mauter	Jörg	65	Wiehltaler LC	19:26,77	M40

5000 m**Ergebnisliste Männer**

Platz	Name	Vorname	Jg	Verein	Zeit	AK
72	Stöcker	Herbert	50	Pulheimer SC	19:27,87	M55
73	Hayner	Hans-Martin	69	TG Neuss	19:38,15	M35
74	Cordes	Gerhard	55	TV Fredeburg	19:41,04	M50
75	Reinartz	Karl-Josef	51	Oberodenthaler SC	19:43,99	M55
76	Hoffmann	Christoph	68	TSV Rönsahl	19:48,66	M35
77	Baldus	Alexander	67	ESV Gremberghoven	19:50,34	M40
78	Karantonas	Georgios	73	LG Lüdenscheid	19:50,34	M30
79	Papenrock	Fritz	53	TV Refrath	19:52,86	M50
80	Liebsch	Felix	94	Bayer Leverkusen	19:57,35	MSB
81	Kuhl	Dietmar	67	THC Rot-Weiß Berg.Gladb.	20:04,33	M40
82	Dietrich	Jens	70	LG Lüdenscheid	20:05,66	M35
83	Waldoff	Michael	61	ASV Köln	20:07,28	M45
84	Podzus	Horst	61	Bergisch Gladbach	20:20,23	M45
85	Olbricht	Uwe	63	TUS Köln rrh	20:31,15	M40
86	Hille	Ralf	59	SG Zons	20:34,36	M45
87	Orth	Hermann Josef	50	TV Hofnungsthal	20:54,67	M55
88	Lohrengel	Udo	51	LLG St. Augustin	20:58,37	M55
89	Hauptmann	Dietmar	67	Overath	21:21,79	M40
90	Runge	Günther	47	Vfl Engelskirchen	21:33,13	M60
91	Metzinger	Jürgen	67	Bergisch Gladbach	21:36,19	M40
92	Möller	Siegfried	62	LLG 80 Nordpark Köln	21:36,61	M45
93	Krüger	Gerhard	40	TV Refrath	21:38,00	M65
94	Müller	Johann Baptist	46	ART Düsseldorf	21:46,38	M60
95	Rixen	Franz Gerd	49	TSV Rönsahl	21:51,97	M55
96	Scherbaum	Ralf	64	MTV Köln 1850	21:58,15	M40
97	Fischer	Wilhelm	41	LG Gummersbach	22:47,94	M65