



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 1/2024



10 Jahre Neckarufer Marathon Stuttgart

100 Marathon Club Deutschland e.V.

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

Adressen

1. Vorsitzender: Mario Sagasser: Greifswalder Str. 10, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: +49 4193 95212
E-Mail: mario.sagasser@t-online.de

2. Vorsitzender: Gerd Junker: Brunings Kamp 8 B, 49134 Wallenhorst
Tel.: +49 5407 39404
E-Mail: gerd.junker@osnanet.de

Vorstandsmitglieder:

Startpässe Gabriele Eisele: Berliner Ring 21, 24848 Kropp
Tel.: +49 4624 9649631
E-Mail: gabriele-eisele@t-online.de

Statistik Jörg Chittka: E-Mail: statistik@100-marathon-club.de

Sportwart Michael Kiene: Nordring 8, 37154 Northeim
Tel.: +49 5551 910406
E-Mail: kiene.michael@gmail.com

**Kassenwart,
Mitgliederwesen** Wolfgang Kieselbach: Talweg 11 A, 21244 Buchholz
Tel.: +49 4181 31116
E-Mail: de-100mc-deutschland@outlook.de

**Webmaster,
Clubheft, Redaktion** Michael Weber: Hildebrandstr. 9, 70191 Stuttgart
Tel.: +49 711 852754
E-Mail: weber.worldrunner@googlemail.com

Beirat:

**Pressewart,
Newsletter Redakteurin** Jana Bieler: E-Mail: 100mc.presse@gmail.com

**Webmaster,
Administrator** Peer Cavaleiro: Hindenburgstr. 132, 41749 Viersen
Tel.: +49 176 22853963
E-Mail: spassamlaufen@gmail.com

Änderungsmeldungen:

Bitte folgende E-Mail-Adresse in CC aufnehmen: Mitgliederwesen@100-marathon-club.de

Titelfoto: Judith Baumann und Claudia Ulrich am 3. März 2024 in Stuttgart (Foto: Peter Dix).

Foto auf der Rückseite: Start zum Bremer Bergmarathon am 24. Februar 2024 (Foto: Gunla Eberle).

Protokoll der Jahreshauptversammlung in Bremen

Protokoll der Jahreshauptversammlung des 100 Marathon Club Deutschland e.V. vom 24.02.2024 im Vereinsheim der SG MarBel-Bremen, Stader Landstr. 100, D-28719 Bremen-Nord

Vor dieser Mitgliederversammlung legt unsere Pressewartin Jana Bieler für unsere Teilnehmer Kärtchen aus. Auf der Vorderseite ist das 100MC-Logo aufgedruckt, die Rückseite erinnert an den Einsendeschluss der Mitmach-Aktion für das schönste 100MC-Erinnerungsfoto, Laufveranstaltungen am 24.04.2024 zum 25-jährigen Jubiläum unseres Clubs sowie an das Vereinstreffen am 27.04.2024 in Hamburg im Hause des Sports, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg, 15:30 – 19:30 Uhr inkl. Pasta-Party, zu welcher jedes Mitglied einen Gast mitbringen darf.

Teilnehmer gemäß Liste: 38 Mitglieder, 4 Gäste

Mario Sagasser, Doris Sagasser, Gerd Junker, Jana Bieler, Micha Bieler, Thorsten Stohldreier, Tanya Ostapenko, Dietrich Eberle, Gunla Eberle, Hans-Joachim Westphal, Martina Pahlmeyer, Heinz Nagel, Olaf Häsler, Carsten Nuhn, Uwe Laig, Sigrid Eichner, Wolfgang Schulz, Günter Petri, Gisela Rosnin (Gast), Ingo Kloss, Annett (Gast Ingo), Stephan Barz, Inka Barz, Hans-Joachim Meyer, Alexander Grosser, Ute Karklis, Frank Hoffmann, Michael Kiene, Gabriele Eisele, Jessica Wagner (Gast), Wolfgang Kieselbach, Monika (Gast Wolfgang), Ilka Büsing, Mukir Gluhic, Nicola Stelling, Rabea Reinhold, Hartmut Feldmann, Christoph Jaekel, Bennie de Vries, Thorsten Schulte, Winfried Böttcher, Jakob Levi-Stahlberg

TOP 1 Begrüßung durch den Vorstand

- Um 17:50 eröffnet Mario die Sitzung und begrüßt alle Teilnehmer, besonders auch unsere Ehrenmitglieder Sigrid Eichner, Hans-Joachim Meyer sowie Doris Sagasser.
- Es fehlen entschuldigt aus dem Vorstand Michael Weber, Peer Cavaleiro und Christoph Wenzel.
- Alle Abstimmungen sollen per Handzeichen erfolgen.
- Gerd Junker ist Protokollführer.
- Zu Beginn der Mitgliederversammlung erheben sich alle Anwesenden und gedenken den verstorbenen Mitgliedern Karl Rohwedder, Peter Burns, Peter Orth, Günter Tewes und Gerd-Rudi Papcke.
- Mario weist darauf hin, dass auf dieser Versammlung Fotos zur Veröffentlichung gemacht werden. Wer Einwände hat, möge sich melden. Dies geschieht nicht.
- Mario bedankt sich insbesondere bei Olaf Häsler für die Organisation und Durchführung des vorausgegangenen Marathonlaufes und bei Gerd Junker für die Vorbereitung dieser Jahreshauptversammlung.

TOP 2 Ehrungen

- Am heutigen Tag gibt es keine Ehrung.

TOP 3 Antrag auf Ausschluss

- Bei einem Mitglied konnten trotz neuer Bankverbindung keine Beitragseingänge gebucht werden. Für den offenstehenden Betrag von EUR 29,58 ist ein Mahnbescheid zu teuer und lohnt nicht. In der Statistik erscheint dieses Mitglied schon länger nicht. Sollte bis 30.06.2024 keine Zahlung erfolgen, wird das Mitglied aus dem Verein ausgeschlossen. Der Beschluss dazu fällt einstimmig aus.

Nachrichtlich: Der ausstehende Mitgliedsbeitrag inkl. Bankbearbeitungsgebühr ist inzwischen auf dem Vereinskonto beglichen. Damit sind der Ausschlussgrund und der Beschluss hinfällig.

TOP 4 Bericht des Vorstandes

-- Mario berichtet: Ende 2023 hatte der Verein 450 Mitglieder, davon 60 Frauen. Der Verein hat 19 ausländische Mitglieder. Es gab im Jahr 2023 32 Neueintritte sowie 16 Austritte, welche 7 verstorbene Mitglieder beinhalten. Wir verzeichneten einen Zuwachs von 3,7 % an neuen Mitgliedern, die Möglichkeit einer passiven Mitgliedschaft wird nach wie vor nur wenig genutzt. In 2024 haben wir bis dato bereits 8 Neueintritte zu verzeichnen.

-- Es wurden in 2023 insgesamt 7 Videokonferenzen des Vorstands durchgeführt. Mario referiert in Stichpunkten über diverse Themen, welche besprochen und abgearbeitet wurden. Es ist zu erkennen, dass die Aufgaben des Vorstands vielfältig und interessant sind.

-- Mario berichtet u. a. von dem Verkauf und der Verwertung des Öjendorf-Materials sowie über die Räumung und Abmietung der Garage und die weitere Nutzung der Zählanlage.

-- Die Atmosphäre im Vorstand ist ruhig und harmonisch, die Außendarstellung ist gut. Mario bedankt sich beim gesamten Vorstand für die gute Zusammenarbeit. Sein Dank geht an Gerd Junker als 2. Vorsitzenden, Michael Weber (Clubheft), Michael Kiene (Sportwart), Gabriele Eisele (Runde Geburtstage ab 70 und Startpasswesen), Christoph Wenzel (Statistik), Wolfgang Kieselbach (Schatzmeister), Jana Bieler (Pressewartin), Peer Cavaleiro (Homepage/EDV) und an Sara Kortyka (Veröffentlichung auf unserer Homepage). Mario bedankt sich posthum bei Karl Rohwedder für die Vertreterfunktion von Gabriele Eisele.

-- Jedes Vorstandsmitglied stellt seine Aufgaben im Verein kurz vor:

-- Gerd Junker koordiniert die Videokonferenzen des Vorstands, plant die jährlichen Mitgliederversammlungen und steht dadurch viel in Kontakt zu unseren Mitgliedern. Er erstellt alle Protokolle der Videokonferenzen sowie der Mitgliederversammlungen.

-- Michael Kiene ist als Sportwart für die Ausstellung von Jubiläumsurkunden zuständig. Er erstellt pro Jahr ungefähr 100 – 110 Urkunden. Michael bittet darum, Urkunden rechtzeitig anzufordern und dabei das Datum und den Lauf mit anzugeben. Darüber hinaus vertritt er Gabriele Eisele bei Abwesenheit und übernimmt damit die Vertretung für unser verstorbene Mitglied Karl Rohwedder.

-- Gabriele Eisele übermittelt die Geburtstagsgrüße für unsere Mitglieder ab dem 70. Lebensjahr und danach alle 5 Jahre. Das durfte sie im vergangenen Jahr 24-mal durchführen.

Um dies beizubehalten, ist die ständige Aktualisierung der persönlichen Daten notwendig. Falls sich was ändern sollte, bittet Gabriele um eine Änderungsnachricht. Mittlerweile besitzen 50 unserer Mitglieder einen Startpass. Der Antrag dafür kann bei Gabriele angefordert und muss per Post an sie zurückschickt werden. Es gibt nach einer Startpassanforderung kein automatisiertes Ende. Unsere Mitglieder mit Startpass stehen beim Start des Hamburg-Marathons ganz vorn im Startblock A. Das ist ein wirkliches Privileg!

-- Unsere Pressewartin Jana veröffentlicht Laufjubiläen auf unserer Webseite, stellt News auf dieser Seite ein und verschickt monatlich den Newsletter unseres Vereins, zu welchem sich jedes Vereinsmitglied frei an- und abmelden kann. Außerdem betreut Jana die Facebookgruppe des 100 Marathon Club, worauf auch Auswärtige Zugriff haben. Alles wird oft und gerne genutzt.

-- Peer ist für unsere Vereinswebseite, für Design und Aussehen zuständig. Gerd trägt seinen Bericht vor, in welchem Peer auf die Stabilität und Zuverlässigkeit der Webseite hinweist. Die Bedienung für die Webseitenbesucher und Redakteure bleibt unverändert. Peer bedankt sich bei unserem Webmaster Michael Weber und allen mitwirkenden Redakteuren für die gute Zusammenarbeit.

-- Mario trägt den Bericht von Michael Weber vor: Michael pflegt gelegentlich News, Berichte, Lauftermine oder Ergebnisse auf der Vereinswebseite ein. Der Schwerpunkt seiner Arbeit liegt jedoch auf dem Vereins-Clubheft. Michael bedankt sich für die eingereichten Berichte der Mitglieder, welche jedoch gerne zahlreicher sein dürften. Gern wünscht sich Michael bereits für das nächste Clubheft mehr Beiträge unserer Mitglieder. Dabei sollten die Bilder eine hohe Auflösung haben. Dabei sollte die Quelle angegeben werden. Genau wie bei Presseberichten, benötigt Michael unbedingt die Zustimmung des Urhebers. Der Preis für unsere Clubheft ist von EUR 304,43 in 2021 auf EUR 457,25 in 2023 für unverändert 500 Exemplare angestiegen.

TOP 5 Kassenbericht

-- Wolfgang berichtet über seine Aufgaben: Er führt die Bestandslisten der Mitglieder sowie der Exmitglieder, ändert Bankverbindungen sowie Adressen, ist für die Beiträge und deren Einzug sowie die Beitragsstatistik zuständig und koordiniert den gesamten Zahlungsverkehr. Die Liquidität des Vereins ist solide und geordnet, es konnten allen Zahlungsverpflichtungen nachgekommen werden. Die Beitragseinnahmen unserer Mitglieder sind deutlich gestiegen. Die Mitgliederzahlen sind von 287 Mitglieder im Jahre 2015 angewachsen auf heute 448 Mitglieder. Aus Veräußerungen u. a. des Öjendorf-Equipments sind dem Verein EUR 1.900 an Erlösen zugeflossen. 2023 konnte so ein Überschuss von EUR 362 erzielt werden. Die Kosten für den Hamburger Sportbund erhöhten sich auf EUR 4.500, unsere Verwaltungskosten haben sich um 15 % erhöht. Für unser Mitgliedertreffen am 27.04.2024 werden sicherlich einige Rücklagen aufgebraucht werden. Auch bei einer erneuten Durchführung des Elbtunnelmarathons könnte dies der Fall sein.

TOP 6 Bericht der Kassenprüfer

-- Uwe Laig berichtet: Es wurden gemeinsam mit Rene Wallesch 3 Konten der HASPA überprüft: das Vereinskonto, das Veranstaltungskonto sowie das Rücklagenkonto. Die Prüfung erfolgte anhand der vorgelegten Kontoauszüge, Belege, Mitgliederbeitragszahlungen, Rechnungen und Verträge für das Geschäftsjahr 2023. Diese ergaben eine vorbildliche und einwandfreie Buchführung. Alle Einnahmen und Ausgaben wurden vollständig erfasst und belegt. Die Finanzen des Vereins sind geordnet. Uwe bedankt sich bei unserem Schatzmeister Wolfgang, der alle Buchungen in monatlichen Tabellen nach Kostenstellen geordnet und übersichtlich darstellt. Diese Tabellen werden monatlich dem Vorstand übermittelt.

TOP 7 Aussprache

-- Unser Mitglied Stephan Barz stellt die berechtigte Frage, was mit dem Geld auf dem Rücklagenkonto des Vereins geschehen soll. Mario erklärt, dass für 2024 diverse Ausgaben anstehen: Jubiläumstreffen am 27.04.2024 mit Miete der Räumlichkeiten sowie Verköstigung der Mitglieder und Gäste. Für die Durchführung des nächsten Elbtunnelmarathons rechnen wir mit Kosten an die HPA mit mindestens EUR 3.000. Die Allgemeynkosten werden sich weiter erhöhen. Trotzdem sollten sich die Rücklagen selbstverständlich im Rahmen halten, um unsere Gemeinnützigkeit nicht zu verlieren.

TOP 8 Entlastung des Vorstandes

-- Uwe Laig beantragt die Entlastung des Vorstandes. Dieser wird von den Mitgliedern einstimmig entlastet.

TOP 9 Wahl des Statistikers

-- Der Statistiker Dr. Christoph Wenzel hat seinen Rücktritt erklärt. Mario bedankt sich bei Christoph für seine Arbeit als Statistiker.

-- Mario stellt die Frage, ob sich jemand aus den Reihen der Mitglieder für dieses Amt zur Verfügung stellt. Dies geschieht nicht. Daraufhin schlägt Mario Dr. Jörg Chittka für dieses Amt vor. Jörg hatte sich vorab schriftlich dazu bereit erklärt und kann aus gesundheitlichen Gründen heute nicht anwesend sein. Die Wahl erfolgt einstimmig. Jörg hat im Vorfeld erklärt, im Falle der Wahl diese anzunehmen. Das teilt Mario der Versammlung mit. Dr. Jörg Chittka ist somit der neue Statistiker des 100 Marathon Club. Die Geschäftsübergabe wird allen Mitgliedern auf unserer Homepage mitgeteilt werden.

TOP 10 Wahl eines Kassenprüfers

-- Rene Wallesch gibt dieses Amt nach 12 Jahren ab, Mario bedankt sich für die geleistete Arbeit. Nachdem keine Vorschläge aus den Reihen der Mitglieder kommen, schlägt Mario den anwesenden Thorsten Stohldreier zum weiteren Kassenprüfer vor. Dieser wird einstimmig gewählt und nimmt

die Wahl an. Thorsten Stohldreier ist neben Uwe Laig somit Kassenprüfer für den 100 Marathon Club.

TOP 11 Weitere Anträge

-- Es wurden vor dieser Mitgliederversammlung keine weiteren Anträge eingereicht. Wortmeldungen oder Anregungen zu weiteren Anträgen erfolgten nicht.

TOP 12 Ankündigung JHV 2025

-- Vorschläge, wo unsere Jahreshauptversammlung im nächsten Jahr stattfinden könnte, werden sehr gerne bis zum 30.06.2024 angenommen. Diese sind zu richten an Gerd Junker. (gerd.junker@osnanet.de) Wir freuen uns über jede Anregung.

TOP 13 Verschiedenes

- Hier können unserer Mitglieder Fragen/Sorgen/Nöte loswerden. Anscheinend gibt es keine, es kommen diesbezüglich keine Meldungen.
- Mario erinnert nochmals an die Aktionen zum 25-jährigen Bestehen des Clubs.
- Einsendung eines Fotos an Jana (Einsendeschluss: 21. April)
- Teilnahme an den Läufen am 24. April
- Teilnahme am Mitgliedertreffen am 27. April in Hamburg
- Teilnahme am Marathon am 28. April in Hamburg-Fischbek (für alle, die nicht beim Hamburg-Marathon laufen möchten)

Um 19:09 Uhr bedankt sich Mario bei allen Teilnehmenden und schließt die Sitzung.

Protokoll erstellt durch Gerd Junker am 25.02.2024

Protokoll geprüft durch Mario Sagasser am 25.02.2024



Mitgliederversammlung in Bremen

Foto: Jana Bieler

Berichte unserer Mitglieder

25. Winterstaffel Pulheim am 28.01.2024

Beim Staffelmарathon als Einzelstaffel unterwegs
von Wolfgang Bernath

Mit Superlativen sollte man ja eher vorsichtig umgehen. Aber wenn eine Veranstaltung ihr Silberjubiläum feiert, darf man schon von einer Kultveranstaltung sprechen. Es paßt aber auch wieder alles: Mit dem Geschwister-Scholl-Gymnasium (groß, warm und trocken) hat man eine optimale Veranstaltungsstätte und bei wolkenlosem Himmel und schon wärmender Sonne für Ende Januar geradezu traumhafte äußere Bedingungen.

Doch begann heute alles mit einem Blutsturz: Eine gute Viertelstunde bin ich schon vom Westerwald Richtung Köln unterwegs, als mir bewußt wird, daß ich ohne mein parat gelegtes 100 MC-Shirt unterwegs bin. Das geht ja gar nicht! Wenden auf der Hochachse, so heißt es bei der Panzertruppe, und schon ist eine gute halbe Stunde verloren. Kurz vor knapp komme ich an, finde aber doch noch einen ordentlichen Parkplatz im Wohngebiet. Das Administrative ist schnell erledigt, daher geht's – schwupp! – in die Startaufstellung. Die Hauptdisziplin ist der sechsteilige Staffelmарathon auf einer 5 km-Runde mit vorgeschobenem 2,2 km-Anlauf. Es geht aber auch ein Halber, Zehner oder Fünfer, die Du jedoch alleine bewältigen mußt. Für Kinder gibt's eine spezielle Wertung, genauso wie für uns große Kinder, die den Staffelmарathon alleine absolvieren möchten. Diese und die Staffelläufer scharren gemeinsam mit den Hufen, als es um 10:15 Uhr losgeht.

Die Einführungsrunde über Anwohnerstraßen ist schnell beendet und die erste Runde begonnen. Wenig später kommen wir erstmals an Start und Ziel vor dem Gymnasium vorbei. Staffelwechsel nach rechts in separater Spur, Marathoner geradeaus, und schon habe ich die bereits angebotene Verpflegung übersehen. Das ist verschmerzbar und wird später ausgiebig nachgeholt. Als älterer Herr, neu in der Altersklasse der Jungrentner (aber noch beruflich aktiv), ohnehin nicht schnell, mache ich mir einige Gedanken über das Tempo. Fünf Stunden kann ich mir Zeit lassen, die ich aber nicht auszureizen beabsichtige. Trainingstechnisch habe ich in den letzten Wochen jedoch deutlich geschlabbert. Waren die Umfänge noch ganz ok, habe ich seit meinem letzten Marathon auf Lanzarote vor acht Wochen am letzten Sonntag einen ganzen Zwanziger als Alibi hingekriegt. Gut, heute muß es also die Erfahrung richten.

Die Strecke ist mit einem Rechteck inkl. eines Schlenkers durchs Wohngebiet rasch erklärt. Die letzten Häuser habe ich hinter mir gelassen, als ich auf durchgängig asphaltiertem Weg links und rechts Felder im Winterschlaf sehe. Wird so schnell schon abgebogen? Nein, man hat an der ersten „Ecke“ eine Begegnungsstrecke eingebaut, um auf die 5.000 m zu kommen. Klasse ist, wenn man, die Sonne im Rücken, bei Windstille unterwegs ist. Schlecht ist es hingegen, wenn sich das Gefühl als Illusion erweist. Frisch und stramm ist der Gegenwind, den es die nächsten Stunden zu bezwingen gilt. Wie immer ist es hingegen nett, seine Mittäter abchecken zu können. Selber gewendet, geht es schnell rechts auf die zweite Seite des Rechtecks, die zur stark befahrenen B 59 führt. Ein kleiner Anstieg ist zu nehmen, bevor nach links auf den parallel zur Bundesstraße verlaufenden Radweg gewechselt wird. Einige ausgesprochenen Flachlandtiroler höre ich im weiteren Verlauf mehr oder weniger deutlich über die wenigen Höhenmeter fluchen. War der bisherige Verlauf zur Meditation geeignet, empfinde ich den Straßenlärm als eher weniger erquicklich. Vor der Jet-Tankstelle wird wieder nach links in die Bebauung abgebogen.

Jet-Tankstelle? Da war doch etwas? Vor meinem hiesigen Ersteinsatz vor zehn Jahren fiel der Lauf 2013 quasi in der Startaufstellung einem heftigen Wintereinbruch zum Opfer. Was Joe und Dirk

allerdings nicht davon abhielt, auf eigenes Risiko zu starten. Blöd war nur, daß es natürlich keine Verpflegung gab. Also keine durch den Veranstalter. Glücklicherweise sind Tankstellen ja gut bestückt, insbesondere mit 0,5 l-Weißblechdosen unzweideutigen Inhalts. Eine gute Hydrierung ist ja wichtig, daher sprachen die beiden dem isotonischen Getränk gut zu. Und zwar so gut, daß der Dirk, deutlich angeschlagen, zuhause die dunkelgelbe Karte erhielt und ein Jahr später mit mir gemeinsam nur starten durfte, weil er vollkommene Abstinenz gelobte.

Der Schlenker als vierte Seite führt mich zu Start und Ziel, die ich nach 31 Minuten erreiche, schneller als gedacht, vermutlich ist das nicht besonders klug. Der Tee ist dünn, aber warm, und das zählt. Die Strecke ist mit 48 Marathonern und 29 aktiven Staffelläufern recht gut bestückt, die vor und nach uns eingestiegenen Läufer der übrigen Disziplinen sorgen für weitere Belebung und ein buntes Feld. Noch fehlt einiges zur Vor-Corona-Zeit, aber man ist auf einem guten Wege dahin zurück. Zu unserer Sicherheit fährt ein Quad die Strecke permanent ab, sorgt aber durch seine Abgase für eher weniger Freude. Nun kann man über die Sinnhaftigkeit der Einführung flächendeckender E-Mobilität sicher trefflich streiten, hier aber hätte nicht nur ich mich über einen punktuellen Einsatz gefreut. Für die nächsten drei Runden stehen dann, mehreren Boxenstops geschuldet, zweimal 33 und 32 Minuten zu Buche.

Der warme Tee ist mir weiter hochwillkommen, die einmal getestet Cola neben der Kohlensäure viel zu kalt zum Stürzen. Doch auch den Tee muß ich im Gehen trinken, da die Mehrwegbecher (eigentlich gut) sich nicht zur Schnabeltasse verbiegen lassen. Mit der Beobachtung des Volks um mich herum und dem Nachdenken über dies und das mehren sich die zurückgelegten km. Der Wendpunkt wird, für mich überraschend, während des Laufs nach vorne verschoben. Ob mir deshalb am Ende ein halber km auf dem Tacho fehlen wird? Das Feld wird dabei natürlicherweise immer weiter ausgedünnt. Jedes mal kann ich nur den Kopf über den Dödel schütteln, der eine leere Speiseölflasche in der Prärie entsorgt hat, kaum zu glauben. Erfreut mich dann doch die halbwegs geschmeidige Fortbewegung mit 32er Runden, irritiert erneut der Quad-Fahrer. Schön ist musikalische Unterhaltung aus dicken Boxen grundsätzlich schon, die philosophisch-hintergründigen Texte der zur Karnevalszeit ausgewählten Stücke dann weniger („Ich bin schon wieder blau, blau wie der Ozean“).

Nach der siebten Runde, als ich mich schon mit einer Zeit über viereinhalb Stunden arrangiert habe (ohne allerdings auf der letzten Rille unterwegs zu sein), attestiert mir mein Zeiteisen exakt 3:57:30 Std. Das würde dann mit je 6:30 min für die letzten fünf km eine Punktlandung bedeuten. Sehr erfreulich ist, daß ich trotz des fast gänzlichen Fehlens langer Läufe in den letzten beiden Monaten noch etwas zulegen kann und die 4:30 Std. sicher unterbiete. Im Ziel gibt's eine nette Medaille für die heimische Wall of fame und eine ebensolche Fachsimpelei mit einigen freundlichen Zeitgenossen, auch aus unserem Verein. Wer betreutes Laufen mag und nicht nur aus dem Kofferraum leben möchte, ist hier gut aufgehoben. Insbesondere natürlich unter den heutigen Bedingungen.



Noch'n Verein?

Wieso ich Mitglied im „100 Marathon Club Deutschland“ wurde von Udo Pitsch

Die Liste meiner Vereinszugehörigkeiten wird immer länger. Das hat mit fortschreitendem Lebensalter zu tun, anhaltender Verschiebung der Gewichte in meinem Wertekanon, ist zum Teil auch der Umtriebigkeit meiner Frau geschuldet. Mir Ines zum Vorbild nehmend, schlüpfte ich vor nicht allzu langer Zeit unters Dach der Rehkitzrettung Augsburg e.V. und zuletzt des Tierschutzvereins Franz von Assisi e.V. Worauf meine Frau allerdings keinerlei Einfluss ausübte, waren Mitgliedschaften in nunmehr vier der Leichtathletik - insbesondere dem Laufen - verpflichteten Sportvereinen.

2008, als Marathonläufer bereits etabliert, suchte ich erstmals einen Laufverein und schloss mich der TG Viktoria Augsburg (Abteilung Laufsport & Triathlon) an. Damit war ich zugleich DLV-Mitglied und erhielt einen Startpass für Meisterschaften. Als mir Marathon nicht mehr weit genug war, wandte ich mich dem Ultralauf zu und trat alsbald der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung e.V. (DUV) bei. Das ist lange her und während vieler Jahre und reichlich Wettkämpfen schienen diese Mitgliedschaften meine Interessen zu hundert Prozent abzudecken. Weder mir noch anderen schien ich eine weitere Vereinszugehörigkeit schuldig zu sein. Auch nicht dem 100 Marathon Club, obschon ich bereits 2012 zum hundertsten Mal Marathon oder weiter gelaufen war. Mit Ablauf des gerade vergangenen Jahres 2023 standen 362 solcher Laufteilnahmen in meinem Laufbuch. Und am 1. Januar 2024 lief ich nun doch in den Hafen der Marathonsammler ein. „Wie kam es zu diesem Sinneswandel?“ wird fragen, wer mein in jüngeren Laufberichten da und dort niedergeschriebenes Erwägen nicht kennt.

Marathon- oder ultraweite Wettbewerbe in hoher Zahl anzuhäufen war anfangs (erster Marathon 2002) und für einige Jahre danach kein Motiv, das meinen Ehrgeiz hätte anstacheln können. Allein schon aus dem einfachen Grund, weil ich es als spezielle Disziplin, als Spielart des Laufsports, gar nicht wahrnahm. Mir ging es darum auf der Marathonstrecke von Mal zu Mal schneller zu werden und meine Grenzen auszuloten. Ja, vor allem das! Als mein Limit bei etwa drei Stunden ausgereizt war, lockten mich noch längere Strecken. Auch hier entwickelte ich mich zum Grenzgänger, schulte mich in Selbstüberwindung, heimste tolle Lauferlebnisse unter wechselnden Bedingungen ein. Ständig überbot ich mich selbst an gelaufener Strecke, fasste extrem fordernde Ziele ins Auge, von deren Vorhandensein als Wettkampfdisziplin oder -strecke ich ein paar Jahre zuvor keinen Schimmer hatte. 24 Stunden lang laufen, mehr als 200 Kilometer weit, war eine der Herausforderungen. Dafür fand ich ein für mich erfolgversprechendes Trainingskonzept: Serien von Marathons oder kürzeren Ultras mit stetig wachsenden Anforderungen. Nicht selten zwei Läufe an einem Wochenende. Aus anderer Perspektive beleuchtet: Dass sich in relativ kurzer Zeit eine erkleckliche Zahl von „M's“ und „U's“ ansammelte, war kein Zufall, sondern „zwangs-läufig“; war sozusagen ein Abfallprodukt meines Ultraehrgeizes, der mich zunehmend zum Marathonsammler stempelte.

Zu jener Zeit begegnete ich häufig Läufern in gelben Trikots mit schwarz-rottem Aufdruck „100 Marathon Club“. Irgendwann machte ich mich schlau, was „das für Leute sind“. Aha, Marathonsammler! Mithin Läufer, die ihre Erfolge zählen. Die sie tabellarisch auflisten, sich vielleicht auch über die so entstehende Rangfolge vergleichen und gegenseitig würdigen. Selbstverständliche Frage: Wäre das was für mich? Ohne jede elitäre Anwendung (zu der es mir allein schon an läuferischer Potenz mangelte) kam ich zu dem Schluss: Dem „Hunderter-Club“ beizutreten ergibt für mich keinen Sinn.

Andererseits goutierte ich längst das rasante Anwachsen der Summe meiner Läufe, fand immer mehr Gefallen daran. Ganz selbstverständlich lehnte ich mich an die Zählordnung des 100 Marathon Clubs an. Dass ein Lauf „öffentlich ausgeschrieben“ sein muss empfand ich als völlig natür-

lich. Wiewohl ich es stets vermied zu Trainingszwecken und solo, also nicht im Rahmen einer Veranstaltung, marathonweit zu laufen. Es hätte mir nichts „Zählbares“ eingebracht. Tatsächlich widerfuhr mir in nunmehr 21 Wettkampffahren nur zweimal das „ärgerliche“ Schicksal Marathondistanz „als unbeobachteter Privatier“ zu übertreffen. Einmal ziemlich zu Anfang meiner „Läuferkarriere“, als ich eines herrlich sonnigen Tages ins Blaue rannte und noch keine GPS-basierte Uhr besaß, stattdessen meine Streckenlängen „post pensum“ in Google Earth ermittelte.

Lange, sehr lange, war eine Mitgliedschaft im 100 Marathon Club keine Option für mich. Einem Verein angehören, dessen Teilnehmer über ganz Deutschland verstreut sind? Dergleichen erlebte ich seit Jahr und Tag als „DUV-Jünger“. Als Parteigänger der DUV aufzutreten schien mir jedoch geboten. Immerhin nahm ich ein paarmal an deren Ultra-Meisterschaften teil, identifizierte mich überdies mit der von der DUV propagierten Förderung des Ultralaufspitzensports. Wen oder was fördert der 100 Marathon Club? Oder wenigstens: Was hätte er mir zu bieten? Die Antwort fiel mager aus. Im Grunde hätte ich lediglich die (meinem Naturell angenehme) Anonymität des Vielläufers beendet, indem ich für alle (Lauf-) Welt sichtbar in einer Rangliste erschienen wäre. Brauche ich nicht - lautete stets meine Entscheidung, wenn mir die Idee „Beitritt“ mal wieder durch den Kopf spukte. Zumal mein lokaler Verein, die TG Viktoria Augsburg, mit reger Medienarbeit schon genug Aufhebens um meine Läuferperson verursachte. Zahllose Zeitungsartikel erschienen, ein Interview bei Radio Fantasy in Augsburg durfte ich geben und nach meinem Spartathlon-Erfolg zitierte mich Augsburg TV (a.tv) sogar vor die Kamera. Schmeichelhafter, wenngleich unterhaltsamer Medienrummel für einen, der doch nichts anderes tat als nach Gusto oft und weit zu laufen und diese Leidenschaft nie als etwas Außerordentliches oder gar Extremes empfand. Wozu dann noch in einer Rangliste geführt werden?

Lange, sehr lange bewahrte ich mir diese Auffassung. Bis eines unschönen Tages ein Virus seinen



Udo Pitsch in Ostfildern (Foto: Michael Weber)

Siegeszug antrat und sich die Marathonkalender binnen weniger Tage leerten. Zu Beginn des Jahres 2020 rollte die bis zu diesem Zeitpunkt nimmermüde Roulettekugel aus: Rien ne va plus! „Rudelbildung“, egal zu welchem Zweck, war lange untersagt. Um aktiv an der Überwindung der Covid-Misere mitzuarbeiten, war ich zudem fest entschlossen mich dem Hygienenediktat unterzuordnen, seine Vorschriften eher noch überzuerfüllen. Endlich, Ende Mai, gings zaghaft wieder los, durfte ich an ein paar kleineren Veranstaltungen wieder partizipieren. Im Sommer 2020 erfasste uns wohl alle die Hoffnung auf baldige „Normalität“, auf die Wiederkehr des prallen Laufangebotes. Zuversicht, die sich mit Hereinbrechen der kalten Jahreszeit und dem Wiederanstieg der Covid-Infektionsrate rasch zerschlug. Neuerlich ging nichts mehr. Veranstalter, die noch an den Restschulden der in 2020 abgesagten Läufe zu knabbern hatten, zögerten Planungen für 2021 lange hinaus. Als bald häuften sich Absagen und Verschiebungen.

Was nun? - Vor meinem Marathondebüt 2002 joggte ich ein paarmal die Woche, mal mehr, mal weniger, aus Spaß an der Freud, für mich und meinen Hund. Kein zielgerichtetes Training, keinerlei Vorgaben hinsichtlich Strecke und Zeiten. Solcherart läuferische Unverbindlichkeit und Susi-Sorglosigkeit infolge Pandemie wieder aufleben zu lassen hätte mein ehrgeiziges Alter Ego nicht sättigen können. Also begann ich das Internet nach Läufen zu durchforsten, die es nicht in die übli-

chen Veranstaltungskalender geschafft hatten. Rasch stieß ich dabei auf die Terminliste des 100 Marathon Clubs. Zu meiner Freude fand ich darin Marathonläufe in relativer Nähe zu meinem Wohnort. Wie machen die das? Wo doch „Zusammenrottungen“ in Größenordnung auch kleinster Starterfelder zu dieser Zeit amtlicherseits noch immer untersagt waren.

Die Antwort ist zweiteilig: Zunächst muss man wissen, dass an Läufen, die von Mitgliedern des 100 Marathon Clubs ausgerichtet werden, in der Regel nur wenige Läufer teilnehmen. „Wettkämpfe“ also, die eher den Charakter eines privaten Lauftreffs besitzen, bei denen man auf Selbstversorgung angewiesen ist. Darüber hinaus ersannen findige Köpfe Regeln, die Risiken ausschließen. Einerseits das Risiko sich tatsächlich anzustecken, zum anderen gegen geltende Verordnungen zu verstoßen. Wichtigstes Merkmal: Individuelle Starts, lediglich ein großzügiges Zeitfenster war fixiert, innerhalb dessen der Lauf abgeschlossen werden musste. Die Strecke wurde per Markierung oder gpx-Track für die Laufuhr vorgegeben. Zur Anerkennung der Teilnahme war die Übermittlung der personenbezogenen GPS-Aufzeichnung des Laufes an den Ausrichter zu übersenden. Wow! Plötzlich sah ich mich einer wahren Flut von Marathons und Ultras gegenüber. Nicht zuletzt, weil viele der Läufe als Serie mehrmals im Jahr veranstaltet werden. Damit konnte ich einerseits meinen Laufdurst stillen, zudem mein Umweltgewissen mit etlichen heimatnahen Terminen erleichtern.

Ich hätte es mir nun leicht machen können und alles beim Alten lassen. Wozu dem 100 Marathon Club beitreten? Schließlich dürfen auch Nichtmitglieder überall mitlaufen. Aber Marathon- oder Ultraläufer sind nicht dazu ausersehen es sich leicht zu machen. Würden sie sonst Strecken unter die Sohlen nehmen, die die meisten anderen Zeitgenossen allenfalls mit dem Fahrrad oder motorisiert zurücklegen? Ich sehe das so: Man kann nicht immer nur mit völliger Selbstverständlichkeit nehmen. Nach meinem Empfinden sollte, wer kann, zumindest hier und da auch etwas zurückgeben. Außerdem: Keiner tat während der Pandemie mehr dafür das Marathonkarussell in Bewegung zu halten als die Frauen und Männer des 100 Marathon Clubs! Ihnen verdanke ich Förderung und Konservierung meiner Ausdauer in dieser durchgedrehten Zeit. That's it! Hauptsächlich aus diesem Grund bat ich schlussendlich doch um Aufnahme in die Gemeinschaft der Marathonsammler. Und damit darf ich mich weiterhin bedenkenlos zu allen Läufen schicken, die im Kalender des 100 Marathon Clubs verzeichnet stehen. Untreu werde ich dadurch niemandem. Nicht meinem Heimatverein, für den ich auch künftig an den Start gehen werde und nicht mal mir selbst. Die Laufwelt - und nicht nur die - ist nicht mehr dieselbe wie vor 2020.

„Zu einem geglückten Reifungsprozess gehört der freundliche Abschied von Illusionen, und es ist eine große und vornehme Kunst, Hoffnungen zur rechten Zeit aufzugeben und Träume früh genug der Realität anzupassen.“* - In diesem Sinne verabschiedete ich mich im letzten Jahr von exorbitanten Ultrastrecken. Mindestens mal von allen Zielbändern, die jenseits der 100-Kilometer-Marke aufgespannt werden. Auch in dieser Hinsicht bewerte ich meinen Beitritt als folgerichtig. Was über viele Jahre „Abfallprodukt“ war, das Sammeln von Marathons, oder: bewusst die Zahl zu Buche stehender Läufe zu mehren, mich davon motivieren zu lassen, wurde mit zunehmendem Alter mehr und mehr zum „Läuferlebensinhalt“. Wo könnte ein „M70er“ sonst noch reüssieren? Okay, da und dort vielleicht auf dem Treppchen der Altersklasse. Das war jedoch nie wirklich treibendes Motiv und nun erst recht nicht mehr, da schon anzukommen mir nicht selten Platz eins garantiert ... Jetzt also eher Quantität statt Qualität. Auch als Sammler werde ich nicht in die Phalanx der wirklichen Giganten vorstoßen können. 800, 900 oder gar mehr als tausend Läufe, dazu wird es nicht mehr annähernd reichen. Wie denn auch für einen, der seinen ersten Marathon im Alter von 48 Jahren lief? Aber mir vielleicht im nächsten oder übernächsten Jahr die Vierhundert erkämpfen, danach eventuell die Schnapszahl 444 ins Auge fassen - das ist doch auch schon was. Genug jedenfalls, um meinem Ehrgeiz für den Rest des Läuferlebens genügend Ziele bereitzustellen ...

*) Das Zitat stammt aus einem Artikel, den die Schriftstellerin Ildikó von Kürthy verfasste. Er wurde in der Süddeutschen Zeitung vom 30. Dezember 2023, unter der Überschrift „Glück, eine Pose“, publiziert.

Presseberichte

Mister Marathon

Jobst von Palombini knackt eine beinahe unglaubliche Marke
Schaumburg-Lippische Landeszeitung am 22.12.2023 von Arne Aversa

BÜCKEBURG. Der Bückeburger Läufer Jobst von Palombini hat im November eine Rekord-Marke geknackt, die im Landkreis wohl ihresgleichen sucht. Beim Idatum-Marathon legte der Bückeburger die Strecke von 42,195 Kilometer in 4:24:48 Stunden zurück und durchbrach dabei nicht etwa mit seinem Tempo die Schallmauer, sondern mit der Anzahl seiner gelaufenen Marathons.

Seinen 900. Marathon-Lauf bestritt der Bückeburger, mittlerweile hat von Palombini aber schon nachgelegt und steht vor dem Weihnachtsfest bei 905 gelaufenen Langstrecken.

Rund 800 Höhenmeter waren auf dem anspruchsvollen Rundkurs rund um den Idatum im Schaumburger Wald zu absolvieren, dabei kommt man siebenmal am namensgebenden Turm vorbei. Gemeinsam mit Björn Bünermann lief der 54-jährige Ultra-Läufer auf Gesamtplatz zwei ins Ziel.

Im Nachgang bekam Jobst von Palombini eine Urkunde von Ingo Kloss überreicht, der wie von Palombini Mitglied im sogenannten „100 Marathon Club“ ist, überreicht. Die Urkunde ist gleichermaßen Beleg für bereits Geleistetes und Ansporn für die nächsten 100 Läufe, von denen von Palombini ja schon bereits fünf abgehakt hat. „Wenn man die 900 hat, will man auch die 1000 schaffen“, hat der Gymnasiallehrer angekündigt.

Seine Begeisterung für den Laufsport ist ungebrochen – und das seit nunmehr rund drei Jahrzehnten. 1992 habe er mit dem Laufen angefangen und festgestellt, dass ihm die Bewegung stets gutgetan habe. „Ich entdeckte schnell, dass ich ein Talent für kurze Strecken hatte“, so von Palombini, was auch die beein-

druckenden Zahlen unterhalb der Marathon-Länge beweisen. 969 Wettkämpfe hat er auf kürzeren Strecken bestritten.

„Aber die Marathon-Länge hatte schon immer etwas Mystisches an sich, hat mich einfach fasziniert“, erzählt von Palombini. In Hasede bei Hildesheim lief der damals 25-Jährige seinen ersten Marathon (3:05 Stunden) – und in den folgenden Jahren sollte eine stattliche Anzahl dazukommen. Bei mehreren Gelegenheiten durchquerte er laufend Deutschland und Frankreich.

Seine persönliche Bestzeit lief der Familienvater in Belfast mit 33 Jahren, 2:44 Stunden brauchte er da für die Strecke. „Auf die Zeit bin ich sehr stolz“, sagt von Palombini.

Dass der Sport ihn seit Jahren nicht loslässt, liege vor allem daran, dass es ihm eine Menge Spaß mache: „Das Laufen bringt viele verschiedene Menschen zusammen, die Gemeinschaft ist mir einfach wichtig. Außerdem

strengt man sich gemeinsam an“, sagt der Bückeburger.

Jobst von Palombini gilt in manchen Augen als ein Sammler, dem es vor allem auf die Anzahl der gelaufenen Marathons ankomme. „Damit kann ich aber aufräumen: Mir sind auch die Zeiten wichtig, auch wenn das nicht immer mein vorrangiges Ziel ist.“ Beim Berlin-Marathon in diesem Jahr erreichte er die geforderte Zeit für die Qualifikation zum Boston-Marathon in seiner Altersklasse.

Seit Jahren läuft Jobst von Palombini in etwa 30 Marathons pro Jahr. Behält er diese Schlagzahl bei, fällt in drei bis vier Jahren die 1000er-Marke. „Der 1000. sollte schon etwas Besonderes sein. Ich habe noch nicht entschieden, wo ich dieses Jubiläum absolvieren wer-



Jobst von Palombini visiert den 1000. Marathon an. FOTO: PR.

de. Aber bis dahin ist ja auch noch etwas Zeit“, meint von Palombini. Vielleicht passt das Jubiläum ja zeitlich mit einem der zukünftigen Berlin-Marathons zusammen, seiner persönlichen Lieblingsstrecke.

tigen Berlin-Marathons zusammen, seiner persönlichen Lieblingsstrecke.

Täglich-Läufer und Marathonsammler

Michael Weber ist Gründer und Organisator des Neckarufer-Marathons. Auch diesmal lief er selbst mit – und kann über eines nur müde lachen. Stuttgarter Zeitung am 05.03.2024 von Torsten Streib.

STUTT GART. Laufschuhe und Jogging-Utensilien – Michael Weber ist in diesem Outfit täglich anzutreffen. So auch in der vergangenen Woche. Jedoch war der 65-Jährige zudem noch schwer bepackt, schleppte auch diverse Kisten. Und das nicht ohne Grund. Der erste Sonntag im März ist mittlerweile gleichbedeutend mit dem Neckarufer-Marathon. Dieser wurde von Weber ins Leben gerufen und fand an diesem Sonntag bereits zum zehnten mal statt.

„...weil trotz großer Ankündigung nach der Leichtathletik-WM 1993 kein Marathon zustande gekommen ist.“

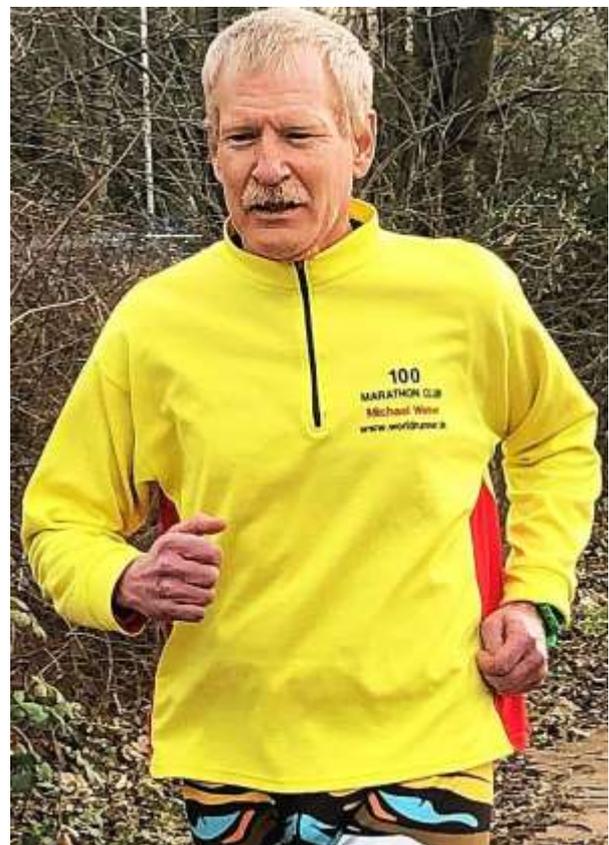
Michael Weber, Organisator des Neckarufer-Marathons.

märsche“, klärt er auf. Seinen ersten Marathon lief er 1990, seine Bestzeit steht bei 3:10:24 Stunden. „Da“, sagt Weber, „war ich noch deutlich jünger“.

Weber schlüpft aber nicht nur in die Laufschuhe, sondern ist seit längerem auch im Vorstand des 100-Marathon-Clubs tätig. Nicht ohne Folgen: 2015 wurde er zum Ehrenmitglied ernannt. Für ihn eine Auszeichnung, die verpflichtet. „Ich hatte das Gefühl, dafür etwas Besonderes machen zu müssen.“, sagt er. Lange überlegen

Einmal mehr sei der Lauf super über die Bühne gegangen, sagt Weber, den dennoch eine Sache fuchst: die Teilnehmerzahl. 250 hatten sich angemeldet, nur 222 gingen dann aber am Bootshaus des Stuttgarter Segelclubs am Max-Eyth-See an den Start. Und 211 Läuferinnen und Läufer überquerten letztlich an derselben Stelle die Ziellinie. Immerhin: die zweimal zu absolvierende 21,1-Kilometer-Strecke entlang des Neckars mit den Wendepunkten Schleusenbrücke in Aldingen und Wilhelmsbrücke in Bad Cannstatt wurde in Rekordzeit absolviert. Florian Kaltenbach (Frankfurt) benötigte 2:49:11 Stunden. Bei den Frauen siegte Sandra Burghardt (Team haugaservice-schwabenwald.de) in 2:59:32 Stunden.

Die Veranstaltung läuft offiziell – auch aus versicherungstechnischen Gründen – über den „100 Marathon Club“. Aufnahmebedingung des Vereins: mindestens 100-mal die 42,195 Kilometer absolviert zu haben. Über diese Kriterien kann der Stuttgarter Weber nur müde lachen. Seit Sonntag, er absolvierte „seinen“ Lauf in 6:13:04 Stunden, bringt er es auf 444. „Dazu gehören auch sogenannte Mega-



Ist wieder selbst mitgelaufen: der Organisator Michael Weber
Foto: Torsten Streib.

musste er nicht. Ihm schwebte in Stuttgart schon immer – auch, „weil trotz großer Ankündigung nach der Leichtathletik-WM 1993 kein Marathon zustande gekommen ist“ – ein entsprechender Lauf vor. Die dafür geeignete Strecke war und ist entlang des Neckars. Das bedeutet: keine Straßensperrungen, also keine zusätzlichen finanziellen Belastungen. Im Oktober 2015 feierte der Neckarufer-Marathon mit 28 Teilnehmern Premiere.

Auch wenn Organisator Weber das Mädchen für alles ist, wäre die Veranstaltung ohne Un-

terstützung undenkbar. Und dabei kann sich der Rentner auf sein Team verlassen. 35 Helferinnen und Helfer waren es diesmal – unter anderem an den vier Verpflegungsstationen oder im Vorfeld beim Backen von rund 50 Kuchen. Das Besondere: „Sie unterstützen mich ungefragt.“

In Laufkleidung – seit 31. Dezember 2009 joggt er täglich mindestens fünf Kilometer – räumt Weber an diesem Dienstag noch die „Überreste“ der Veranstaltung auf. Im Juni beginnen die Planungen für 2025.

Personalien

Austritte

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

Finn Danielsen aus Hong (NED)
Thomas Hotze-Müller aus Hamburg
Crispin Porstner aus Bremen
Monika Sandelmann aus Wilhelmshaven
Thorsten Themm aus Nortorf

Gabriele Fliege aus Lünen
Gerhard Kotman aus Schüttorf
Dieter Sandelmann aus Wilhelmshaven
Udo Schneider aus St. Augustin
Thomas Zwilling aus Bad Soden

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

127	Vito Piero Ancora aus San Vito di Normanni (ITA, Wiedereintritt)	645	Ulrich Schäfermeier aus Borchten
638	Giuliano Gennari aus Terni (ITA)	646	Eva-Maria Gaszek aus Senden
639	Monika Wille aus Lauenhagen	647	Donald Bierer aus Haan
640	Dirk Schreiber aus Hamburg	648	Johan Wander aus Nagele (NED)
641	Thomas Mitterer aus Hürth	649	René Slavik aus Kirchheim Teck
642	Udo Pitsch aus Wehringen	650	Gerd Runge aus Bad Bramstedt
643	Anna Maria Di Felice aus Rom (ITA)	651	Ruth Jäger aus Rodgau
644	Detlef Blässe aus Oberhausen	652	Cornelia Schmutz aus Neckargmünd
		653	Antonio Salvatore aus Campobasso (ITA)

Geburtstage

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

Christoph Randt aus Schriesheim feierte im Februar seinen **70.** Geburtstag.

Klaus Herbst aus Mainz feierte im März seinen **70.** Geburtstag.

Guiliano Gennari aus Terni (ITA) feierte im Februar seinen **75.** Geburtstag.

Ben Mol aus Almere (NED) feierte im März seinen **75.** Geburtstag.

Rainer Scherer aus Wien feierte im Dezember seinen **80.** Geburtstag.

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras (Vollmitgliedschaft)

Dieter Schaab (Augsburg) am 10.12.23 bei der Kuhsee Marathon Challenge in Augsburg.

Dirk Schreiber (Hamburg) am 30.12.23 an den Teichwiesen in Hamburg.

Eva-Maria Gaszek (Senden) am 17.02.24 beim „Evas 100. Marathon“ in Senden.

Ulrich Schäfermeier (Borchen) am 24.02.24 beim Bugasee Marathon in Senden.

200 Marathons/Ultras

Torsten Weismann (Breisach) am 07.10.23 beim Kaisermarathon in Söll (AUT).

Dirk Kahlmeyer (Wallenhorst) am 09.12.23 beim Rubbenbruchsee Marathon in Osnabrück.

Petra Berkath (Walsrode) am 22.12.23 beim Rhumedeich Marathon in Northeim.

Jakob Levi Stahlberg (Hamburg) am 31.12.23 beim Buchwedel Marathon in Horst.

Klaus Mantel (Fellbach) am 06.01.24 beim Runde um Rutesheim Marathon.

Martin Törber (Hamburg) am 04.02.24 beim Martins Marathon in Hamburg.

Peter Martin (Bad Hersfeld) am 17.02.24 beim Laufholz-Fulle-Kurpark Ultra.

Markus Szarvas (Sonsbeck) am 18.02.24 beim Süchtelner-Höhen-Prof.-Marathon.

250 Marathons/Ultras

Roland Krauss (Kammerstein) am 13.12.23 beim Hohenlohe Marathon in Crailsheim-Goldbach.

Christoph Jaekel (Hamburg) am 02.03.24 beim Segeberger See Marathon.

Jürgen Klopfer (Stuttgart) am 03.03.24 beim Neckarufer Marathon in Stuttgart.

300 Marathons/Ultras

Davor Bendin (Kiel) am 16.12.23 beim Kiel Holtenau Marathon.

300 Marathons/Ultras

Detlef Klatt (Leverkusen) am 23.12.23 beim Schöllerhof Marathon in Odenthal.

400 Marathons/Ultras

Wojciech Piotr Mehl (Stockelsdorf) am 16.12.23 beim Kiel Holtenau Marathon.

Jens Hunhold (Rathenow) am 16.12.23 beim Storkower Wandermarathon.

500 Marathons/Ultras

Andreas Bremer (Witten) am 23.12.23 beim Schöllerhof Marathon in Odenthal.

Ralf Dembeck (Geestland) am 07.01.24 beim Lintiger Doppeldecker Marathon.

Werner Britz (Aurich) am 10.03.24 beim Essener Rhein-Herne-Kanal Marathon.

700 Marathons/Ultras

Benni de Vries (Stadskanaal (NED)) am 31.12.23 beim Sylvester Marathon in Bremen.

750 Marathons/Ultras

Ulrich Tomaszewski (Crailsheim) am 06.01.24 beim Runde um Rutesheim Marathon.

Sylke Kuhn (Vellmar) am 16.02.24 beim Salzgittersee Marathon.

900 Marathons/Ultras

Ingo Kloss (Bremen) am 01.02.24 beim Bremer Werdersee Marathon.

1.200 Marathons/Ultras

Klaus-Peter Ulmschneider (Ostfildern) am 28.01.24 beim Wildschwein Marathon in Köln.

3.250 Marathons/Ultras

Christian Hottas (Hamburg) am 01.01.24 beim Kaltehofe Marathon in Hamburg.

Gerd Papcke

20.01.1933 † 30.10.2023

Bereits am 30.10.2023 ist unser langjähriges Clubmitglied Gerd Papcke im Alter von 90 Jahren verstorben.



Ein Nachruf von Michael Weber:

Unser ältestes Clubmitglied lebt nicht mehr

Auf meiner Trainingsstrecke, die auch durch ein Wohngebiet am Stuttgarter Killesberg verläuft, fiel mir eines Tages ein Briefträger auf, den ich bei Marathonveranstaltungen schon gesehen hatte. Erst später, Anfang April 1995 wollte es der Zufall, dass wir beide im selben Zug in Richtung Hanau-Rodenbach unterwegs waren und bei einem Umstieg die Pause für eine kleine Stärkung nutzten. Wir kamen ins Gespräch und setzten uns an einen Tisch.

So lernten wir uns kennen und fortan fuhren wir oft gemeinsam zu den Marathons. Ich war der Chauffeur, wenn es mit dem Auto ging, Gerd wohnte ja nur 5 Minuten Fußweg von mir entfernt. Aber wir unternahmen auch größere Reisen, wie 1996 zum 100. Boston Marathon oder 1999 nach Chicago und nach Mallorca.

Obwohl Gerd eine Generation älter ist als ich, war er in der Regel vor mir im Ziel. Meist wurde er in der zweiten Rennhälfte schneller, weshalb Gerd auch „van Hinten“ genannt wurde.

Jenseits des hohen Alters von 80 Jahren zwang ihn das Herz, den Laufsport aufzugeben. Lange hatte Gerd daran zu knabbern. Trotzdem wollte Gerd alt werden. Der Tod seiner geliebten Ehefrau Helene im Sommer 2018 war ein weiterer harter Einschnitt. Dennoch lebte er weiter in seiner Wohnung in der Stuttgarter Sarweystraße. Regelmäßig trafen wir uns und tauschten Zeitschriften aus. Dann wollten die Beine nicht mehr so richtig. Aber 90 Jahre alt zu werden, dieses Ziel wollte Gerd unbedingt erreichen und das hat er auch geschafft. Er wirkte richtig fit und gut gelaunt als ich ihn im Januar 2023 an seinem Geburtstag besuchte.

Im Sommer ging es dann nicht mehr allein zu Hause und Gerd fand eine neue Heimat in einer Wohngemeinschaft im Pflegeheim Esslingen Hohenkreuz.

Wie ich erst Anfang 2024 erfahren habe, ist Gerd bereits am 30. Oktober verstorben.

Wir haben einen leidenschaftlichen Marathonläufer verloren.

Michael Weber

Peter Burns

21.11.1947 † 01.05.2023

Bereits am 01.05.2023 ist unser langjähriges Clubmitglied Peter Burns verstorben.

Wir haben von Peters Tod erst durch eine Karte seiner Frau Mary Kenntnis bekommen, nachdem die drei Clubhefte 2023 in ihrer Post waren.

Mary schreibt, Peter habe es genossen, seine Marathons zu laufen und Mitglied unseres deutschen 100 Marathon Clubs zu sein.



Bedeutendes aus 25 Jahren 100MC – Mitmach-Aktion

25 Jahre 100MC in Bildern

Liebe 100MC-Mitglieder,

anlässlich des 25-jährigen Bestehens unseres Vereins wollen wir die Gelegenheit nutzen und ein wenig in Erinnerungen schwelgen. Denn in 25 Jahren sind wir viel gelaufen. Wir haben vieles erlebt und vieles gefeiert. Daher rufen wir hiermit zu einer Mitmach-Aktion auf.

Zum Jahrestag im April 2024 wollen wir eine Bildergalerie auf der 100MC Webseite veröffentlichen und diese auch bei der Jubiläumsfeier in Hamburg am 27.04.2024 zeigen.

Das heißt, jeder von euch darf ein Foto beisteuern. Das kann eine feierliche Urkundenübergabe sein, die vielleicht noch gar nicht so lange her ist. Das kann ein Selfie mit einem Vereinskameraden sein, den ihr als besten Freund betrachtet. Das kann das Startfoto eures 100MC-Lieblingsmarathons sein oder das Gruppenfoto einer gemeinsamen Auslandsreise, wie sie im 100MC mehrfach durchgeführt wurde.

Seid kreativ! Alles ist erlaubt. Einzige Bedingung: Schreibt einen erläuternden Satz zu eurem Lieblingsbild, damit verständlich wird, warum ihr euch gerade für dieses Bild entschieden habt.

Die Bilder werden durch unsere Pressewartin Jana Bieler gesammelt. Bitte per E-Mail schicken an: 100mc.presse@gmail.com

Einsendeschluss ist der 21.04.2024

Wir freuen uns auf eine rege Beteiligung unserer etwa 450 Mitglieder.

Mit sportlichen Grüßen

Mario Sagasser (1. Vorsitzender) und Jana Bieler (Pressewartin)

Jahresstatistik per 31.12.2023 (erstellt von Christoph Wenzel)

Pl.	mw	Name	Vorname	Ort	Jg.	Nat	Mnr	Mar.	Ultra	Su.	km	S	Stand
1	1	Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513	188	54	242	10633		31.12.23
2	2	Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10	140	10	150	6429		31.12.23
3	3	Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409	97	23	120	5113		31.12.23
4	4	Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358	91	23	114	5149		31.12.23
5	5	Dembeck	Ralf	Geestland	1970	GER	518	82	23	105	4770		31.12.23
6	6	Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	89	15	104	4649		31.12.23
7	7	Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457	87	11	98	4206		31.12.23
8	1	Kuhn	Sylke	Vellmar	1971	GER	422	79	11	90	3899		31.12.23
9	8	Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323	63	26	89	4110		31.12.23
10	9	Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	85	2	87	3683		31.12.23
10	9	Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1	78	9	87	3849		31.12.23
12	2	Reinhold	Rabea	Nordstrand	1991	GER	626	75	9	84	3645		31.12.23
13	11	Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398	63	19	82	3607		31.12.23
13	11	Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385	71	11	82	3501		31.12.23
15	13	Gluhic	Mukir	Hamburg	1965	BIH	560	56	25	81	4122		31.12.23
16	14	Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	40	37	77	3786		31.12.23
16	14	Loeber	Ralf	Bornheim	1977	GER	414	73	4	77	3292		31.12.23
18	16	Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467	72	1	73	3131		31.12.23
19	17	Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137	50	21	71	3108		31.12.23
20	18	Klopfer	Jürgen	Stuttgart	1978	GER	578	36	34	70	3714		31.12.23
20	3	Ostapenko	Tanya	Landolfshausen	1984	USA	491	14	56	70	4178		31.12.23
22	19	Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	69	0	69	2920		31.12.23
23	20	Abenhardt	Bodo	Erfstadt	1968	GER	563	61	6	67	2834		31.12.23
24	4	Agabiti	Carolina	Montecastrilli	1963	ITA	637	37	28	65	2797		31.12.23
24	4	Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501	41	24	65	3173		31.12.23
26	6	Karklis	Ute	Steinhagen	1969	GER	567	39	25	64	3023		31.12.23
27	7	Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458	50	11	61	2744		31.12.23
27	21	Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	40	21	61	2720		31.12.23
27	21	Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	38	23	61	2752		31.12.23
30	23	Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151	32	28	60	3432		31.12.23
30	8	Neugebauer	Katrin	Stadthagen	1986	GER	531	41	19	60	1451		31.12.23
32	24	Habedank	Thorsten	Warburg	1973	GER	569	44	15	59	2647		31.12.23
32	24	Lachmann	Burkhard	Wehretal	1962	GER	604	33	26	59	3209		31.12.23
32	24	Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	32	27	59	2916		31.12.23
35	27	Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	36	22	58	2495		31.12.23
35	27	Gennari	Giuliano	Terni	1949	ITA	638	34	24	58	2455		31.12.23
37	29	Hadeler	Bernd	Bremervörde	1967	GER	619	45	12	57	2515		31.12.23
37	29	Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	27	30	57	3724		31.12.23
39	31	Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	51	5	56	2437		31.12.23
39	9	Reddert	Anja	Bergisch Gladbach	1975	GER	542	37	19	56	2447		31.12.23
41	32	De Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	47	7	54	2322		31.12.23
41	10	von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118	44	10	54	2517		31.12.23
43	11	Bruns	Annette	Bad Dürkheim	1967	GER	565	34	18	52	2201		31.12.23
43	33	Kahlmeyer	Dirk	Wallenhorst	1966	GER	577	45	7	52	2309		31.12.23
43	33	Kühne	Martin	Cuxhaven	1968	GER	572	42	10	52	2290		31.12.23
46	35	Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237	46	4	50	2226		31.12.23
46	35	Mol	Ben	Almere	1949	NED	37	50	0	50	2110		31.12.23
46	35	Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202	34	16	50	2149		31.12.23
49	12	Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	22	25	47	2967		31.12.23
50	13	Barz	Inka	Neu Wulmstorf	1971	GER	532	28	17	45	2026		31.12.23
50	38	Korioth	Detlef	Bad Salzuflen	1948	GER	546	23	22	45	2187		31.12.23
50	38	Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378	40	5	45	1916		31.12.23
53	40	Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	32	12	44	2071		31.12.23
53	40	Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	38	6	44	1898		31.12.23
55	42	Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	34	9	43	1863		31.12.23
55	42	Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511	28	15	43	2221		31.12.23
57	44	Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468	39	3	42	1824		31.12.23
58	45	Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270	35	6	41	1815		31.12.23
58	45	Holzappel	Christoph	Stuttgart	1963	GER	612	28	13	41	1883		31.12.23
58	45	Lüdtke	Jörg	Hamburg	1965	GER	559	30	11	41	1857		31.12.23
61	48	Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	1965	GER	571	32	8	40	1816		31.12.23
61	48	von der Ahe	Heiko	Langenhagen	1972	GER	583	16	24	40	2219		31.12.23
63	14	Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115	28	11	39	1597		31.12.23
63	50	Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512	36	3	39	1729		31.12.23
63	50	Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	31	8	39	1907		31.12.23
66	52	Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192	36	2	38	1614		31.12.23
66	15	Hamburger	Madeleine	Rostock	1963	GER	538	8	30	38	1816		31.12.23
66	52	Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	29	9	38	1776		31.12.23
66	52	Krause	Reinhold	Stuttgart	1957	GER	605	30	8	38	1685		31.12.23
66	15	Meyer	Irina	Osnabrück	1970	GER	585	30	8	38	1769		31.12.23

Pl.	mw	Name	Vorname	Ort	Jg.	Nat	Mnr	Mar.	Ultra	Su.	km	S	Stand
66	52	Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	38	0	38	1604		31.12.23
66	52	Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	31	7	38	1629		31.12.23
73	17	Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	20	17	37	1927	E	31.12.23
73	57	Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	29	8	37	1283		31.12.23
75	18	Büsing	Ilka	Bremen	1970	GER	625	4	32	36	2562		31.12.23
75	58	Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	34	2	36	1526		31.12.23
77	59	Schulte	Thorsten	Quickborn	1982	GER	431	17	18	35	2006		31.12.23
77	59	Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	34	1	35	1520		31.12.23
79	19	Berkath	Petra	Walsrode	1972	GER	561	22	12	34	1577		31.12.23
79	61	von Palombini	Jobst	Bückeberg	1969	GER	29	25	9	34	1456		31.12.23
81	62	Braemer	Lars	Walsrode	1972	GER	562	22	11	33	1516		31.12.23
81	20	Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354	19	14	33	1538		31.12.23
81	20	Frühauf	Sylvia	Bramsche	1964	GER	328	32	1	33	1404		31.12.23
81	20	Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486	26	7	33	1532		31.12.23
81	62	Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	17	16	33	1681		31.12.23
81	62	Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319	25	8	33	1609		31.12.23
87	65	Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116	25	7	32	1378		31.12.23
91	69	Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	26	5	31	1456		31.12.23
91	69	Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119	27	4	31	1283		31.12.23
91	69	Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514	22	9	31	1939		31.12.23
91	23	Pahmeyer	Martina	Bünde	1967	GER	587	19	12	31	1609		31.12.23
91	69	Schreiber	Dirk	Hamburg	1970	GER	640	26	5	31	1336		31.12.23
91	23	Tüg-Hilbert	Katrin	Kasseedorf	1970	GER	564	29	2	31	1300		31.12.23
91	69	Wingering	Uwe	Salzgitter	1963	GER	622	18	13	31	1553		31.12.23
98	74	Boyde-Wolke	Robert	Zeuthen	1974	GER	545	21	9	30	1440		31.12.23
98	74	Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	20	10	30	1486		31.12.23
98	74	Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355	18	12	30	1752		31.12.23
98	74	Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	29	1	30	1274		31.12.23
98	25	Ulrich	Claudia	Ditzingen	1969	GER	537	21	9	30	1403		31.12.23
103	78	Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17	21	8	29	1230		31.12.23
103	78	Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	12	17	29	1610		31.12.23
103	78	Rensmann	Bernhard	Bawinkel	1964	GER	594	29	0	29	1240		31.12.23
103	78	Stahlberg	Jakob Levi	Hamburg	1971	GER	416	27	2	29	1232		31.12.23
103	78	Treiber	Andreas	Heidelberg	1960	GER	530	12	17	29	1371		31.12.23
109	84	Chittka Dr.	Jörg	Wietze	1964	GER	451	28	0	28	1182		31.12.23
109	84	Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470	4	24	28	1407		31.12.23
109	84	Siems	Rafael	Heiligenhafen	1983	GER	625	22	6	28	1572		31.12.23
112	87	Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	26	1	27	1141		31.12.23
112	87	Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	23	4	27	1152		31.12.23
112	87	Kuhlmann Dr.	Jan	Geestland	1969	GER	582	25	2	27	1155		31.12.23
112	87	Luther	Heiko	Neunkirchen a Br	1966	GER	527	24	3	27	1231		31.12.23
112	26	Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294	19	8	27	1288		31.12.23
117	91	Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	25	1	26	1106		31.12.23
117	91	Bieler	Michael	Berlin	1978	GER	502	14	12	26	1254		30.06.23
117	91	Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524	12	14	26	1172		31.12.23
117	27	Hassel	Eva	Kirchberg a.d. Jagst	1960	GER	624	18	8	26	1120		30.06.23
117	91	Petri	Günter	Berlin	1957	GER	597	20	6	26	1287		31.12.23
117	27	Strack	Judith	München	1959	GER	548	25	1	26	1021		31.12.23
117	91	Swart	Nico	Groningen	1977	NED	632	13	13	26	1540		31.12.23
124	96	Bettingen	Andreas	München	1965	GER	549	24	1	25	1063		31.12.23
124	96	Pluta	Andreas	Lotte	1981	GER	599	15	10	25	1265		31.12.23
124	96	Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307	19	6	25	1123		30.06.23
128	100	Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403	15	9	24	1110		31.12.23
128	100	Gleichmann	Ronny	Erfurt	1972	GER	576	0	24	24	1858		31.12.23
128	100	Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523	14	10	24	1240		31.12.23
128	100	Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	19	5	24	1115	E	31.12.23
128	100	Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	20	4	24	987		31.12.23
133	29	Brämer	Rita	Itzehoe	1963	GER	310	14	9	23	1049		31.12.23
133	105	Koppmann	Lars	Leopoldshöhe	1969	GER	629	9	14	23	1166		30.07.23
133	105	Merker	Dieter	Hamburg	1966	GER	60	16	7	23	1066		31.12.23
133	105	Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	20	3	23	1001		31.12.23
133	105	Theisges	Dirk	Hemer	1965	GER	636	16	7	23	1153		31.12.23
139	110	Danger	Frank	Hamburg	1964	GER	521	22	0	22	934		31.12.23
139	110	Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487	11	11	22	1101		31.12.23
139	110	Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	19	3	22	957		31.12.23
143	113	Dörr	Volker	Harthausen	1957	GER	574	4	17	21	1093		31.12.23
143	113	Funke	Arne Andre	Berlin	1989	GER	610	8	13	21	1086		31.12.23
143	31	Isman	Dehen	Köln	1967	AUT	469	21	0	21	889		31.12.23
143	113	Krause	Karsten	Düsseldorf	1972	GER	547	8	13	21	886		31.12.23
143	113	Sasse	Nicole	Bad Münder	1975	GER	631	18	3	21	906		31.12.23
148	117	Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359	12	8	20	982		31.12.23
148	117	Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488	10	10	20	957		31.12.23
148	32	Niemeyer	Petra	Frankfurt/Main	1970	GER	635	16	4	20	866		31.12.23
148	117	Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	11	9	20	1027		31.12.23

Pl.	mw	Name	Vorname	Ort	Jg.	Nat	Mnr	Mar.	Ultra	Su.	km	S	Stand
152	120	Dehling	Sascha	Berlin	1977	GER	526	9	10	19	1195		30.06.23
152	120	Menzhausen	Michael	Bielefeld	1956	GER	614	13	6	19	918		31.12.23
152	120	Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505	12	7	19	841		31.12.23
155	120	Grosser	Alexander	Bassum	1977	GER	601	16	2	18	780		31.12.23
155	120	Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186	10	8	18	1008		31.12.23
155	120	Nuhn	Carsten	Bremen	1968	GER	623	8	10	18	978		31.12.23
155	120	Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	17	1	18	766		31.12.23
155	120	Scheele	Michael	Essen	1976	GER	602	10	8	18	917		31.12.23
161	128	Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	8	9	17	837		31.12.23
161	128	Marti	Christian	Zürich	1952	SUI	621	13	4	17	924		31.12.23
161	128	Opl	Manfred	Kassel	1957	GER	556	14	3	17	730		31.12.23
161	128	Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363	11	6	17	866		31.12.23
161	34	Stelling	Nicola	Aurich	1967	GER	592	12	5	17	803		31.12.23
166	132	Breer	Pater Tobias	Duisburg	1963	GER	534	15	1	16	678		30.06.23
166	132	Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	1962	GER	537	15	1	16	707		31.12.23
166	132	Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	15	1	16	679		31.12.23
166	35	Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257	13	3	16	689		31.12.23
166	132	Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437	13	3	16	697		31.12.23
166	132	Zach	Jürgen	Waiblingen	1968	GER	584	3	13	16	968		31.12.23
172	36	Felser Dr.	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441	15	0	15	634		31.12.23
172	137	Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375	11	4	15	682		31.12.23
172	137	Heidemann	Udo	Bielefeld	1970	GER	540	6	9	15	764		31.12.23
172	137	Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496	8	7	15	763		31.12.23
172	137	Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472	12	3	15	682		30.06.23
172	36	Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	14	1	15	640	E	31.12.23
172	137	Schläger	Lars	Bünde	1984	GER	388	9	6	15	688		31.12.23
180	38	Baumann	Judith	Jockgrim	1972	GER	536	10	4	14	639		31.12.23
180	143	Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196	13	1	14	595		31.12.23
180	143	Berkmann	Thomas	Hannover	1968	GER	478	3	11	14	820		30.06.23
180	39	Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471	14	0	14	591		31.12.23
180	143	Molitor	Roland	Osnabrück	1968	GER	615	13	1	14	607		31.12.23
180	143	Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	9	5	14	648		31.12.23
180	143	Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425	12	2	14	595		31.12.23
188	149	Komar	Ewald	Weinheim	1950	GER	493	5	8	13	738		31.12.23
188	149	Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	1962	GER	575	12	1	13	601		31.12.23
188	149	Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406	12	1	13	553		31.12.23
188	149	Rehers Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285	8	5	13	664		31.12.23
192	153	Decius Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357	11	1	12	517		31.12.23
192	153	Dieter	Frank	Bad Soden Salmü.	1964	GER	579	12	0	12	507		31.12.23
192	153	Henschel	Alexander	Lindewerra	1990	GER	550	6	6	12	588		31.12.23
192	153	Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517	5	7	12	556		31.12.23
192	153	Koenig	Jörg	Emmerthal	1949	GER	222	0	12	12	1024		31.12.23
192	153	Nolte	Dirk	Hannover	1982	GER	449	9	3	12	520		31.12.23
192	153	Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124	12	0	12	506		30.06.23
192	153	Seebode	Jan	Lindhorst	1972	GER	589	11	1	12	432		31.12.23
192	40	Wiemers	Michaela	Hövelhof	1979	GER	633	9	3	12	564		31.08.23
201	161	Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435	10	1	11	495		31.12.23
201	161	Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74	11	0	11	464		31.12.23
201	161	Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424	9	2	11	471		31.12.23
201	161	Westermann	Manfred	Hannover	1949	GER	616	11	0	11	464		31.12.23
205	165	Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374	6	4	10	584		31.12.23
205	165	Hetzl	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332	5	5	10	516		31.12.23
205	165	Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253	7	3	10	401		31.12.23
205	165	Schaab	Dieter	Augsburg	1973	GER	628	9	1	10	454	A	30.06.23
205	165	Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393	8	2	10	458		31.12.23
211	170	August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520	6	3	9	467		31.12.23
211	170	Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	9	0	9	381		31.12.23
211	170	Elster	Dieter Max	Bochum	1956	GER	476	9	0	9	380		31.12.23
211	170	Geier	Jürgen	Plochingen	1963	GER	600	4	5	9	441		31.12.23
211	170	Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318	0	9	9	589		30.06.23
211	170	Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125	0	9	9	475		31.12.23
211	170	Meyer	Torsten	Osnabrück	1964	GER	617	8	1	9	407		30.06.23
218	177	Feldmann	Hartmut	Uetze	1965	GER	544	8	0	8	343		31.12.23
218	177	Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	7	1	8	352		31.12.23
218	42	Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	7	1	8	352		31.12.23
218	177	Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	8	0	8	338		31.12.23
218	177	Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	8	0	8	338		31.12.23
218	177	Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387	4	4	8	587		31.12.23
218	177	Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	7	1	8	386		31.12.23
218	43	Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272	8	0	8	338		31.12.23
226	183	Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	5	2	7	372		31.12.23
226	183	Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276	4	3	7	346		31.12.23
226	183	Brendemühl	Dieter	Lontzen	1939	BEL	580	0	7	7	507		31.12.23
226	183	Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490	5	2	7	309		31.12.23

Pl.	mw	Name	Vorname	Ort	Jg.	Nat	Mnr	Mar.	Ultra	Su.	km	S	Stand
226	183	Greenaway	Christopher	Stuttgart	1974	GER	588	6	1	7	310		31.12.23
226	183	Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	1970	GER	492	2	5	7	418		30.06.23
226	183	Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	7	0	7	296		31.12.23
226	183	Lorenzen	Frank	Flensburg	1973	GER	608	5	2	7	331		31.12.23
226	44	Niedeck	Tanja	Neuenkirchen	1975	GER	495	3	4	7	327		31.12.23
226	183	Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	7	0	7	296		31.12.23
226	183	Schmitz	Volker	Elmshorn	1972	GER	620	6	1	7	299		31.12.23
237	193	Baade	Mike	Wunstorf	1973	GER	552	6	0	6	253		31.12.23
237	193	Beck	Jürgen	Gelsenkirchen	1953	GER	634	1	5	6	417		31.12.23
237	193	Deifuß Dr.	Holger	Ascheberg	1968	GER	541	6	0	6	254		31.12.23
237	45	Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399	6	0	6	253		31.12.23
237	45	Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	6	0	6	256		31.12.23
237	193	Javed	Roman	Rietberg	1985	GER	533	5	1	6	263		31.12.23
237	193	Klinger	Uwe	Sindelfingen	1969	GER	508	6	0	6	253		31.12.23
237	193	Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	5	1	6	338		31.12.23
237	193	Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157	2	4	6	390		31.12.23
246	200	Bartz	Jörg	Kremmen	1963	GER	566	4	1	5	243		31.12.23
246	200	Clever Dr.	Ulrich Martin	Leipzig	1953	GER	581	5	0	5	211		31.12.23
246	200	Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	5	0	5	210		31.12.23
246	47	Hajek	Verena	Köln	1952	GER	503	5	0	5	211		31.12.23
246	200	Knaack	Tobias	Hamburg	1975	GER	590	5	0	5	212		30.06.23
246	200	Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207	5	0	5	211		31.12.23
246	47	Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282	4	1	5	215		31.12.23
246	200	Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	1959	GER	525	3	2	5	249		31.12.23
246	200	Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95	2	3	5	324		30.06.23
246	200	Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309	4	1	5	330		31.12.23
256	208	Drechsel Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411	4	0	4	169		31.12.23
256	208	Köhler	Tom	Steinfurt	1970	GER	507	3	1	4	184		30.06.23
256	208	Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	3	1	4	169	E	31.12.23
256	208	Naik	Tukaram	Wanawadi Pune	1965	IND	613	3	1	4	214		30.06.23
256	208	Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341	4	0	4	169		30.06.23
256	208	Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57	3	1	4	176		31.12.23
256	208	Spiekermann	Peter	Ahnatal	1954	GER	462	4	0	4	169		31.12.23
256	49	Wille	Monika	Lauenhagen	1952	GER	639	3	1	4	187		31.12.23
264	50	Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453	2	1	3	159		31.12.23
264	215	Ostertag	Eberhard	Stuttgart	1946	GER	586	2	1	3	131		31.12.23
264	215	Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383	3	0	3	84		30.06.23
264	51	Stepponat	Birgit	Bad Homburg	1965	GER	570	3	0	3	127		31.12.23
264	215	Stepponat	Jörg	Bad Homburg	1958	GER	509	3	0	3	127		31.12.23
274	223	Hussel	Patrick	Springe	1980	GER	516	1	1	2	92		31.12.23
274	223	Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366	2	0	2	84		31.12.23
274	223	Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361	2	0	2	84		31.12.23
274	223	Randt	Christoph	Schriesh	1954	GER	139	2	0	2	84		31.12.23
274	52	Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274	1	1	2	88		31.12.23
274	223	Schulze	Klaus-Dieter	Kropp	1952	GER	551	2	0	2	84		31.12.23
274	223	Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484	2	0	2	84		31.12.23
281	229	Delbanco Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314	1	0	1	42		31.12.23
281	229	Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373	1	0	1	42		30.06.23
281	229	Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337	0	1	1	100		31.12.23
281	229	Markwart	Rico	Teltow	1987	GER	427	1	0	1	42		31.12.23
281	229	Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254	1	0	1	42		31.12.23
281	229	Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430	1	0	1	42		31.12.23
281	229	Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232	0	1	1	77		31.12.23
281	229	Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421	1	0	1	42		31.12.23
								5.732	2.036	7.768			

Bitte beachtet die neue Kontaktadresse auf Seite 2 für Eure Halbjahresmeldung 2024

Gesamtstatistik per 31.12.2023 (erstellt von Christoph Wenzel)

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Mara- thon	Ultra	Summe	St	Stand
1	1	Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1	2747	502	3.249		31.12.23
2	1	Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	1469	875	2.344	E	31.12.23
3	2	Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254	768	1052	1.820		31.12.23
4	3	Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	1192	431	1.623	E	31.12.23
5	4	Wallesch	Rene	Geesthacht	1972	GER	12	1157	319	1.476		31.12.22

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
6	5	Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	1137	335	1.472		31.12.23
7	6	Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42	1156	155	1.311	I	31.12.21
8	7	Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	659	622	1.281		31.12.23
9	2	von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118	1049	223	1.272		31.12.23
10	8	Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202	811	387	1.198		31.12.23
11	9	Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	728	397	1.125		31.12.23
12	3	Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257	901	207	1.108		31.12.23
13	10	Mol	Ben	Almere	1949	NED	37	893	211	1.104		31.12.23
14	4	Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115	763	330	1.093		31.12.23
15	11	Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116	782	302	1.084		31.12.23
16	12	Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323	864	196	1.060		31.12.23
17	5	Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458	773	265	1.038		31.12.23
18	13	Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137	676	324	1.000		31.12.23
19	14	Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	882	100	982		31.12.23
20	15	Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10	777	184	961		31.12.23
21	16	Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237	590	364	954		31.12.23
22	17	von Palombini	Jobst	Bückeberg	1969	GER	29	679	227	906		31.12.23
23	18	Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513	623	261	884		31.12.23
24	19	Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409	665	168	833		31.12.23
25	20	Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385	608	209	817		31.12.23
26	21	Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124	687	122	809		30.06.23
27	22	Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148	300	482	782	I	31.12.21
28	6	Frühauf	Sylvia	Bramsche	1964	GER	328	575	186	761		31.12.23
28	23	Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457	694	67	761		31.12.23
30	24	Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	468	280	748		31.12.23
31	25	Koenig	Jörg	Emmerthal	1949	GER	222	288	457	745		31.12.23
32	7	Kuhn	Sylke	Vellmar	1971	GER	422	643	97	740		31.12.23
33	26	Buis	Hans	Midwoud	1951	NED	554	642	95	737	I	31.12.22
34	27	Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398	534	199	733		31.12.23
35	28	Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	609	117	726		31.12.23
36	29	Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	588	137	725		31.12.23
37	30	Komar	Ewald	Weinheim	1950	GER	493	250	468	718		31.12.23
38	31	Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	399	312	711		31.12.23
39	32	Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	456	250	706		31.12.23
40	33	De Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	593	107	700		31.12.23
41	34	Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358	478	212	690		31.12.23
42	35	Cavaleiro	Peer	Viersen	1981	GER	292	450	235	685		31.12.20
43	36	Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	340	318	658		31.12.23
44	37	Loeber	Ralf	Bornheim	1977	GER	414	628	27	655		31.12.23
45	38	Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	535	111	646		31.12.23
46	39	Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17	589	53	642		31.12.23
47	40	Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	449	177	626		31.12.23
48	41	Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192	573	32	605		31.12.23
49	8	Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	1970	GER	248	419	145	564		31.12.20
50	42	Marti	Christian	Zürich	1952	SUI	621	223	333	556		31.12.23
51	9	Sagasser	Droris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	522	32	554	E	31.12.23
52	10	Agabiti	Carolina	Montecastrilli	1963	ITA	637	466	87	553		31.12.23
53	43	Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95	267	285	552		30.06.23
54	44	Weitkämper	Wolfgang	Edewecht	1960	GER	211	474	77	551	I	31.12.22
55	45	Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	364	185	549	P	31.12.99
56	46	Gennari	Giuliano	Terni	1949	ITA	638	465	78	543		31.12.23
57	47	Merker	Dieter	Hamburg	1966	GER	60	416	123	539		31.12.23
58	48	Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196	459	67	526		31.12.23
59	49	Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186	285	239	524		31.12.23
60	50	Rösner	Karl-Ernst	Haan	1938	GER	8	356	154	510	P	30.06.19
61	51	Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468	490	12	502		31.12.23
62	52	Dembeck	Ralf	Geestland	1970	GER	518	348	149	497		31.12.23
63	53	Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	443	49	492		31.12.23
64	54	Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	435	55	490		31.12.23
65	55	Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152	396	90	486		31.12.22
66	56	Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355	388	91	479		31.12.23
67	11	Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294	386	89	475		31.12.23
68	12	Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	242	232	474		31.12.23
69	57	Gino	Paolo Francesco	Novara	1961	ITA	380	422	48	470		31.12.20
70	58	Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	330	138	468		31.12.23
71	59	Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119	375	92	467		31.12.23
72	13	Brämer	Rita	Itzehoe	1963	GER	310	346	115	461		31.12.23
73	60	Frank	Rolf	Hohenaspe	1937	GER	6	354	105	459		30.06.23
74	61	Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	398	56	454		31.12.23
74	61	Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57	352	102	454		31.12.23
76	63	Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139	392	57	449		31.12.23
77	64	Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208	313	128	441		31.12.22
78	65	Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	373	67	440	E	31.12.23

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
79	66	Rehers Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285	328	111	439		31.12.23
80	67	Petersen	Harald	Kiel	1943	GER	106	361	77	438	I	31.12.18
81	68	Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	297	139	436		31.12.23
82	69	Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269	381	52	433		31.12.22
83	14	Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	384	41	425		31.12.23
84	15	Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356	152	268	420		31.12.22
85	16	Bruns	Annette	Bad Dürkheim	1967	GER	565	274	145	419		31.12.23
86	70	Barthelmann	Joachim	Koblenz	1949	GER	191	233	184	417	I	31.12.19
87	71	Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212	368	48	416	I	31.12.22
87	71	Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100	383	33	416	I	31.12.16
89	73	Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319	255	160	415		31.12.23
90	74	Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	395	12	407		31.12.23
91	75	Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	395	7	402		31.12.23
92	76	Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	323	78	401		31.12.23
93	77	Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307	304	86	390		30.06.23
94	78	Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217	253	130	383		31.12.21
95	79	Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	335	43	378		31.12.23
96	80	Lachmann	Burkhard	Wehretal	1962	GER	604	190	187	377		31.12.23
97	81	Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	254	120	374		31.12.23
98	82	Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375	286	84	370		31.12.23
99	17	Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501	301	66	367		31.12.23
100	18	Reddert	Anja	Bergisch Gladbach	1975	GER	542	302	61	363		31.12.23
101	83	Schulte	Thorsten	Quickborn	1982	GER	431	196	164	360		31.12.23
102	19	Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369	233	126	359		30.06.22
103	84	Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255	269	87	356	I	30.06.21
104	85	Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	320	35	355		31.12.23
105	86	Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	309	43	352		31.12.23
106	87	Fehling	Christian	Marschacht	1971	GER	340	278	72	350		30.06.22
106	87	Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	350	0	350		31.12.23
108	20	Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354	235	112	347		31.12.23
108	89	Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	195	152	347		31.12.23
110	90	Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232	150	196	346		31.12.23
111	91	Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74	342	0	342		31.12.23
112	92	Abenhardt	Bodo	Erfstadt	1968	GER	563	326	12	338		31.12.23
113	93	Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	251	77	328		31.12.23
114	94	Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403	240	86	326		31.12.23
115	95	Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223	314	11	325	I	31.12.17
116	21	Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179	251	73	324	I	31.12.23
116	96	Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301	304	20	324	P	30.06.22
118	22	Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272	294	28	322		31.12.23
119	97	Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9	277	41	318	I	05.09.20
120	98	Gluhic	Mukir	Hamburg	1965	BIH	560	233	84	317		31.12.23
120	98	Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32	215	102	317	I	31.12.17
120	23	Neugebauer	Katrin	Stadthagen	1986	GER	531	227	90	317		31.12.23
123	100	Bieler	Michael	Berlin	1978	GER	502	256	59	315		30.06.23
123	100	Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270	230	85	315		31.12.23
123	100	Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	145	170	315		31.12.23
126	103	Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253	201	110	311		31.12.23
126	103	Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273	270	41	311	I	31.12.22
128	105	Decius Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357	207	100	307		31.12.23
129	106	Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114	287	19	306	I	31.12.15
129	106	Weidemann	Friedhelm	Sassenburg-Stüde	1959	GER	16	269	37	306		30.06.22
131	108	Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276	148	157	305		31.12.23
132	109	Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514	192	112	304		31.12.23
133	110	Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151	171	131	302		31.12.23
134	24	Isman	Dehen	Köln	1967	AUT	469	270	31	301		31.12.23
135	111	Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	271	29	300		31.12.23
136	25	Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282	224	72	296		31.12.23
137	112	Dehling	Sascha	Berlin	1977	GER	526	174	121	295		31.12.23
138	26	Tegge-Walderstein	Monika	Norderstedt	1968	GER	477	222	72	294		31.12.22
139	113	Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	152	140	292		31.12.23
140	27	Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274	168	122	290		31.12.23
141	114	Markwart	Rico	Teltow	1987	GER	427	199	89	288		31.12.23
142	115	Schläger	Lars	Bünde	1984	GER	388	150	137	287		31.12.23
143	116	Chittka Dr.	Jörg	Wietze	1964	GER	451	283	3	286		31.12.23
144	28	Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	152	132	284		31.12.23
145	117	Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453	155	120	275		31.12.23
146	118	Bettingen	Andreas	München	1965	GER	549	251	22	273		31.12.23
146	29	Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264	129	144	273		31.12.19
146	118	Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	219	54	273		31.12.23
146	29	Ostapenko	Tanya	Landolfshausen	1984	USA	491	120	153	273		31.12.23
150	120	Ostertag	Eberhard	Stuttgart	1946	GER	586	176	96	272		31.12.23
150	31	Strack	Judith	München	1959	GER	548	255	17	272		31.12.23

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
152	121	Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	210	61	271		31.12.23
153	122	Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296	270	0	270	I	30.06.17
154	123	Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511	204	65	269		31.12.23
155	124	Spiekermann	Peter	Ahnatal	1954	GER	462	213	55	268		31.12.23
156	125	Korioth	Detlef	Bad Salzuflen	1948	GER	546	148	119	267		31.12.23
157	126	Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	226	40	266		31.12.23
158	127	Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55	108	153	261	I	06.08.19
158	127	Sesterheim	Bernhard	Trier	1945	GER	121	174	87	261	I	31.12.09
160	129	Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	170	88	258		31.12.23
160	129	Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359	147	111	258		31.12.23
160	129	Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332	205	53	258		31.12.23
163	132	Nielsen	Michael	Broby	1970	DEN	311	214	43	257	I	07.07.12
164	133	Frenken	Han	Stein	1962	NED	93	158	95	253	P	31.12.22
165	134	Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271	216	36	252		31.12.22
166	32	Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244	233	18	251	I	30.06.17
166	32	Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486	195	56	251		31.12.23
166	135	Rüdiger	Otmar	Neuwied	1943	GER	89	154	97	251	I	31.12.15
169	136	Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	162	88	250		31.12.23
170	137	Treiber	Andreas	Heidelberg	1960	GER	530	126	120	246		31.12.23
171	138	Schwarz	Konrad	Barmstedt	1956	GER	62	188	57	245	I	31.12.09
172	139	Frey	Jürgen	Otterndorf	1971	GER	394	175	67	242		18.10.22
172	139	Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157	161	81	242		31.12.23
172	139	Schulz	Jürgen	Apfelstädt	1947	GER	256	176	66	242		31.12.22
175	142	Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325	197	43	240	I	31.12.17
175	142	Kießling	Achim	München	1939	GER	65	224	16	240	I	31.12.06
175	142	Klopfer	Jürgen	Stuttgart	1978	GER	578	134	106	240		31.12.23
178	145	Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	137	101	238		31.12.23
179	146	Holzapfel	Christoph	Stuttgart	1961	GER	612	106	130	236		31.12.23
180	34	Barz	Inka	Neu Wulmstorf	1971	GER	532	134	101	235		31.12.23
180	147	Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467	222	13	235		31.12.23
182	148	Hoffmann	Frank	Hornburg	1964	GER	371	221	11	232		31.12.18
183	149	Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512	213	18	231		31.12.23
183	149	Kühne	Martin	Cuxhaven	1968	GER	572	205	26	231		31.12.23
185	151	August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520	170	60	230		31.12.23
186	35	Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445	89	140	229		31.12.22
187	36	Karklis	Ute	Steinhagen	1969	GER	567	141	87	228		31.12.23
188	152	Habedank	Thorsten	Warburg	1973	GER	569	188	38	226		31.12.23
189	37	Tüg-Hilbert	Katrin	Kasseedorf	1970	GER	564	136	88	224		31.12.23
190	153	Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393	183	40	223		30.06.23
191	154	Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125	129	93	222		31.12.23
191	154	Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470	91	131	222		31.12.23
191	154	Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	205	17	222		31.12.23
194	157	Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	92	128	220		31.12.23
194	157	Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437	175	45	220		31.12.23
196	159	Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472	182	37	219		30.06.23
196	159	Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	199	20	219		31.12.23
198	161	Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363	153	65	218		31.12.23
199	162	Makuszies	Bodo	Winsen/Luhe	1958	GER	160	192	24	216		31.12.23
199	162	Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33	184	32	216	I	30.06.22
201	164	Raulf	Martin	Winsen/Luhe	1960	GER	396	168	47	215	I	31.12.19
202	165	Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488	140	74	214		31.12.23
203	166	Littwin	Rüdiger	Dorsten	1953	GER	306	144	68	212	I	31.12.16
203	166	Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378	168	44	212		31.12.23
205	168	Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436	211	0	211	I	31.12.21
206	169	Heyer	Hermann	Winnigen	1960	GER	420	138	70	208		31.12.22
207	170	Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343	167	40	207	I	30.06.21
207	170	Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281	161	46	207	I	31.12.18
207	170	Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	155	52	207		31.12.23
210	173	Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318	93	112	205		30.06.23
210	173	Kahlmeyer	Dirk	Wallenhorst	1966	GER	577	176	29	205		31.12.23
210	38	Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471	196	9	205		31.12.23
210	173	Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207	161	44	205		31.12.23
210	173	Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410	163	42	205		31.12.22
215	177	Bellwart	Günter	Sassenburg-Stüde	1941	GER	142	199	5	204	I	31.12.17
215	177	Lüdtke	Jörg	Hamburg	1965	GER	559	170	34	204		31.12.23
215	177	Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178	199	5	204	I	31.12.13
218	180	Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487	131	72	203		31.12.23
219	181	Hammann	Detlef	Stade	1965	GER	555	115	87	202		30.06.22
220	39	Berkath	Petra	Walsrode	1972	GER	561	122	79	201		31.12.23
220	39	Hamburger	Madeleine	Rostock	1963	GER	538	79	122	201		31.12.23
220	39	Schneider	Sabine	Hachenburg	1963	GER	201	188	13	201	P	31.12.10
223	182	Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366	192	8	200		31.12.23
223	182	Stahlberg	Jakob Levi	Hamburg	1971	GER	416	179	21	200		31.12.23

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
225	184	Berkmann	Thomas	Hannover	1968	GER	478	105	94	199		30.06.23
226	185	Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	80	118	198		31.12.23
226	185	Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362	151	47	198		31.12.19
228	187	Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424	165	32	197		31.12.23
229	188	Braemer	Lars	Walsrode	1972	GER	562	118	78	196		31.12.23
229	188	Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523	125	71	196		31.12.23
231	190	Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	151	44	195		31.12.23
231	190	Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	182	13	195		31.12.23
233	192	Wolfgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339	179	15	194		31.12.20
234	193	Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	187	6	193		31.12.23
235	194	Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225	151	41	192	I	31.12.20
235	194	Luther	Heiko	Neunkirchen a Br	1966	GER	527	176	16	192		31.12.23
237	196	Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425	170	21	191		31.12.23
238	197	Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7	175	13	188	I	31.12.07
239	198	Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433	118	67	185	I	31.12.19
240	199	Boyde-Wolke	Robert	Zeuthen	1974	GER	545	151	31	182		31.12.23
241	200	Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	1965	GER	571	120	61	181		31.12.23
241	200	Penalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279	140	41	181	I	31.12.21
241	200	Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505	137	44	181		31.12.23
244	203	Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524	144	36	180		31.12.23
245	204	Heidemann	Udo	Bielefeld	1970	GER	540	103	76	179		31.12.23
246	205	Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11	137	39	176	I	31.12.15
246	205	Zach	Jürgen	Waiblingen	1968	GER	584	52	124	176		31.12.23
248	207	Brendemühl	Dieter	Lontzen	1939	BEL	580	113	62	175		31.12.23
248	207	Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185	150	25	175	I	31.12.15
250	209	Willems	Andre	Troisdorf	1967	GER	108	148	26	174	I	31.12.10
251	42	Felser Dr.	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441	150	23	173		31.12.23
251	210	Steinberg	Antonius	Lennestadt	1947	GER	24	165	8	173	P	31.12.14
251	42	Ulrich	Claudia	Ditzingen	1969	GER	537	63	110	173		31.12.23
254	211	Henschel	Alexander	Lindewerra	1990	GER	550	86	86	172		31.12.23
255	212	Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373	134	37	171		30.06.23
255	212	Kuhlmann Dr.	Jan	Geestland	1969	GER	582	126	45	171		31.12.23
255	212	Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	170	1	171		31.12.23
255	212	Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291	115	56	171	I	31.12.19
259	216	Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374	113	57	170		31.12.23
260	217	Breer	Pater Tobias	Duisburg	1963	GER	534	160	9	169		30.06.23
261	218	Datzmann	Helmuth	Roth	1946	GER	198	111	57	168	I	30.06.18
261	218	Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376	119	49	168		31.12.23
261	218	Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387	111	57	168		31.12.23
261	218	Hummel	Helmuth	Waldkirch	1942	GER	97	153	15	168	I	31.12.07
261	218	Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406	146	22	168		31.12.23
266	223	Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216	141	26	167	I	31.12.18
266	223	Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	1970	GER	492	88	79	167		30.06.23
266	223	Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444	98	69	167		31.12.22
269	226	Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58	123	43	166	I	31.12.14
270	227	Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	1962	GER	537	164	1	165		31.12.23
270	227	Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383	145	20	165		30.06.23
272	229	Gaemlich	Bernd	Düsseldorf	1959	GER	64	158	6	164	I	31.12.13
273	230	Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490	130	32	162		31.12.23
273	230	Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496	114	48	162		31.12.23
275	44	Meyer	Irina	Osnabrück	1970	GER	585	134	27	161		31.12.23
275	232	Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397	158	3	161	I	31.12.19
277	233	von der Ahe	Heiko	Langenhagen	1972	GER	583	78	79	157		31.12.23
278	234	Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	155	0	155		31.12.23
278	234	Larimo	Tapani	Seinäjoki	1950	FIN	120	155	0	155	I	31.12.18
278	234	Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341	94	61	155		30.06.23
281	237	Sawilla	Holger	Berne	1971	GER	553	91	63	154		31.12.22
282	238	Krause	Karsten	Düsseldorf	1972	GER	547	109	44	153		31.12.23
282	238	Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230	141	12	153	I	30.06.15
284	240	Danger	Frank	Hamburg	1964	GER	521	146	6	152		31.12.23
284	240	Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238	152	0	152	I	12.08.14
284	240	Schmidt	Günter	Wermisdorf	1952	GER	417	140	12	152	I	31.12.20
287	243	Krause	Reinhold	Stuttgart	1957	GER	605	119	32	151		31.12.23
288	244	Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361	145	5	150		31.12.23
288	244	Roth Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293	112	38	150		20.04.22
288	244	Zachau	Axel	Vierns	1974	GER	558	131	19	150		31.12.21
291	45	Niedick	Tanja	Neuenkirchen	1975	GER	495	66	83	149		31.12.23
291	247	Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421	91	58	149		31.12.23
291	247	Waßmer	Alfred	Aßlar/Werdorf	1959	GER	163	104	45	149	I	31.12.14
294	249	Gleichmann	Ronny	Erfurt	1972	GER	576	2	146	148		31.12.23
295	250	Opl	Manfred	Kassel	1957	GER	556	140	7	147		31.12.23
296	251	Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	1967	GER	386	102	44	146	I	30.06.20
296	251	Rensmann	Bernhard	Bawinkel	1964	GER	594	146	0	146		31.12.23

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
298	253	Hadeler	Bernd	Bremervörde	1967	GER	619	106	39	145		31.12.23
298	253	Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456	64	81	145		31.12.22
298	253	Javed	Roman	Rietberg	1985	GER	533	114	31	145		31.12.23
298	253	Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435	136	9	145		31.12.23
302	46	Baumann	Judith	Jockgrim	1972	GER	536	119	24	143		31.12.23
302	257	Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463	127	16	143		31.12.23
302	257	Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517	92	51	143		31.12.23
305	259	Dörr	Volker	Harthausen	1957	GER	574	66	76	142		31.12.23
305	259	Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92	80	62	142	I	31.12.03
307	47	Pahmeyer	Martina	Bünde	1967	GER	587	80	61	141		31.12.23
307	261	Petri	Günter	Berlin	1957	GER	597	126	15	141		31.12.23
309	262	Wendefeuer	Heiko	Magdeburg	1982	GER	278	119	21	140	I	31.12.17
310	263	Scheer	Oliver	Hamburg	1967	GER	165	87	52	139	I	05.08.20
310	263	Winkler	Ingolf	Korschenbroich	1972	GER	309	117	22	139		30.06.23
312	265	Elster	Dieter Max	Bochum	1956	GER	476	138	0	138		31.12.23
312	265	Penning	Hans-Dieter	Leer	1962	GER	519	83	55	138		31.12.22
314	267	Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	106	31	137		31.12.22
315	268	Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134	102	34	136	I	31.12.07
315	268	Menzel	Wolfgang	Sankt Augustin	1955	GER	535	105	31	136	I	31.12.22
315	268	Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419	106	30	136	I	31.12.19
318	271	Albrecht	Dieter	Gerlingen	1941	GER	377	45	90	135	I	31.12.20
318	271	Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195	90	45	135	I	31.12.09
318	271	Nolte	Dirk	Hannover	1982	GER	449	108	27	135		31.12.23
321	274	Hussel	Patrick	Springe	1980	GER	516	91	43	134		31.12.23
321	48	Reinhold	Rabea	Nordstrand	1991	GER	626	123	11	134		31.12.23
321	274	Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51	102	32	134	I	31.12.07
324	276	Drechsel Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411	133	0	133		31.12.23
325	277	Pluta	Andreas	Lotte	1981	GER	599	99	32	131		31.12.23
325	277	Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430	128	3	131		31.12.23
325	277	Walendy	Andreas	Vellmar	1982	GER	479	121	10	131		31.12.22
328	280	Deifuß Dr.	Holger	Ascheberg	1968	GER	541	115	15	130		31.12.23
328	280	Korölus	Markus	Freiburg	1993	GER	324	107	23	130	I	31.12.14
328	280	Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246	116	14	130	I	31.12.09
328	49	Stelling	Nicola	Aurich	1967	GER	592	74	56	130		31.12.23
332	283	Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	1962	GER	575	119	10	129		31.12.23
332	283	Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49	42	87	129	I	30.06.14
332	283	Stepponat	Jörg	Bad Homburg	1958	GER	509	118	11	129		31.12.23
335	50	Selent	Andrea	Hannover	1966	GER	498	64	64	128		31.12.22
336	286	Albrecht	Bernd	Schwalmstadt	1940	GER	284	69	58	127	I	30.06.10
336	286	Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159	121	6	127	I	31.12.05
338	51	Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429	93	33	126		31.12.23
338	51	Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399	126	0	126		31.12.23
338	288	Feldmann	Hartmut	Uetze	1965	GER	544	126	0	126		31.12.23
338	288	Grosser	Alexander	Bassum	1977	GER	601	108	18	126		31.12.23
338	288	Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101	104	22	126	I	30.06.16
338	288	Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283	101	25	126	I	29.03.16
344	292	Dieter	Frank	Bad Soden Salmü.	1964	GER	579	122	3	125		31.12.23
344	292	Schwien	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460	115	10	125	I	30.06.20
344	292	Swart	Nico	Groningen	1977	NED	632	87	38	125		31.12.23
347	295	Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224	100	24	124	I	30.06.20
347	295	Labs	Michael	Berlin	1961	GER	322	92	32	124		31.12.22
349	297	Köhler	Tom	Steinfurt	1970	GER	507	102	21	123		30.06.23
349	297	Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	1948	GER	412	95	28	123	I	31.12.19
349	297	Schöll	Martin	Augsburg	1972	GER	370	120	3	123	I	31.12.17
349	297	Westermann	Manfred	Hannover	1949	GER	616	123	0	123		31.12.23
353	301	Delbanco Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314	122	0	122		31.12.23
353	53	Hassel	Eva	Kirchberg a.d. Jagst	1960	GER	624	66	56	122		31.12.23
353	301	Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337	88	34	122		31.12.23
353	301	Klinger	Uwe	Sindelfingen	1969	GER	508	102	20	122		31.12.23
357	304	Schulze	Klaus-Dieter	Kropp	1952	GER	551	104	17	121		31.12.23
358	305	Baade	Mike	Wunstorf	1973	GER	552	85	34	119		31.12.23
359	54	Büsing	Ilka	Bremen	1970	GER	625	26	92	118		31.12.23
359	306	Grebe	Sven	Schauenburg	1969	GER	568	109	9	118		31.12.22
361	307	Dreiser	Timo	Dintenheim	1966	GER	415	96	21	117	I	31.12.20
361	307	Henke	Peter	Münsterdorf	1963	GER	365	98	19	117		31.12.22
361	307	Menzhausen	Michael	Bielefeld	1956	GER	614	78	39	117		31.12.23
364	310	Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295	114	2	116	I	31.12.17
364	310	Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250	108	8	116	I	30.06.18
364	310	Seebode	Jan	Lindhorst	1972	GER	589	82	34	116		31.12.23
364	310	Szlachta	Richie	Witten	1952	GER	347	116	0	116	I	05.07.14
368	314	Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481	114	1	115		31.12.23
368	314	Geier	Jürgen	Plochingen	1963	GER	600	32	83	115		31.12.23
370	55	Hajek	Verena	Köln	1952	GER	503	115	0	115		31.12.23

Platz	m/w	Name	Vorname	Ort	Jahrg	Nat	Nr	Marathon	Ultra	Summe	St	Stand
370	55	Sasse	Nicole	Bad Münde	1975	GER	631	84	31	115		31.12.23
370	55	Stepponat	Birgit	Bad Homburg	1965	GER	570	105	10	115		31.12.23
373	316	Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448	114	0	114		31.12.23
373	316	Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219	102	12	114	I	31.12.07
375	318	Brandl	Johannes	Berlin	1981	GER	352	88	25	113	I	30.06.14
375	318	Siems	Rafael	Heiligenhafen	1983	GER	625	79	34	113		31.12.23
377	318	Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484	64	49	113		31.12.23
378	321	Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454	111	1	112	I	31.12.23
378	321	Nuhn	Carsten	Bremen	1968	GER	623	62	50	112		31.12.23
380	323	Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259	100	11	111	I	31.12.09
380	323	Greenaway	Christopher	Stuttgart	1974	GER	588	83	28	111		31.12.23
380	323	Merten	Torsten	Köln	1977	GER	510	91	20	111		30.06.20
380	323	Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	1959	GER	525	58	53	111		31.12.23
380	323	Wingering	Uwe	Salzgitter	1963	GER	622	23	88	111		31.12.23
385	328	Knaack	Tobias	Hamburg	1975	GER	590	96	14	110		30.06.23
385	328	Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147	110	0	110	I	31.12.07
387	330	Bartz	Jörg	Kremmen	1963	GER	566	90	19	109		31.12.23
387	330	Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	1945	GER	465	70	39	109	I	31.12.19
389	332	Funke	Arne Andre	Berlin	1989	GER	610	60	48	108		31.12.23
389	332	Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	1957	GER	452	90	18	108		31.12.22
389	332	Koll	Helmuth	Bonn	1955	GER	460	103	5	108	I	24.04.22
389	332	Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	1944	GER	381	93	15	108		31.12.23
389	332	Molitor	Roland	Osnabrück	1968	GER	615	97	11	108		31.12.23
389	332	Pünjer	Peter	Buxtehude	1948	GER	475	105	3	108	P	30.06.20
395	338	Clever Dr.	Ulrich Martin	Leipzig	1953	GER	581	103	4	107		31.12.23
395	338	Karczewski	Zenon	Dresden	1958	GER	506	93	14	107	I	30.06.22
395	338	Lorenzen	Frank	Flensburg	1973	GER	608	97	10	107		31.12.23
398	341	Koch	Steven	Meiningen	1979	GER	140	79	27	106	I	30.06.14
398	341	Schulte	Uli	Schwane	1955	GER	111	71	35	106	I	30.06.15
400	343	Kotman	Gerhard	Schüttorf	1956	GER	311	80	25	105	I	30.06.14
400	58	Niemeyer	Petra	Frankfurt/Main	1970	GER	635	95	10	105		31.12.23
400	343	Stein	Elmar	Weimar-Wolfsh.	1950	GER	262	103	2	105	I	31.12.13
403	345	Klotz	Stefan	Köln	1958	GER	591	84	19	103		31.12.22
403	345	Meyer	Torsten	Osnabrück	1964	GER	617	92	11	103		30.06.23
403	345	Scherer	Rainer	Wien	1943	GER	298	103	0	103	P	30.06.14
403	345	Schmitz	Volker	Elmshorn	1972	GER	620	98	5	103		31.12.23
403	345	Theisges	Dirk	Hemer	1965	GER	636	83	20	103		31.12.23
403	59	Wille	Monika	Lauenhagen	1952	GER	639	90	13	103		31.12.23
409	350	Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	1955	GER	404	93	8	101	I	31.12.19
409	350	Jagemann	Heinz	München	1959	GER	598	99	2	101		31.12.22
409	350	Müller	Gerd	Havelberg	1948	GER	402	76	25	101	I	31.12.17
409	350	Scheele	Michael	Essen	1976	GER	602	67	34	101		31.12.23
409	350	Theuerkorn	Thomas	Bielefeld	1961	GER	423	95	6	101	I	30.06.18
414	355	Beck	Jürgen	Gelsenkirchen	1953	GER	634	34	66	100		31.12.23
414	355	Damerow	Raymond	Hürth	1957	GER	607	100	0	100	I	31.12.22
414	355	Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96	70	30	100	I	30.06.14
414	355	Naik	Tukaram	Wanawadi Pune	1965	IND	613	90	10	100		30.06.23
414	355	Schreiber	Dirk	Hamburg	1970	GER	640	73	27	100		31.12.23
414	355	Thome	Niko	Koblenz	1966	GER	348	100	0	100	I	26.10.13
420	361	Koppmann	Lars	Leopoldshöhe	1969	GER	629	51	44	95	A	30.07.23
421	362	Schaab	Dieter	Augsburg	1973	GER	628	75	18	93	A	30.06.23
422	60	Wiemers	Michaela	Hövelhof	1979	GER	633	58	31	89	A	31.08.23
423	363	Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	53	3	56	A/I	31.12.07
423	363	Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	56	0	56	A/I	30.06.17
425	365	Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	44	6	50	A/I	31.12.09
426	366	Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	44	0	44	A/I	31.12.19
427	367	Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	17	26	43	A/I	31.12.08
428	368	Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	41	1	42	A/I	31.12.13
429	61	Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	13	26	39	A/I	31.12.09
430	369	Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	30	0	30	A/I	30.06.07
431	370	Bauer	Henrik	Bredenbek	1968	GER	239	25	1	26	A/I	31.12.12
								98.891	33.591	132.482		

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

Best Five 2023 altersbereinigt (erstellt von Christoph Wenzel)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Chittka Dr.	Jörg	Wietze	1964	GER	451	2:56	3:07	3:09	3:09	3:10	15:32:14	3:06	2:33
Dehling	Sascha	Berlin	1977	GER	526	2:50	2:50	2:51	2:54	2:57	14:23:32	2:52	2:40
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	4:41	4:46	4:52	4:54	4:57	24:13:42	4:50	2:42
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	3:24	3:24	3:27	3:27	3:28	17:12:13	3:26	2:46

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Lehner	Martin	Beyreuth	1963	GER	435	3:23	3:29	3:30	3:36	3:37	17:37:40	3:31	2:53
Danger	Frank	Hamburg	1964	GER	521	3:22	3:35	3:39	3:40	3:41	17:59:11	3:35	2:57
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374	3:27	3:29	3:36	3:40	4:00	18:14:56	3:38	2:58
Abenhardt	Bodo	Erfststadt	1968	GER	563	3:24	3:27	3:27	3:28	3:28	17:17:52	3:27	2:58
Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488	2:56	3:20	3:32	3:33	3:37	17:00:17	3:24	3:05
Habedank	Thorsten	Warburg	1973	GER	569	3:17	3:17	3:24	3:24	3:45	17:09:21	3:25	3:05
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	3:53	3:54	3:56	3:57	3:59	19:40:11	3:56	3:06
Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467	3:23	3:26	3:27	3:29	3:31	17:17:40	3:27	3:06
Molitor	Roland	Osnabrück	1968	GER	615	3:28	3:31	3:36	3:40	3:48	18:04:33	3:36	3:06
Grosser	Alexander	Bassum	1977	GER	601	3:06	3:12	3:21	3:23	3:37	16:43:21	3:20	3:06
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	3:42	3:47	3:51	3:51	3:58	19:12:41	3:50	3:07
Klopfer	Jürgen	Stuttgart	1978	GER	578	3:12	3:19	3:20	3:21	3:27	16:41:06	3:20	3:07
Korioth	Detlef	Bad Salzuflen	1948	GER	546	4:09	4:17	4:26	4:45	4:50	22:29:22	4:29	3:08
von Palombini	Jobst	Bückebug	1969	GER	29	3:24	3:31	3:40	3:42	3:50	18:08:49	3:37	3:09
Greenaway	Christopher	Stuttgart	1974	GER	588	3:14	3:26	3:29	3:29	3:45	17:24:50	3:28	3:09
Siems	Rafael	Heiligenhafen	1983	GER	625	3:03	3:11	3:19	3:23	3:28	16:27:09	3:17	3:12
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	3:16	3:17	3:18	3:19	3:19	16:31:39	3:18	3:13
Rensmann	Bernhard	Bawinkel	1964	GER	594	3:50	3:51	3:54	3:55	3:57	19:28:52	3:53	3:14
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	3:51	3:54	3:55	3:56	3:59	19:37:28	3:55	3:15
Menzhausen	Michael	Bielefeld	1956	GER	614	3:58	4:02	4:24	4:25	4:29	21:21:06	4:16	3:16
Theisges	Dirk	Hemer	1965	GER	636	3:52	3:54	3:54	3:56	3:57	19:35:07	3:55	3:16
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	3:43	3:44	3:54	4:09	4:09	19:41:43	3:56	3:18
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	3:28	3:41	3:48	3:49	3:53	18:40:52	3:44	3:18
Gluhic	Mukir	Hamburg	1965	BIH	560	3:38	3:43	4:01	4:14	4:16	19:55:47	3:59	3:20
Schmitz	Volker	Elmshorn	1972	GER	620	3:24	3:35	3:52	3:55	3:56	18:45:06	3:45	3:20
Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512	3:44	3:44	3:44	3:47	3:54	18:55:00	3:47	3:22
Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505	3:45	3:50	3:52	3:53	3:54	19:16:32	3:51	3:22
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	4:06	4:07	4:09	4:11	4:13	20:48:35	4:09	3:23
Lorenzen	Frank	Flensburg	1973	GER	608	3:38	3:43	3:46	3:49	3:57	18:55:49	3:47	3:24
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	6:37	7:01	7:03	7:04	7:05	34:51:53	6:58	3:24
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	3:57	4:09	4:13	4:20	4:38	21:18:44	4:15	3:26
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	4:38	4:45	4:48	4:49	4:49	23:51:18	4:46	3:28
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	4:14	4:23	4:24	4:27	4:31	22:00:14	4:24	3:28
Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	1962	GER	575	4:08	4:13	4:20	4:38	4:41	22:01:10	4:24	3:35
Dembeck	Ralf	Geestland	1970	GER	518	3:56	3:57	4:15	4:15	4:25	20:50:07	4:10	3:36
Krause	Reinhold	Stuttgart	1957	GER	605	4:26	4:37	4:41	4:44	4:49	23:19:46	4:39	3:37
Pluta	Andreas	Lotte	1981	GER	599	3:37	3:47	3:47	3:50	3:54	18:57:15	3:47	3:38
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	4:17	4:18	4:23	4:28	4:28	21:57:30	4:23	3:40
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	4:05	4:29	4:39	4:48	5:02	23:05:04	4:37	3:41
Reinhold	Rabea	Nordstrand	1991	GER	626	3:31	3:32	3:37	3:51	3:56	18:29:21	3:41	3:41
Heidemann	Udo	Bielefeld	1970	GER	540	3:57	4:10	4:13	4:15	4:30	21:07:25	4:13	3:42
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	4:33	4:37	4:51	4:55	4:56	23:54:31	4:46	3:42
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	4:48	4:54	4:54	5:15	5:21	25:14:15	5:02	3:43
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511	3:49	4:24	4:29	4:29	4:30	21:43:08	4:20	3:44
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	4:10	4:33	4:39	4:41	4:42	22:47:43	4:33	3:44
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	4:26	4:40	4:44	4:45	4:52	23:29:30	4:41	3:45
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	4:15	4:16	4:27	4:36	4:46	22:21:24	4:36	3:45
Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514	3:40	3:41	3:46	3:48	3:52	18:48:48	3:45	3:45
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	3:43	4:12	4:24	4:28	4:30	21:19:09	4:15	3:46
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	4:46	4:58	5:00	5:01	5:03	24:50:34	4:58	3:46
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	4:40	4:44	5:05	5:10	5:15	24:55:43	4:59	3:47
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	4:41	4:42	4:42	4:54	4:57	23:58:41	4:47	3:47
Swart	Nico	Groningen	1977	NED	632	4:02	4:03	4:09	4:10	4:14	20:40:37	4:08	3:49
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	4:07	4:23	4:26	4:33	4:39	22:10:48	4:26	3:49
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	4:47	4:48	4:52	4:55	5:19	24:44:07	4:56	3:50
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	4:41	4:41	4:42	4:43	4:48	23:36:49	4:43	3:50
von der Ahe	Heiko	Langenhagen	1972	GER	583	4:04	4:19	4:24	4:25	4:27	21:41:49	4:20	3:52
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490	4:42	4:48	4:53	4:56	5:14	24:35:18	4:55	3:53
Berkath	Petra	Walsrode	1972	GER	561	4:06	4:24	4:25	4:29	4:31	21:57:22	4:23	3:53
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	4:51	4:53	5:01	5:40	5:44	26:11:42	5:14	3:54
Petri	Günter	Berlin	1957	GER	597	4:50	4:53	5:07	5:07	5:10	25:09:29	5:01	3:54
Kühne	Martin	Cuxhaven	1968	GER	572	4:35	4:35	4:38	4:42	4:45	23:17:39	4:39	3:55
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	4:17	4:20	5:00	5:01	5:02	23:41:27	4:44	3:58
Treiber	Andreas	Heidelberg	1960	GER	530	4:42	4:54	4:57	5:13	5:20	25:08:44	5:01	4:01
Sasse	Nicole	Bad Münde	1975	GER	631	4:19	4:22	4:23	4:24	4:26	21:56:04	4:23	4:02
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	4:51	5:08	5:14	5:15	5:22	25:52:58	5:10	4:03
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	5:12	5:23	5:26	5:28	5:33	27:04:11	5:24	4:04
Niemeyer	Petra	Frankfurt/Main	1970	GER	635	4:39	4:41	4:41	4:41	4:50	23:35:10	4:43	4:04
Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523	4:47	4:52	4:52	4:54	4:55	24:23:06	4:52	4:05
Braemer	Lars	Walsrode	1972	GER	562	4:28	4:29	4:35	4:41	4:42	22:57:59	4:35	4:05
Seebode	Jan	Lindhorst	1972	GER	589	4:03	4:04	4:08	4:31	4:36	21:23:45	4:37	4:07
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	4:59	5:25	5:29	5:36	5:41	27:12:29	5:26	4:13
Bruns	Annette	Bad Dürkheim	1967	GER	565	4:57	4:59	5:05	5:09	5:11	25:23:33	5:04	4:13
Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486	4:40	4:51	4:52	4:55	4:55	24:15:52	4:51	4:15

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Krause	Karsten	Düsseldorf	1972	GER	547	4:37	4:45	4:46	4:50	4:51	23:51:24	4:46	4:15
Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513	4:27	4:43	4:49	5:08	5:08	24:17:08	4:51	4:15
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	4:42	4:45	4:47	5:06	5:08	24:31:15	4:54	4:15
Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253	4:43	4:50	5:11	5:20	5:32	25:28:31	5:07	4:15
Isman	Dehen	Köln	1967	AUT	469	4:58	5:04	5:12	5:22	5:23	26:01:44	5:12	4:19
Drexler Prof.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	5:41	5:50	5:56	5:57	6:00	29:27:45	5:53	4:23
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weye	1952	GER	196	5:47	5:51	5:52	5:52	6:27	29:50:43	5:58	4:23
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	5:20	5:27	5:37	5:41	5:43	27:51:46	5:34	4:24
Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	1962	GER	537	5:16	5:18	5:32	5:32	5:35	27:16:10	5:27	4:26
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	5:27	5:30	5:41	5:45	5:46	28:11:57	5:38	4:26
Pahmeyer	Martina	Bünde	1967	GER	587	5:26	5:31	5:49	5:49	5:50	28:28:02	5:21	4:27
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	4:21	4:23	4:33	5:33	5:33	24:24:31	4:52	4:28
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399	5:20	5:35	5:44	5:48	5:55	28:24:16	5:40	4:28
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	5:13	5:30	5:31	5:47	5:49	27:52:27	5:34	4:29
Baumann	Judith	Jockgrim	1972	GER	536	4:38	4:59	5:07	5:15	5:36	25:36:57	5:07	4:32
Karklis	Ute	Steinhagen	1969	GER	567	4:47	5:17	5:19	5:31	5:47	26:43:10	5:20	4:33
Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524	4:57	5:10	5:15	5:17	5:26	26:07:34	5:13	4:34
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	5:18	5:22	5:26	5:26	5:32	27:06:26	5:25	4:35
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	5:32	5:45	5:49	5:50	5:50	28:49:04	5:45	4:36
Frühauf	Sylvia	Bramsche	1964	GER	328	5:38	5:43	5:48	5:51	5:51	28:54:32	5:46	4:37
August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520	4:30	4:47	4:54	5:03	5:15	24:31:12	4:54	4:38
Nolte	Dirk	Hannover	1982	GER	449	4:34	4:41	4:43	4:58	5:03	24:01:07	4:48	4:39
Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501	4:46	4:47	4:54	4:57	4:58	24:25:00	4:53	4:40
Meyer	Irina	Osnabrück	1970	GER	585	5:10	5:20	5:22	5:50	5:57	27:41:00	5:32	4:47
Baade	Mike	Wunstorf	1973	GER	552	5:04	5:16	5:21	5:38	5:43	27:04:17	5:24	4:51
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	6:12	6:13	6:14	6:16	6:17	31:13:15	6:14	4:59
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151	5:30	5:36	5:39	5:39	5:46	28:13:17	5:38	4:59
Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496	5:18	5:31	5:47	5:51	5:54	28:23:02	5:40	5:03
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	5:08	5:19	6:10	6:21	6:36	29:36:29	5:55	5:11
Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517	5:18	6:00	6:31	6:36	6:48	31:14:14	6:14	5:16
Funke	Arne Andre	Berlin	1989	GER	610	5:14	5:22	5:24	5:26	5:37	27:04:34	5:24	5:24
Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	1965	GER	571	5:58	6:19	6:26	6:46	6:47	32:19:28	6:27	5:24
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	5:56	6:25	6:28	6:36	6:45	32:13:04	6:26	5:25
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	5:54	6:06	6:13	6:27	6:35	31:17:53	6:15	5:29
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	8:10	8:15	8:15	8:17	8:24	41:23:48	8:16	5:30
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	5:52	5:53	6:20	6:54	7:19	32:20:26	6:28	5:37
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	7:42	7:47	8:01	8:01	8:04	39:36:52	7:55	5:46
Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	6:24	6:28	6:31	6:31	6:36	32:31:52	6:30	5:54
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	5:40	5:58	5:58	6:00	6:12	29:48:24	5:57	5:57
Barz	Inka	Neu Wulmstorf	1971	GER	532	6:26	6:46	6:49	6:50	6:51	33:44:47	6:44	5:58
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	8:16	8:21	8:35	8:35	8:36	42:25:14	8:29	6:10
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	3:24	3:24	3:27	3:27	3:28	17:12:13	3:26	2:46
Lehner	Martin	Beyreuth	1963	GER	435	3:23	3:29	3:30	3:36	3:37	17:37:40	3:31	2:53
Danger	Frank	Hamburg	1964	GER	521	3:22	3:35	3:39	3:40	3:41	17:59:11	3:35	2:57
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374	3:27	3:29	3:36	3:40	4:00	18:14:56	3:38	2:58
Abenhardt	Bodo	Erfstadt	1968	GER	563	3:24	3:27	3:27	3:28	3:28	17:17:52	3:27	2:58
Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488	2:56	3:20	3:32	3:33	3:37	17:00:17	3:24	3:05
Habedank	Thorsten	Warburg	1973	GER	569	3:17	3:17	3:24	3:24	3:45	17:09:21	3:25	3:05
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	3:53	3:54	3:56	3:57	3:59	19:40:11	3:56	3:06
Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467	3:23	3:26	3:27	3:29	3:31	17:17:40	3:27	3:06
Molitor	Roland	Osnabrück	1968	GER	615	3:28	3:31	3:36	3:40	3:48	18:04:33	3:36	3:06
Grosser	Alexander	Bassum	1977	GER	601	3:06	3:12	3:21	3:23	3:37	16:43:21	3:20	3:06
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	3:42	3:47	3:51	3:51	3:58	19:12:41	3:50	3:07
Klopfer	Jürgen	Stuttgart	1978	GER	578	3:12	3:19	3:20	3:21	3:27	16:41:06	3:20	3:07
Korioth	Detlef	Bad Salzuffen	1948	GER	546	4:09	4:17	4:26	4:45	4:50	22:29:22	4:29	3:08
von Palombini	Jobst	Bückebug	1969	GER	29	3:24	3:31	3:40	3:42	3:50	18:08:49	3:37	3:09
Greenaway	Christopher	Stuttgart	1974	GER	588	3:14	3:26	3:29	3:29	3:45	17:24:50	3:28	3:09
Siems	Rafael	Heiligenhafen	1983	GER	625	3:03	3:11	3:19	3:23	3:28	16:27:09	3:17	3:12
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	3:16	3:17	3:18	3:19	3:19	16:31:39	3:18	3:13
Rensmann	Bernhard	Bawinkel	1964	GER	594	3:50	3:51	3:54	3:55	3:57	19:28:52	3:53	3:14
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	3:51	3:54	3:55	3:56	3:59	19:37:28	3:55	3:15
Menzhausen	Michael	Bielefeld	1956	GER	614	3:58	4:02	4:24	4:25	4:29	21:21:06	4:16	3:16
Theisges	Dirk	Hemer	1965	GER	636	3:52	3:54	3:54	3:56	3:57	19:35:07	3:55	3:16
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	3:43	3:44	3:54	4:09	4:09	19:41:43	3:56	3:18
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	3:28	3:41	3:48	3:49	3:53	18:40:52	3:44	3:18
Gluhic	Mukir	Hamburg	1965	BIH	560	3:38	3:43	4:01	4:14	4:16	19:55:47	3:59	3:20
Schmitz	Volker	Elmshorn	1972	GER	620	3:24	3:35	3:52	3:55	3:56	18:45:06	3:45	3:20
Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512	3:44	3:44	3:44	3:47	3:54	18:55:00	3:47	3:22
Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505	3:45	3:50	3:52	3:53	3:54	19:16:32	3:51	3:22
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	4:06	4:07	4:09	4:11	4:13	20:48:35	4:09	3:23
Lorenzen	Frank	Flensburg	1973	GER	608	3:38	3:43	3:46	3:49	3:57	18:55:49	3:47	3:24
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	6:37	7:01	7:03	7:04	7:05	34:51:53	6:58	3:24
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	3:57	4:09	4:13	4:20	4:38	21:18:44	4:15	3:26
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	4:38	4:45	4:48	4:49	4:49	23:51:18	4:46	3:28

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	4:14	4:23	4:24	4:27	4:31	22:00:14	4:24	3:28
Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	1962	GER	575	4:08	4:13	4:20	4:38	4:41	22:01:10	4:24	3:35
Dembeck	Ralf	Geestland	1970	GER	518	3:56	3:57	4:15	4:15	4:25	20:50:07	4:10	3:36
Krause	Reinhold	Stuttgart	1957	GER	605	4:26	4:37	4:41	4:44	4:49	23:19:46	4:39	3:37
Pluta	Andreas	Lotte	1981	GER	599	3:37	3:47	3:47	3:50	3:54	18:57:15	3:47	3:38
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	4:17	4:18	4:23	4:28	4:28	21:57:30	4:23	3:40
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	4:05	4:29	4:39	4:48	5:02	23:05:04	4:37	3:41
Reinhold	Rabea	Nordstrand	1991	GER	626	3:31	3:32	3:37	3:51	3:56	18:29:21	3:41	3:41
Heidemann	Udo	Bielefeld	1970	GER	540	3:57	4:10	4:13	4:15	4:30	21:07:25	4:13	3:42
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	4:33	4:37	4:51	4:55	4:56	23:54:31	4:46	3:42
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	4:48	4:54	4:54	5:15	5:21	25:14:15	5:02	3:43
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511	3:49	4:24	4:29	4:29	4:30	21:43:08	4:20	3:44
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	4:10	4:33	4:39	4:41	4:42	22:47:43	4:33	3:44
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	4:26	4:40	4:44	4:45	4:52	23:29:30	4:41	3:45
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	4:15	4:16	4:27	4:36	4:46	22:21:24	4:36	3:45
Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514	3:40	3:41	3:46	3:48	3:52	18:48:48	3:45	3:45
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	3:43	4:12	4:24	4:28	4:30	21:19:09	4:15	3:46
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	4:46	4:58	5:00	5:01	5:03	24:50:34	4:58	3:46
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	4:40	4:44	5:05	5:10	5:15	24:55:43	4:59	3:47
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	4:41	4:42	4:42	4:54	4:57	23:58:41	4:47	3:47
Swart	Nico	Groningen	1977	NED	632	4:02	4:03	4:09	4:10	4:14	20:40:37	4:08	3:49
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	4:07	4:23	4:26	4:33	4:39	22:10:48	4:26	3:49
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	4:47	4:48	4:52	4:55	5:19	24:44:07	4:56	3:50
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	4:41	4:41	4:42	4:43	4:48	23:36:49	4:43	3:50
von der Ahe	Heiko	Langenhagen	1972	GER	583	4:04	4:19	4:24	4:25	4:27	21:41:49	4:20	3:52
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490	4:42	4:48	4:53	4:56	5:14	24:35:18	4:55	3:53
Berkath	Petra	Walsrode	1972	GER	561	4:06	4:24	4:25	4:29	4:31	21:57:22	4:23	3:53
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	4:51	4:53	5:01	5:40	5:44	26:11:42	5:14	3:54
Petri	Günter	Berlin	1957	GER	597	4:50	4:53	5:07	5:07	5:10	25:09:29	5:01	3:54
Kühne	Martin	Cuxhaven	1968	GER	572	4:35	4:35	4:38	4:42	4:45	23:17:39	4:39	3:55
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	4:17	4:20	5:00	5:01	5:02	23:41:27	4:44	3:58
Treiber	Andreas	Heidelberg	1960	GER	530	4:42	4:54	4:57	5:13	5:20	25:08:44	5:01	4:01
Sasse	Nicole	Bad Münde	1975	GER	631	4:19	4:22	4:23	4:24	4:26	21:56:04	4:23	4:02
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	4:51	5:08	5:14	5:15	5:22	25:52:58	5:10	4:03
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	5:12	5:23	5:26	5:28	5:33	27:04:11	5:24	4:04
Niemeyer	Petra	Frankfurt/Main	1970	GER	635	4:39	4:41	4:41	4:41	4:50	23:35:10	4:43	4:04
Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523	4:47	4:52	4:52	4:54	4:55	24:23:06	4:52	4:05
Braemer	Lars	Walsrode	1972	GER	562	4:28	4:29	4:35	4:41	4:42	22:57:59	4:35	4:05
Seebode	Jan	Lindhorst	1972	GER	589	4:03	4:04	4:08	4:31	4:36	21:23:45	4:37	4:07
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	4:59	5:25	5:29	5:36	5:41	27:12:29	5:26	4:13
Bruns	Annette	Bad Dürkheim	1967	GER	565	4:57	4:59	5:05	5:09	5:11	25:23:33	5:04	4:13
Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486	4:40	4:51	4:52	4:55	4:55	24:15:52	4:51	4:15
Krause	Karsten	Düsseldorf	1972	GER	547	4:37	4:45	4:46	4:50	4:51	23:51:24	4:46	4:15
Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513	4:27	4:43	4:49	5:08	5:08	24:17:08	4:51	4:15
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	4:42	4:45	4:47	5:06	5:08	24:31:15	4:54	4:15
Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253	4:43	4:50	5:11	5:20	5:32	25:28:31	5:07	4:15
Isman	Dehen	Köln	1967	AUT	469	4:58	5:04	5:12	5:22	5:23	26:01:44	5:12	4:19
Drexler Prof.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	5:41	5:50	5:56	5:57	6:00	29:27:45	5:53	4:23
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weye	1952	GER	196	5:47	5:51	5:52	5:52	6:27	29:50:43	5:58	4:23
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	5:20	5:27	5:37	5:41	5:43	27:51:46	5:34	4:24
Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	1962	GER	537	5:16	5:18	5:32	5:32	5:35	27:16:10	5:27	4:26
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	5:27	5:30	5:41	5:45	5:46	28:11:57	5:38	4:26
Pahmeyer	Martina	Bünde	1967	GER	587	5:26	5:31	5:49	5:49	5:50	28:28:02	5:21	4:27
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	4:21	4:23	4:33	5:33	5:33	24:24:31	4:52	4:28
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399	5:20	5:35	5:44	5:48	5:55	28:24:16	5:40	4:28
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	5:13	5:30	5:31	5:47	5:49	27:52:27	5:34	4:29
Baumann	Judith	Jockgrim	1972	GER	536	4:38	4:59	5:07	5:15	5:36	25:36:57	5:07	4:32
Karklis	Ute	Steinhagen	1969	GER	567	4:47	5:17	5:19	5:31	5:47	26:43:10	5:20	4:33
Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524	4:57	5:10	5:15	5:17	5:26	26:07:34	5:13	4:34
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	5:18	5:22	5:26	5:26	5:32	27:06:26	5:25	4:35
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	5:32	5:45	5:49	5:50	5:50	28:49:04	5:45	4:36
Frühauf	Sylvia	Bramsche	1964	GER	328	5:38	5:43	5:48	5:51	5:51	28:54:32	5:46	4:37
August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520	4:30	4:47	4:54	5:03	5:15	24:31:12	4:54	4:38
Nolte	Dirk	Hannover	1982	GER	449	4:34	4:41	4:43	4:58	5:03	24:01:07	4:48	4:39
Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501	4:46	4:47	4:54	4:57	4:58	24:25:00	4:53	4:40
Meyer	Irina	Osnabrück	1970	GER	585	5:10	5:20	5:22	5:50	5:57	27:41:00	5:32	4:47
Baade	Mike	Wunstorf	1973	GER	552	5:04	5:16	5:21	5:38	5:43	27:04:17	5:24	4:51
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	6:12	6:13	6:14	6:16	6:17	31:13:15	6:14	4:59
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151	5:30	5:36	5:39	5:39	5:46	28:13:17	5:38	4:59
Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496	5:18	5:31	5:47	5:51	5:54	28:23:02	5:40	5:03
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	5:08	5:19	6:10	6:21	6:36	29:36:29	5:55	5:11
Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517	5:18	6:00	6:31	6:36	6:48	31:14:14	6:14	5:16
Funke	Arne Andre	Berlin	1989	GER	610	5:14	5:22	5:24	5:26	5:37	27:04:34	5:24	5:24
Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	1965	GER	571	5:58	6:19	6:26	6:46	6:47	32:19:28	6:27	5:24

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	5:56	6:25	6:28	6:36	6:45	32:13:04	6:26	5:25
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	5:54	6:06	6:13	6:27	6:35	31:17:53	6:15	5:29
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	8:10	8:15	8:15	8:17	8:24	41:23:48	8:16	5:30
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	5:52	5:53	6:20	6:54	7:19	32:20:26	6:28	5:37
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	7:42	7:47	8:01	8:01	8:04	39:36:52	7:55	5:46
Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	6:24	6:28	6:31	6:31	6:36	32:31:52	6:30	5:54
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	5:40	5:58	5:58	6:00	6:12	29:48:24	5:57	5:57
Barz	Inka	Neu Wulmstorf	1971	GER	532	6:26	6:46	6:49	6:50	6:51	33:44:47	6:44	5:58
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	8:16	8:21	8:35	8:35	8:36	42:25:14	8:29	6:10

Inhalt

Adressen	2
Protokoll der Jahreshauptversammlung in Bremen	3
Berichte unserer Mitglieder.....	7
25. Winterstaffel Pulheim am 28.01.2024	7
Noch‘n Verein?.....	9
Presseberichte	12
Mister Marathon	12
Täglich-Läufer und Marathonsammler	13
Personalien	14
Austritte	14
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe	14
Geburtstage	14
Jubiläen	15
Trauer um Gerd Papcke	16
Trauer um Peter Burns	17
Bedeutendes aus 25 Jahren 100MC – Mitmach-Aktion	17
Jahresstatistik per 31.12.2023 (erstellt von Christoph Wenzel)	18
Gesamtstatistik per 31.12.2023 (erstellt von Christoph Wenzel)	21
Best Five 2023 altersbereinigt (erstellt von Christoph Wenzel).....	27
Inhalt.....	31
Impressum	31

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC aktuell“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	WirmachenDruck Backnang
Auflage:	500 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC aktuell“ 2/2024 erscheint ca. Anfang August 2024 Redaktionsschluss: 10.07.2024 Zuschriften an die Redaktion (siehe Adressen) per E-Mail oder Post Beiträge geben nicht die Meinung des Vorstandes wieder
Urheberrecht:	Nachdruck nur nach Rücksprache mit dem Autor gestattet
V.i.S.d.P.R.	Mario Sagasser

Bankverbindung: Hamburger Sparkasse Konto 1254 122 805 / BLZ 200 505 50
IBAN DE66 2005 0550 1254 1228 05 / BIC HASPDEHH



Start zum Bremer Bergmarathon anlässlich der Mitgliederversammlung