# “100MC *aktuell*“

**Clubzeitung des 100MC – 2/2026**




**1000. Marathon Winfried Böttjer**

# 100 Marathon Club Deutschland e.V.

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

## Adressen

**1. Vorsitzender:** Mario Sagasser

**2. Vorsitzender:** Gerd Junker

**Vorstandsmitglieder:**

**Startpässe** Gabriele Eisele

**Statistik** Jörg Chittka

**Sportwart** Michael Kiene

**Kassenwart, Mitgliederwesen** Wolfgang Kieselbach

**Webmaster, Clubheft, Redaktion** Michael Weber

**Beirat:**

**Pressewart, Newsletter Redakteurin** Jana Bieler

**Webmaster, Administrator** Peer Cavaleiro

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

Titelfoto: 1000. M/U Winfried Böttjer am 11.07.2026 in Bremen (Foto: privat).
Foto auf der Rückseite: 2000 M/U Vito Piero Ancora am 04.04.2026 in San Martino di Terni (ITA) (Foto: privat).

# Berichte unserer Mitglieder

## Nix bliev wie et wor?
## 27 Jahre Köln-Marathon, 27 Jahre dabei
von Wolfgang Risch



Joachim 2012 in Köln Foto: Kauffoto

Wieder einmal stehe ich am Start des Köln-Marathon, wie jedes Jahr. Ich hüpfe ein bisschen auf und ab und habe diese 27 Jahre und meine 27 Teilnahmen vor meinem inneren Auge. Was hat sich alles verändert und was ist geblieben? Ich habe jetzt 42 Kilometer Zeit, darüber nachzusinnen. Nix bliev wie et wor, das gehört zum kölschen Grundgesetz. Stimmt das auch hier?

Geblieben ist die großartige Stimmung. An sie kommt keiner der anderen großen Stadtmarathonläufe in Deutschland heran. Die Kölner sind bekanntlich gerne von sich selbst beschwipst. Sie haben die Fähigkeit kultiviert, sich auch ohne Grund großartig zu finden. Und hier stimmt ihr Selbstbild tatsächlich.

Anfangs war das Ziel noch am Dom. Dieses Ziel war unübertrefflich! Die Verlagerung in eine breite Verkehrsader aus organisatorischen Gründen haben wir eingesehen, aber nie geliebt. Ähnliches können wir über die Kleiderabgabe erzählen: Einst war sie am Start, wie das so üblich und auch logisch ist. Jetzt ist die Abgabe am Ziel. Wir müssen schauen, wie wir von dort zurück an den Start kommen. Vor allem bei Regen, Wind oder Kälte ist die Stimmung gegenüber dem Veranstalter nicht freundlich, und die davon Gebeutelten lassen sich darüber aus, dass es diese Beschwerlichkeit nur in Köln gibt.

42 km sind immer noch 42 km. Mit Erfahrung sind sie keine abenteuerliche Entfernung mehr. Der Respekt vor der Strecke ist geblieben. 42 km können ganz schön lang werden, aber die Selbsteinschätzung wird mit der Erfahrung besser, und es ist ein tolles Gefühl, zwei gleich schnelle Hälften laufen und am Schluss vielleicht sogar noch ein bisschen zulegen zu können. Inzwischen verstehe ich, was mich früher wunderte: An einem guten Tag bin ich ab Nippes viel mit Überholen beschäftigt. Schneller geworden? Nein, das scheint nur so. Die anderen werden langsamer, weil der "Mann mit dem Hammer" sie erwischt hat.

"Warum machst du das eigentlich? Das mache ich ganz bestimmt nie wieder!" Ja, diese inneren Stimmen habe ich oft gehört. Ich habe keine Erinnerung, wann sie verschwunden sind. Nur bei deutlich längeren Strecken tauchen sie gelegentlich noch einmal auf. Aber sie sind harmlos.

Die Distanz ist geblieben, aber der Streckenverlauf hat sich immer wieder verändert. Das passiert auch in einer Stadt, die 2000 Jahre alt ist. Strecke, Organisation, Zuschauerreaktionen - die ändern sich schneller als Wälder und Felder bei Läufen durch die Natur. In früheren Jahren gab es ein tolles Schlussstück: Vom Chlodwigplatz ging es zwei Kilometer immer geradeaus bis zum Dom. Im Severinsviertel und in der Hohen Straße standen Angehörige und andere Enthusiasten dichtgedrängt und peitschten uns lautstark dem Ziel entgegen. Dann stürzte das Stadtarchiv in die U-Bahn-Baugrube, seitdem gibt es eine der wichtigsten Verbindungen seit der Römerzeit in Köln nicht mehr. Ob ich es noch erlebe, dass ich dort wieder schnurgeradeaus laufen kann?

Bei der Premiere standen die Leute über die ganze Strecke verteilt. Heute gehen sie dahin, wo am meisten los ist, am liebsten stehen sie an Ecken und Kurven mit weitem Blick. Dazwischen gibt es längere stille Passagen, wo wir Läufer unter uns sind. Lange Zeit wurden Fantasiezahlen über die Menge der Zuschauer veröffentlicht. Wären die Zahlen richtig gewesen, hätten die Zuschauer beiderseits in ununterbrochenen Viererreihen stehen müssen. Das war für alle erkennbar Unsinn. Die Kölner übertreiben gerne, aber mittlerweile ist nur noch von vielen Zuschauern die Rede.
Nicht nur die Stadt rechts und links der Strecke hat sich verändert. Auch ich selber habe mich verändert.Ich bin nicht mehr aufgeregt vor dem Lauf, liege nicht mehr nachts wach. Aber es kribbelt weiterhin ein paar Tage vor dem Lauf. Und nicht selten schlafe ich nach dem Lauf unruhig, weil Körper und Geist innerlich noch vibrieren.

Der Ehrgeiz, persönliche Bestzeiten aufzustellen, hat sich verflüchtigt. Dieses Ziel habe ich viele Jahre erreicht. Bis ich einsehen musste, dass das nicht immer so weitergeht. In dem Jahr, in dem ich das lernte, war ich bis Nippes im Plan, aber auf den restlichen Kilometern büßte ich für den falschen Ehrgeiz. Ich war ganz schön gekränkt. Es hat eine Weile gedauert, bis ich merkte, welche Befreiung der Abschied von der Zeitenjagd bedeutet. Vorbei der selbstgemachte Druck, vorbei das Diktat der Uhr. "Erlebnisse zählen, nicht Ergebnisse" sagte ein alter Hase. Jetzt bin ich viel freier, Erlebnisse aufzusaugen - Erlebnisse, die ich vorher gar nicht bemerkt hätte. Heute suche ich den Kontakt zu den Mitläuferinnen und Mitläufern. Und zum Publikum! Seit die Vornamen auf den Startnummern stehen, haben viele Freude daran, uns mit Namen anzufeuern. Beim ersten Mal drehte ich mich noch irritiert um und suchte in der Menge., wer da wohl nach mir gerufen hat. Bald habe ich gelernt, am Klang der Stimme zu erkennen, wer aus Spaß meinen Namen ruft und wer mich wirklich kennt. Heute lächle ich die Rufer fröhlich an, die fast immer fröhlich zurücklächeln. Im ganzen Jahr sehe ich nicht so viele fröhliche Gesichter wie hier.

Jedes Jahr werden uns die gleichen Sprüche auf liebevoll gemalten Plakaten entgegengehalten. "Papa, du bist der Größte" und "Am Ziel wartet ein Kölsch auf dich" sind unverwüstlich. Aber es gibt auch neue Sprüche zu entdecken. Dieses Jahr etwa: "Ihr seid ja alle Deppen". Gut gefallen hat mir auch ein Kommentar bei der 25. Auflage. Alle, die zum 25. Mal dabei waren, waren an einem Jubiläumshemd zu erkennen, worauf mir zugerufen wurde: "Du kennst ja den Weg!" Stimmt, verlaufen habe ich mich noch nie.

Manchmal kommen Veränderungen sehr schnell. Dieses Jahr war plötzlich Englisch auf den handgemalten Plakaten modern. Polyglott sind die Kölner eigentlich nicht. In Köln wird gerne kölsch geredet, auch von denen, die das gar nicht gelernt haben. Für wen dann also englische Slogans? Ups, ich meinte: Sprüche.

Die Zuschauer feuern übrigens nicht die Asse an, wie es sonst üblich ist. Liebevoll werden diejenigen unter uns angefeuert, die sich erkennbar schwer tun. In ihnen können sich die Zuschauer wohl eher wiedererkennen als in den Assen.

Hatten wir einst die Wahl zwischen zwei oder drei Schuhmodellen, können wir heute ganz weit nach oben greifen. Ein zwanzigjähriger Neuling, mit dem ich plauderte, sagte, er trüge die Schuhe des Weltrekordlers. Was für diesen gut sei, müsse auch für ihn gut sein. Ich fragte ihn, ob er Weltrekord laufen wolle. Da waren schon ein paar Tausend vor uns.

Mein erstes Köln-Marathon-Hemd war noch, wie damals üblich, aus Baumwolle. Das ist angenehm auf der Haut - so lange es nicht regnet. Bei Regen sehnen wir uns nicht zu den Baumwollhemden zurück. Vom Hemd redet übrigens niemand mehr - es ist zum Shirt geworden.

Ich versuche mich zu erinnern, wie anfangs die Zeit genommen wurde. Bei kleineren Läufen haben fleißige Helfer Zeiten und Startnummern in ein Diktaphon gesprochen. Später haben Kameras geholfen, den Überblick über die Läufermassen zu behalten. Ab wann gab es den Chip am Schuh? Der kleine gelbe Chip liegt zu Hause noch in einer Schublade, hat aber schon ausgedient, kurzlebige moderne Technik.

Können sich Jüngere vorstellen, ohne Uhr zu laufen, wie wir anfänglich? Uhren brauchten wir höchstens, um die Zwischenzeiten zu nehmen. Mittlerweile haben wir einen Hochleistungscomputer am Handgelenk. Er hat so viele Funktionen, dass ich, wenn ich alle Funktionen beherrschen wollte, gar keine Zeit mehr zum Laufen hätte.

Irgendwann tauchten die ersten Handys auf. Unvergessen, wie ich einen Mitläufer im Streit mit seiner Liebsten hörte: "Lass' mich doch erst mal den Marathon zu Ende laufen!" Wie schön war das noch, als wir beim Laufen nur beim Laufen waren und nicht noch irgendwo anders auf der Welt!

Anfangs gab es noch viele Zuschauer (übrigens keine Zuschauerinnen), die uns zuriefen: "Eins - zwei - eins - zwei!" Unser Laufen erinnerte sie wohl an das Marschieren beim Militär. Das Militär ist nicht ausgestorben, wohl aber die Generation mit den zackigen Zurufen. Wir vermissen sie nicht.

Schlechte Sitten verbreiten sich leichter als gute Sitten. Dieses Jahr fiel erstmals auf, dass Radfahrer auf der Laufstrecke in Gegenrichtung flott unterwegs waren und keine Anstalten machten, Läufern den Vortritt zu lassen.

Ich dachte mal, die Läufer werden immer älter. Aber das liegt wohl daran, dass ich mit dem Älterwerden nach hinten durchgereicht wurde und heute mit anderen Grauhaarigen gemächlich laufe, während Jüngere weiter vorne unterwegs sind. Das langsamere Laufen hat Vorteile: Wir haben mehr Platz. Und mehr Luft zum Unterhalten.

Eine Zeitlang war es in meiner Umgebung populär zu laufen und einmal im Leben einen Marathon zu bewältigen. Von ihnen läuft jetzt niemand mehr. Auch ganz allgemein ließ die Marathon-Begeisterung nach, und die Teilnehmerzahlen sanken beträchtlich. Inzwischen begeistert sich die nächste Generation. Dieses Jahr waren mehrere Kinder von Bekannten erstmals dabei und am Ziel so stolz wie ich vor 27 Jahren.

Läuft die jüngere Generation anders? Selbstoptimierter? Aus Freude an der Bewegung, aus sportlichem Ehrgeiz oder im Gesamtkonzept der Lebensführung? Manchmal höre ich von den Jüngeren Weisheiten, die sie offensichtlich nicht von Läufern haben, sondern von Lifestyleratgebern. Sie klingen nicht nach eigener Erfahrung. Wie auch, wenn sie gerade erst anfangen, lange Strecken zu laufen? Ich habe ja damals auch nur das zum Besten geben können, was ich irgendwo aufgeschnappt hatte. Es dauert eine Weile, bis wir auseinanderhalten können, was eine unverbindliche Weisheit ist und was wirklich zu uns passt. Eine wichtige Erfahrung: Traue keinem Rat, der behauptet, immer richtig zu sein!

Inzwischen laufe ich gerne mit Marathonneulingen zusammen, die ich unterwegs zufällig kennenlerne. Ich kann ihnen sagen: Du bist gerade schneller geworden, willst du das wirklich? Dann kann ich helfen, das Tempo zu stabilisieren und nicht einzubrechen. Dafür habe ich im Ziel manche herzliche Umarmung bekommen. Bis dahin haben wir viel Zeit zum Austausch. Schön ist es, wenn wir merken, dass uns noch anderes verbindet als das Laufen. Manche bewegende Lebensgeschichte habe ich unterwegs schon erfahren.

Von Anfang an dabei sind die Sambagruppen. Es muss ganz schön anstrengend sein, so ausdauernd zu trommeln - ich könnte das nicht. Handgemachte Musik passt zu uns, denn auch wir bewegen uns ohne technische Hilfe. Musik aus Lautsprechern schätze ich viel weniger. Sie wird immer lauter. Kehrseite des Fortschritts!

Eine Kehrseite unseres Laufes ist der Abfall, den wir nach den Verpflegungsständen auf der Straße hinterlassen, eine ziemliche Ferkelei. Die Kehrmaschinen und die Männer der Stadtreinigung sind auch seit 27 Jahren dabei. Niemand feuert sie an, niemand bedankt sich bei ihnen. Wie ungerecht! Denn während nichts davon abhängt, ob wir laufen oder nicht, hängt viel davon ab, ob sie ihre Arbeit erledigen.

An vielen Verpflegungsständen sind die Sammelbehälter für die gebrauchten Becher immer noch am Tisch oder direkt dahinter. Hat in all den Jahren niemand den Helfern gesagt, dass wir so beim Trinken stehen bleiben und andere behindern müssen? Die Erfahrenen und die Ehrgeizigen unter uns trinken im Laufen in kleinen Schlucken und freuen sich, wenn die Sammelbehälter in gebührendem Abstand stehen. Es wird mir immer unangenehmer, meinen Becher mangels Alternativen an den Straßenrand zu werfen. In Schwaben stand ich in so einer Situation, den Blicken der Einheimischen zufolge, kurz vor dem Platzverweis.

Lange Jahre habe ich bis zum letzten Moment mit der Anmeldung gewartet aus Sorge, krank zu sein oder nicht fit genug. Inzwischen mache ich mir darüber keine Gedanken mehr und melde mich gleich am Tag nach dem Lauf wieder an.



Joachim im Jubiläumsshirt vor dem Kölner Dom. (Foto: Thorsten Brümmer)

Nix bliev wie et wor? Nein. Geblieben sind vor allem: Die Begeisterung an der Strecke, abgrundtiefe Zufriedenheit im Ziel, die Vorfreude auf das nächste Jahr, und meine Tradition im Dom eine Kerze anzuzünden aus Dankbarkeit für fortdauernde Gesundheit und Lebensfreude.

# Evi's 100. Marathon: 24. Heilbronner Trollinger Marathon

von Jürgen Klopfer

5:30 Uhr, der Wecker klingelt und ich schäle mich langsam aus meinem Bett. Nach der üblichen Morgenroutine vor einem Marathon sitze ich beim Frühstück; es gibt Brötchen mit Butter und Käse. Ich reflektiere noch einmal kurz den gestrigen Marathon. Noch vor meinem Start traf ich auf Sandra und Rene, die bereits losgelaufen waren und die ich 5 km später einholen sollte. Nach dem Start, 5 km zum Warm-up und 2 gemeinsamen Kilometern mit den beiden, versuche ich mich zu lösen und treffe 3 km später auf Claudia, die mir ein Update zu (m)einer Übernachtung im August gibt. Mein eigenes Hotel ist mehr als 2 Std. vom Veranstaltungsort entfernt und dreimal so teuer, deshalb ist Claudia's Übernachtungsmöglichkeit sehr willkommen. Der UltraTrail hat sich etwas unerwartet in meinen Laufkalender gemogelt, denn durch das Lotterieverfahren hatte ich nicht wirklich mit einem Startplatz in Chamonix gerechnet. Beim Marathon nun 3 Minuten durch Quatschen verloren, nun ziehe ich weiter und nach einem weiteren Kilometer treffe ich Georg.

Georg ist sehr diszipliniert und ich schätze seine Meinung nicht nur als Läufer. Er hat mich in den letzten Jahren hervorragend beraten und ich stelle fest, dass er in 2 Wochen auch bei der TorTour de Ruhr® startet. Zwar läuft er „nur" den Bambinilauf (100km), aber mit über 700 M / U und als Finisher des TransEuropaLaufs muss er mir nichts beweisen.

Sandra und Rene haben mittlerweile aufgeholt und wir tauschen uns weiter gemeinsam mit Georg aus, während die Marathonuhr tickt – egal. Ich entscheide mich den Lauf mit Sandra und Rene fortzusetzen und so erreiche ich meine gesetzte Marathon-Standardzeit von 4h an diesem Tag nicht. Beim Finish stehen 4:36 auf der Uhr – vielleicht habe ich ein paar Körner gespart.

Meine Gedanken wechseln zum heutigen Lauf. Ich bin als Pacer für 3:30 Std. am Start. Auch wenn ich diese Zielzeit mittlerweile ganz gut laufen kann und in Heilbronn meine PB steht, wird das heute nicht ganz einfach werden. Ein Etappenlauf im Frühjahr hat mich trainingstechnisch etwas zurückgeworfen. Dies könnte sich strategisch jedoch später im Laufjahr als gute Entscheidung erweisen, schließlich stehen noch einige lange Läufe auf dem Plan – Tempo hilft da nur bedingt, Kilometer hingegen schon. Den anderen 3:30er Pacer kenn ich nicht, ich hoffe er ist ausgeruht und hat „frische Beine". Später wird mir Eric von seiner PB vor einem Monat beim Marathon Deutsche Weinstraße am 12.04. erzählen: 2:36h – er sei noch nicht vollständig regeneriert, das wird meinerseits mit einem Lächeln quittiert.

Ich packe die letzten Sachen für Evi's 100. Marathon zusammen und denke unmittelbar und etwas sehnsüchtig an meinen eigenen 100. Marathon zurück. 2021 ging das plötzlich alles ziemlich schnell. Nach dem Finish des DeutschLandLaufs stand ich bei 95 M / U, habe dann zwar meine Liste einigermaßen zügig eingereicht, aber mich nicht um die Bestellung und Übergabe meiner Urkunde gekümmert. Von der Möglichkeit, beim Veranstalter eine besondere Startnummer zu bestellten, erfahre ich erst später. Trotz der An- und Rückfahrt mit Reinhold geht das „Jubiläum" für mein Empfinden recht unspektakulär über die Bühne. Bei diesem Event nehme ich mir vor, meine Erfahrungen an LäuferInnen weiterzugeben, die vorhaben, dem Club ebenfalls beizutreten. 3 Jahre später werde in Schwäbisch Gmünd beim Alb-Marathon zusammen mit den neuen Vereinskollegen Martin und Reinhold den 3. Platz in der Mannschaftswertung für den 100 Marathon Club holen.

Ich überlege auch, wie es dazu gekommen ist, dass ich Evi heute ihre Urkunde überreichen darf. Zum ersten Mal getroffen haben wir uns bei den Bergischen 5. Nach der kurzfristigen Erkrankung vor dem Start in Athen sollte dieser Etappenlauf im Bergischen Land für mich als Formtest dienen. In den kommenden Monaten lief Evi dann häufiger im Großraum Stuttgart und es stellte sich heraus, dass die 100 M / U bald in greifbarer Nähe rücken. Ich stelle fest, dass sie meinen Empfehlungen folgt und so schickt sie ihre Liste auch einige Wochen vor ihrem Jubiläum an den 100 Marathon Club zur

Durchsicht. Rückfragen gibt es nur wenige und die sind schnell geklärt. Frühzeitig wird Heilbronn als Jubiläum anvisiert, aus meiner Sicht eine gute Wahl, ein besonderer Landschaftslauf, der sich außerdem zeitlich gut in den Laufkalender einfügt. So beantragt Evi dann auch mit ausreichend Vorlauf ihre Urkunde, die nun vor mir auf dem Tisch liegt. Von dem Aufnäher und dem Pokal, weiss Evi noch nichts. Dafür weiss sie, dass sie heute mit der Startnummer 100 laufen wird. Heilbronn Marketing hat dann auch prompt reagiert und ein Interview mit ihrer Läuferstory veröffentlicht.

Ich verlasse das Haus und steige in die U-Bahn, um mich mit anderen Läufern zu treffen, mit denen ich nach Heilbronn fahre. Bei Abholung der Startunterlagen treffe ich kurz auf Evi, muss mich jedoch auch um meinen Job als Pacer kümmern. Nach dem gemeinsamen Pacerfoto mache ich mich auf den Weg zum Start. Wie üblich werde ich von vielen Startern begrüßt. Der Anfang läuft ganz ok, ich habe immer das Gefühl, dass ich etwas zu langsam bin. Auch die ersten Hügel gehen die meisten Läufer noch mit. Nach 21 km lichtet sich das Feld. Insbesondere die zunehmende Wärme und der gleichzeitige Anstieg auf die Weinberge macht vielen LäuferInnen zu schaffen. Ich muss mich selbst etwas anstrengen und statt LäuferInnen aus dem Feld ins Ziel zu bringen sammle ich zunehmend mehr aus den vorderen Reihen ein und bemühe mich, diese wohlbehalten über die Ziellinie zu geleiten. Eric hat beim Finish noch ca. 6 Läufer im Schlepp und ich selbst schleuse noch weitere 3 LäuferInnen in einer Nettozeit unter 3:30 h ins Stadion. Im Stadion angekommen, ist es weiterhin brüllend heiß und Evi's Tochter spricht mich an. Nach einer kurzen Verpflegung gehe ich Richtung Pacerbüro zurück, um Urkunde und Pokal zu holen. Ein anderer Läufer möchte noch eine Medaille, die Security lässt ihn jedoch nicht ins Station zurück und so hefte ich mich an seine Fersen, da er jemand von der Orga angesprochen hat. Die Dame von der Orga holt jedoch nur eine Medaille und so muss ich erneut zurück. Die Uhr tickt und Evi könnte schon einlaufen… zurück im Orga-Büro wende ich mich an den Chef und schildere ihm mein Problem – ich muss zurück ins Stadion um Urkunde, Pokal und Aufnäher zu übergeben. Er begleitet mich persönlich ins Stadion, dort finde ich heraus, dass Evi noch auf der Strecke ist - ihre Tochter und ihr Freund finde ich an der Ziellinie. Nach weiteren 30 Minuten überquert Evi die Ziellinie und ich überreiche der zufriedenen Finisherin im Namen des 100. Marathon Clubs ihre Urkunde.






Zieleinlauf von Evi in Heilbronn und Urkundenübergabe durch Jürgen (Fotos: privat)

# Freistarts für den Luxemburg Marathon 2026
von Bernd Hadeler

Martin Kühne (Cuxhaven-Altenwalde) und ich (Bernd Hadeler, aus Bremervörde-Mehedorf) kamen in den Genuss, die beiden Freistartplätze des 100 MC, für den "19. ING Night Marathon Luxembourg 2026", inklusive einer Übernachtung mit Frühstück, zu ergattern.

Am Morgen des 16. Mai 2026 ging es los. Frühmorgens gegen 6:15 Uhr trafen wir uns auf dem Pendlerparkplatz Neuenwalde, um die knapp 600 km lange Fahrt gemeinsam in Martins Pkw zurückzulegen. Um 12:30 Uhr war das Ziel erreicht und die Startnummern wurden auf dem Messegelände in Luxemburg abgeholt. Dann ging es ins nahegelene "Parc Hotel Alvisse", wo das Zimmer bezogen und etwas von der Fahrt ausgeruht wurde. Das Restaurant war bei unsererAnkunft leider gerade geschlossen, so dass man sich noch etwas aus dem Reiseproviant stärken musste. Zurück zum Start auf das Messegelände(6 km Entfernung vom Hotel) ging es dann per Linienbus. Bei der Startaufstellung trafen wir noch 100 MC Mitglied Jan Kuhlmann (Bremerhaven), welcher sich privat zum Lauf angemeldet hatte. Da der Lauf mit insgesamt 18.000 Teilnehmern ausverkauft war, war es ein ordentliches Gedränge. Kurz vor dem Start um 19 Uhr fing es dann an zu regnen, mit heftigem Wind.

Jan suchte sich einen entsorgten Regenponcho aus einer Mülltonne. Viele der recht dünn bekleideten Läufer/innen konnten einem leid tun, denn auch besser bekleidet war es wirklich nass und kalt. Vom Startschuss bis zum Überqueren der Startlinie dauerte es knapp 22 Minuten, der kalte Regen hielt sogar noch etwas länger. Man war froh, sich endlich Richtung Innenstadt warmlaufen zu können. Anfangs war es unser Ziel, uns an die 4:59h Pacer anzupassen. Doch irgendwie fühlte man sich dadurch, dass der Tag schon ziemlich lang war, schon ein wenig fertig, so dass man abreißen lassen musste und sich auch aus den Augen verlor.

Bei km 17 traf ich an der Verpflegungstation wieder auf Martin, von wo aus wir dann gemeinsam weiterliefen. Der Kurs war sehr verwinkelt und kurvenreich. Es gab auch gut ausgeleuchtete breite Straßen, aber auch dunkle Abschnitte mit Baustellen. Oft ging es an gut gelauntem Partyvolk vorbei. Die Stimmung an der Strecke war sehr gut, ständig wurde man angefeuert, auch nachdem die Halbmarathonläufer die Strecke verlassen hatten und es stiller wurde. Martin hätte sich gewünscht, etwas mehr von der Stadt zu sehen, doch der Regen und die Dunkelheit taten ihr eigenes dazu, dies zu verhindern. Der Regen war zwar schon lange vorbei, aber es wurde allmählich empfindlich kühl und die Strecke zog sich hin. Gemeinsam pushten wir uns von VP zu VP, während die Stimmung in der Stadt immer noch prima war und auch die Helfer waren sehr freundlich und feuerten die Läufer weiterhin an.

Endlich war es dann soweit, wir verließen denn Zickzack-Kurs der Stadt und es ging auf der langen Geraden vorbei am Europaparlament wieder zurück zum Messegelände. Schließlich lief ich mit Martin gemeinsam in die stimmungsvoll beleuchtete Halle ein. Unter dem Beifall der noch zahlreich Anwesenden überquerten wir die Ziellinie nach 5:24 Stunden. Als Belohnung gab es eine sehr schöne Medaille. Es wurden noch einige Fotos gemacht. Schließlich ging es dann per Taxi, dessen Fahrer nach eigener Aussage ein ehemaliger Top 10 km Läufer war (Bestzeit im höheren 27 min. Bereich) wieder zurück zum Hotel. Dort schnell noch geduscht und die Minibar genutzt. Licht aus gegen 3 Uhr und morgens dann sehr schön gefrühstückt.

Zurück auf dem Pendlerparkplatz Neuenwalde, am 17.Mai, um 18:30 Uhr.
Dann trennten sich die Wege erst einmal bis zu einem der nächsten Läufe. Alles in allem ein recht gelungener Marathonlauf mit einer schönen Stimmung. Für Martin war es Lauf Nr. 44 in 2026 und Nr. 414 gesamt. Für Bernd Nr. 26 in 2026 und Nr. 316 gesamt.






Fotos: privat

# Die Geschichte unseres Kennenlernens
von Uwe Wingerning

Dresden 2020, seinerzeit noch One-Way von Dresden nach Bad Schandau...

Zuerst sind wir uns auf der Tour nur über den Weg gelaufen, kurz vor dem Ziel dann immer öfter, saßen im gleichen Zug zurück zum Start und haben Nummern ausgetauscht. Anfangs trafen wir uns zu Lauf-Events, das gleiche Hobby verbindet eben. Im Laufe der Zeit haben wir dann längere Wanderungen und sogar eine gemeinsame Pilgerreise unternommen. Am Ende dieser einen, meiner 31. Pilgerreise, in Finisterre (Galicien) am Ende der Welt machte ich Annette einen Heiratsantrag.

Ich war im Jahr zuvor aus dem Arbeitsleben ausgeschieden, habe drei Enkeltöchter, um die ich mich vermehrt kümmern und eine Hochzeit, die geplant werden wollte. Das Leben schien so leicht...

Wir liefen noch gemeinsam den Megamarsch Nürnberg 2024. Dann, nach 128 Marathons und Ultra-Marathons, kam für mich das erste DNF. Ein weiterer Lauf wurde abgebrochen. Ich hatte keine Kraft mehr... Und dann kam die Diagnose, die alles auf den Kopf stellte! Eine Autoimmunerkrankung, mit der ich bereits seit 26 Jahren lebte, wandelte sich in eine tödlich verlaufende Erkrankung. Nach mehreren längeren Aufenthalten mit umfangreichen Untersuchungen in der MHH (Medizinische Hochschule Hannover) wurde ich am Valentinstag 2025 durch Eurotransplant auf der Liste der Organempfänger registriert.

Am fünften Jahrestag unseres Kennenlernens, am 7. März 2025, gaben wir uns am Ort unseres ersten Treffens das Ja-Wort und besiegelten somit den Bund fürs Leben. Für den Folgetag war die Teilnahme am Megamarsch Dresden 2025, der seit einigen Jahren eine Rundtour ist, gebucht. Daraus wurde leider nichts. Annette lief wie geplant und wurde durch mich nach Kräften an den einzelnen VPs unterstützt.

Ich hatte aufgrund der Erkrankung mittlerweile ungewollt 38 kg abgenommen und konnte mich nur mithilfe eines Rollators fortbewegen. Es folgten weitere Krankenhausaufenthalte, verschiedene Eingriffe und OPs, die mein Leben verlängern (alle sechs Wochen!). Es wurde viel gemacht und getan, implantiert, wieder explantiert, neue Technologien der Medizintechnik angewendet und ausprobiert. Ich begab mich voll in die Hände der mich behandelnden Ärzte, wir führten lange Gespräche mit ihnen, fragten nach, waren unbequem, lasen über Krankheit alles, was wir in die Finger bekamen...

Und ich kam wieder zu Kräften!

Während ich im vergangenen Jahr noch mit Rollator "nur" 600 Meter am Stück schaffte, trainierte ich das gesamte Jahr über hart mit Annette. So konnten wir gemeinsam den Brocken, also den mit 1142 Metern höchsten Berg Norddeutschlands, bezwingen und während weiterer Wanderungen Stempel und Kilometer auf dem Weg zum Wanderkaiser sammeln. Im Herbst folgte Annettes zweite, meine 32. Pilgerreise, vorher haben wir bereits die Buchungen für Mallorca eingetütet.

Annette sollte laufen, ich wollte sie an den VPs unterstützen. Dann sah ich die Medaille und sagte: "Ich würde mich ärgern, wenn ich diese Medaille nicht hätte!" Sie hat die Form und Größe einer Jakobsmuschel!
Mein Plan war, mich von VP zu VP durchzuhangeln. Und wer 30 km schafft, schafft auch 50 km...
Annette buchte ein Ticket für mich und wir gingen gemeinsam mit Freunden an den Start. Diese fielen aus allen Wolken, als sie hörten, dass ich die volle Distanz rocken möchte! Und wir bekamen es hin:

Schritt für Schritt, paso a paso... kleine Schritte zurück ins Leben!

Ein guter Freund hat ein Gedicht geschrieben, welches passt:

"Es geht weiter, immer weiter,
Weil es weitergehen muss..."




(Foto: Uwe Wingerning)

Danke Annette, du bist immer für mich da!

## 100. Ultramarathon im Rahmen des 100 km Megamarsch Weserbergland

von Annette Wieland

💯 km sind fordernd
💯 km sind ein Brett
💯 km wollen Meter um Meter, Kilometer um Kilometer erarbeitet werden
💯 km sind gewaltig
💯 km bringen dich dir sehr nahe
💯 km muss man verstehen (dann schafft man sie)
...und sie sind ein klein wenig wie das Leben.

Du kannst sie dir schön in kleine Teilabschnitte einteilen... wenn du zielgerichtet und im Fokus bleibst, wirst du sie auch schaffen, wieder und wieder, wenn du möchtest...

💯km/das Leben musst du vowärts leben, nicht rückwärts‼️

Einige meiner Tipps konnte ich am Samstag bei meiner 3. Teilnahme Weserbergland, meinem 12. 💯er, meinem 100. Ultramarathon und somit nach dem Finish in Rinteln mit der Aufnahme in den 100MC Deutschland, meiner lieben Marschbekanntschaft Anna Haber, unterwegs ab Kilometer 52, vermitteln.

Wir trafen aufeinander auf dem Weg zum 3. VP, sie dachte, es könne sich doch 'nur' um einen Witz auf meinem Shirt handeln... wie kann man denn 100 Marathons laufen (15 insgesamt während meiner Leichtathletik Marathonzeit in meinem frühen Leben und nun 85 Märsche unterschiedlicher Veranstalter innerhalb der letzten 6 Jahre) 😀 ich erklärte ihr, kein Witz, Fakten...

Sie fragte, ob ich schon 100er gemacht hätte, ich sagte, Ja, heute der 12.
Sie staunte, sie war auf dem Weg zu ihrem 1. Finish über diese Distanz (das wusste sie zu diesem Zeitpunkt aber noch nicht - ich schon)...sie hatte Fragen... und sie hatte Zweifel...

Ich sagte ihr, wenn es für uns beide passte, könnten wir uns zusammen durch die Nacht machen und noch weiter...

Sie analysierte... wie kann man (sie) so weit laufen… wie evtl. Tiefs überwinden... sie hätte in diesem Jahr schon zweimal 'abbrechen' müssen, Hamburg, München, sie sei weit gekommen... aber nicht ins Ziel...



Ich hörte zu, ich beantwortete Fragen, ich gab ihr Tipps... ich drehte den Spieß um, sagte ihr, dass man 💯km verstehen müsse, immer Respekt haben müsse, jedoch keine Angst, immer fokussiert bleiben muss, aber nicht verbissen, geduldig... Vorbereitung selbstverständlich. ...Manchmal auch ein wenig Leiden dazugehörte... Das alles und vor allem mentale Bereitschaft.. und dann kann das klappen...

Ich mache es kurz... bis Kilometer 78 in Hattendorf kamen noch manchmal die Zweifel, aber schon viel seltener.. und irgendwann wusste ich, jetzt glaubt sie selbst daran (auch wenn sie es tief in sich drinnen noch nicht fassen/nicht greifen konnte)... und das war sehr schön zu sehen!

Wir liefen zusammen Hand in Hand nach 24:20 Std in Rinteln auf den Marktplatz, gefeiert von meinem Mann Uwe, von Frauke und Anke, von vielen Helfern und inzwischen schon lieb gewonnenen Marschfreunden, Matthias, Kathy, Doreen, Dietmar usw durch ein eigenes gebasteltes Zielbanner, Plakate und dann noch durch den Megamarsch Zielbogen!

Was gerade so nüchtern klingt, kann ich heute, 3 Tage später immer noch nur schwer ohne Tränen, formulieren, denn es war ein perfektes, emotionales, erfolgreiches und herzliches Wochenende, das noch lange lange bei mir nachklingen wird!
Ich hatte in Anna eine perfekt 'passende' Marschbegleitung, ich freute mich ebenso wie sie, dass ich sie auf ihrem 1. Finish über 100 km begleiten und sicher ins Ziel bringen konnte. Gleichzeitig war es der perfekte Abschluss meiner 💯km Märsche! Es kann keinen besseren, perfekteren Zeitpunkt geben, ich habe alle 12 Starts gefinisht und ich bin dankbar, immer gesund angekommen zu sein! Ich habe die 100 km verstanden, ich habe alles mit mir ausgemacht was war und es sind keine Fragen mehr offen! Ab jetzt nur noch die kürzeren Distanzen!



Ich danke meinem Mann Uwe für seine Geduld, für seinen Support, für den geopferten Schlaf, denn auch er hatte ihn nicht, für die Überraschungen an diesem Wochenende, als Linda, Mathias und unsere Enkelkinder plötzlich in Rinteln aufgetaucht sind und mich um 15 Uhr mit auf die Strecke geschickt haben😍
Die Shirts für uns Erwachsenen --> niemand hat die Absicht 100 Marathons zu laufen und die Kinder -- > Oma Annette läuft heute ihren 100. Marathon 😍❤️💯🙏

Kurz vor dem Start dann die nächste Überraschung, als der Sprecher des Tourismus-Büros Rinteln in Anwesenheit der Bürgermeisterin, Frau Andrea Lange, die Übergabe der 100MC Urkunde, die Uwe mir überreichte, anmoderierte.

Danke für die freundlichen, wertschätzenden Worte! 🤩😍

Ich hatte so viele Gänsehaut-Momente am Wochenende.. das muss alles erst einmal sacken.




(Fotos: privat)

Danke an alle, die im Ziel auf mich/uns gewartet haben und dass ihr uns so gefeiert habt - das bedeutet mir sehr viel! 💚🍀❤️ das sind die Momente, die Emotionen, die bleiben - sie tragen uns...sie machen Dinge, die schwer sind, einfacher!

Danke an alle Helferinnen und Helfer, an Sanitäter an Team Megamarsch und alle in irgendeiner Form beteiligten dieses tollen Wochenendes! Ich bin immer noch geflasht - der Megamarsch Weserbergland ist der schönste, anspruchsvollste!

Danke an viele liebe Wegbegleiter, die ich über die Jahre nun schon kennenlernen durfte, und die ich mehr und mehr schätze ❤️

Danke an Anna für unsere wunderbare gemeinsame Zeit, für dein Vertrauen, für unsere Gemeinschaft, die Rücksichtnahme den Zusammenhalt.... das alles sind die Stellhebel zum Erfolg! Es war mir eine Ehre, diesen Weg mit dir zu gehen!

# Weit gekommen
von Markus Pitz

Für einen, der es früher mal verneint hat, überhaupt einen Marathon laufen zu wollen, bin ich weit gekommen. Sehr weit sogar. Als absehbar war, dass ich zur Mitte dieses Jahres die Marke von 200 Marathonläufen erreichen sollte, begann ich nach dem passenden Event Ausschau zu halten. Fündig wurde ich beim Burginsellauf in Delmenhorst. Um auf Nummer sicher zu gehen, ist ein 24-Stundenlauf sicher nicht die schlechteste Alternative, denn so viel Zeit hatte ich für einen Marathon noch nie. Als Zugabe durfte ich an der Deutschen Meisterschaft teilnehmen, ein Bonus den ich gerne mitgenommen habe. Zudem hielt die Veranstalterin auf Nachfrage auch noch die Startnummer 200 frei. Damit war alles für das Jubiläum vorzüglich bereitet.

Na ja, fast alles, denn das Wetter konnte ich nicht beeinflussen, so dass mein Lauf mit dem heißesten Wochenende, das Deutschland jemals erlebt hat, zusammenfiel. In der Spitze 41,7 Grad. Verschiedene Veranstaltungen haben deshalb zu Recht die Segel gestrichen bzw. die Königsdisziplin ausfallen lassen. Den Teilnehmern an einem 24-Stundenlauf traut man zu, ihre Zeit verantwortungsvoll einzuteilen und gesund ihre Kilometer abzuspulen. Zu Recht, denn von Notarzteinsätzen ist mir nichts bekannt. Schon die Anfahrt am Morgen gibt einen Vorgeschmack, was mich in den kommenden Stunden erwarten soll.
Begleitet werde ich von meiner besseren Hälfte, Silke, die sorgsam darauf achtet, dass ich unweit der Strecke ein Plätzchen für meinen Klappstuhl finde, der durchgehend im Schatten sein wird. Nach Abholung der Startnummer begrüßt mich Melanie, mit der ich das Rennen gemeinsam aufnehmen darf.



Pünktlich um 12 Uhr werden wir auf den Rundkurs von etwa 1,3 Kilometern geschickt. Nach der ersten Kurve verabschiedet sich Silke erst einmal, um im Hotelzimmer Kühlung zu finden. Langsam joggend teste ich den Schatten und die Wegstücke in der prallen Sonne. Laufend geht das nur 3 Runden gut, dann zolle ich den Bedingungen den ersten Tribut. Melanie will ich nicht aufhalten und lasse sie nach vorne entschwinden. Meine Taktik für die nächsten Runden besteht darin, die sonnigen Abschnitte zum Joggen zu nutzen, um im Schatten wieder Kraft zu tanken. Das hilft mir bis Runde 9 ehe ich einsehe, dass der stramme Schritt das Mittel ist, die kommenden Stunden gesund zu überstehen. Thomas stellt sich kurz als Dringenberger aus Bad Driburg vor. Anschließend treffe ich treffe auf Karin und Ruth, denen ich mich anschließe und so in den kommenden Stunden kurzweilige Runden genieße. Lauferlebnisse gibt es genug auszutauschen. Melanie überrundet uns immer wieder. Die Schatten wandern mit dem Sonnenstand. Silke schaut kurz vorbei. Dann erfolgt die Planung des angebotenen Abendessens. Wir lassen uns noch ein paar Runden Zeit und haben so keine Schlange an der Ausgabe. Ich entscheide mich für den leicht verdaulichen Milchreis mit roter Grütze. Schnell habe ich aufgegessen und verabschiede mich von meinen Begleiterinnen.

Ich setze zum Endspurt für die Marathondistanz an. Zwei Runden später habe ich sie überschritten. Mit dem entsprechenden Fähnchen in der Hand warte ich im Ziel auf Silke, um mit ihr das Jubiläum zu genießen. Zwischenzeitlich lasse ich mich von Melanie beglückwünschen und mit ihr ablichten. Ihr Fähnchen weist schon 50 zurück gelegte Kilometer aus, was ich mit Bewunderung registriere.




Die Temperatur sinkt langsam und als Silke mich beglückwünscht hat, begleitet sie mich auf ein paar Metern. Ob es nicht schon reiche fragt sie mich und eine Mitläuferin. Die wirbt natürlich für dranbleiben, was ich auch beabsichtigte. Nachdem Silke mich weiter meine Runden ziehen lässt, hält sie anschließend noch einige Runden als Zuschauerin aus. Dann verabschiedet sich zur Nachtruhe und ich freue mich über angenehme Lauftemperaturen.
Auch wenn ich ohne auskommen könnte, nutze ich, wie bisher auch, nach jeder Runde die Möglichkeit zu duschen und mich mit einem Schwamm abzukühlen. Optisch eingefangen bin ich dabei sogar

im Bericht vom NDR, wie ich später feststelle. Die Vorsichtsmaßnahme ist so gut, dass ich sie bis zum Ende meines Laufes beibehalte. Die Abkühlung kombiniere ich regelmäßig mit den dauerhaft angebotenen Speisen und Getränken. Die Auswahl sorgt für Abwechslung. Mittlerweile dämmert es und die Nacht bricht herein. Im Start- und Zielbereich unterhält eine Band. Bei „City of New Orleans“ stimme ich gerne mit ein. Bunte Lichter strahlen in die Bäume und den Himmel. Ich beginne zu spekulieren, ob ich meine Stirnlampe heute nutzen muss oder ohne auskomme. Der Veranstalter hat verschiedene Streckenabschnitte ausgeleuchtet und ein Zuschauer erhellt die Strecke mit einem beleuchteten Fahrrad. Ich schaffe es deshalb ohne.



(Fotos: privat)

Ich schließe mal wieder zu Ruth auf, nehme weitere Runden mit ihr gemeinsam unter die Füße und auch Melanie überholt des Öfteren. So geht es angenehm durch die Nacht. Ein leichter Wind kommt auf und der angekündigte Regen bringt die ersten Tropfen. Nach einem kurzen Schauer mit Unterschlupf im Ersthelferzelt mache ich mich allein auf die nächste Runde. An ihrem Ruheplatz sammle ich Melanie ein. Optimistisch gehe ich davon aus, dass wir von weiteren Wetterkapriolen verschont bleiben. Leider hilft dieser Optimismus knapp zwei Runden später nicht mehr, denn aufgrund eines aufkommenden Gewitters wird der Wettkampf unterbrochen und wir in der nahegelegenen Turnhalle untergebracht. Gegen 3 Uhr ist damit erst einmal Pause angesagt, die ich zu einem Nickerchen nutze. Die Entwarnung erfolgt nach knapp 2 Stunden und eine weitere halbe Stunde später werden wir um 5:30 Uhr am Start erneut auf die Strecke gelassen.
Melanie ist so frisch, dass ich sie wieder ziehen lasse. Mein Ehrgeiz reicht nur noch zum Marschieren mit kürzen Laufeinlagen. Dies gelingt mir recht gut, denn die Runden des kommenden Halbmarathons lege ich relativ regelmäßig in einer knappen 1/4-Stunde zurück. Auch wenn die Sonne sich so früh am Morgen schon wieder nachhaltig in Erinnerung bringt, schaffe ich so bis etwa 9:30 Uhr mehr als 100 Kilometer und habe damit meinen bisher längsten Lauf geschafft. Damit ist mein Ehrgeiz für heute erloschen und ich beende meinen Wettkampf. Habe jetzt noch etwas Zeit, um mir eine Wadenmassage verpassen zu lassen. Schwere Beine werde ich in den kommenden Tagen deshalb nicht mehr haben.

Nach der wohlverdienten Dusche bewundere ich gemeinsam mit Silke die Läuferinnen und Läufer, die bis zum Schluss durchhalten. Ruth, die mit ihrem strammen Schritt meine Leistung locker toppen wird, und natürlich Melanie, die immer noch leichtfüßig ihre Kreise zieht. Die Markierung für die Restmeter hat sie sogar eine Runde zu früh gegriffen. Dann schrillt das angekündigte Signal und der Wettkampf ist beendet. Gemeinsam mit Thomas und Silke überbrücken wir die Wartezeit auf meine Ehrung mit einem alkoholfreien Weizen. Mit der Übergabe der Urkunde durch Melanie endet mein perfektes Jubiläum. Weit gekommen bin ich heute in jeder Hinsicht und freue mich auf weitere Läufe und Zähler.

# Erste Profisaison mit 73 Jahren
von Marcel Heinig

43 Sekunden.
Mehr Luft war nicht mehr gewesen.
Als KLaus Neumann 2025 zum 29. Mal beim Comrades Marathon ins Ziel kam, zeigte die Uhr 11:59:17 Stunden. Wäre sie auf 12 Stunden gesprungen, hätte es keine Medaille und auch kein 29. Finish gegeben - und vor allem wäre sein großer Traum wieder in vielleicht unerreichbare Ferne gerückt.
Denn eines wollte KLaus unbedingt noch schaffen: die Triple Green Number - und das als zweiter internationaler Läufer überhaupt.
Sie wird beim Comrades für 30 erfolgreiche Finishes vergeben. Sein erstes hatte KLaus bereits 1993 geschafft. Nun fehlte ihm nur noch ein einziges.
Doch ausgerechnet dieses letzte schien nahezu unmöglich.
Denn diesmal führte der Comrades als Up Run von Durban nach Pietermaritzburg: knapp 86 Kilometer bergauf ins Landesinnere und über die berüchtigten Anstiege des Rennens. Und genau dieser Up Run war für KLaus bereits 2024 zur größten sportlichen Niederlage seines Lebens geworden.
Damals war er noch frische 71 Jahre alt. Doch selbst das hatte nicht gereicht. KLaus verpasste einen Zwischen-Cut-off und wurde aus dem Rennen genommen.
Sein erstes DNF.
Nach rekordverdächtigen 1.297 erfolgreichen Zieleinläufen: 674 Marathons und 623 Ultramarathons. Selbst zwei Spartathlons, eine nur unter Betäubung erträgliche Plantarfasziitis und mehrere Rippenbrüche ganz ohne Betäubung ließen seine Serie nicht reißen.
Dabei hatte er sich sein ganzes Läuferleben lang eisern an ein einfaches Motto gehalten:
„Finish or die.“
Aufgeben war in seiner Welt nicht vorgesehen. Und auf die Frage, ob der Comrades 2024 schlimmer gewesen sei als jedes andere sportliche Scheitern, antwortet er so trocken, wie man es von ihm erwarten darf:
„Es war das einzige Scheitern bisher.“
Besonders diskret verlief dieses erste DNF allerdings nicht. Kameras begleiteten seinen Abbruch, die Bilder wurden landesweit gezeigt. Wenn KLaus schon zum ersten Mal in seinem Leben einen Wettkampf nicht beendete, konnte immerhin ein großer Teil Südafrikas dabei zusehen.
Ein Trost war das nicht.
Für seine vielen Freunde war es allerdings ein Segen, dass sein Lebensmotto an diesem Tag nicht wörtlich in Erfüllung ging.
Ein Jahr später kehrte KLaus zurück und rettete sein 29. Finish mit jenen 43 Sekunden Vorsprung, die für einen ehemaligen Fluglotsen eine bemerkenswerte Punktlandung darstellten - und mehr Nervenkitzel bedeuteten, als er während seiner gesamten Berufskarriere erlebt hatte.
Wie viele Läufer nach KLaus noch ins Ziel kamen und damit noch länger zittern mussten, wäre eine geeignete Millionenfrage bei „Wer wird Millionär?“.
Die überraschende Antwort: 70.
Sie komplettierten hinter KLaus die Ergebnisliste mit insgesamt 18.212 Finishern.
Doch nun wartete erneut der Up Run auf ihn.
Früher wäre das für KLaus sogar eine gute Nachricht gewesen. Er war stets lieber bergauf als bergab gelaufen. Doch mit zunehmendem Alter hatten sich seine Stärken verschoben. Inzwischen kam ihm der Down Run entgegen, während ihm die langen Anstiege immer größere Schwierigkeiten bereiteten.

Und genau dort sollte KLaus 2026 das 30. Finish schaffen.

**Ein Seitensprung mit Hintertürchen**

Seit seinem ersten Start im Jahr 1993 hatte KLaus 29 von 31 ausgetragenen Comrades erfolgreich beendet. Die beiden fehlenden Medaillen erzählten vollkommen unterschiedliche Geschichten.
2024 war er gegen seinen Willen am Up Run gescheitert.
2009 hatte er freiwillig verzichtet.
Damals ging KLaus, wie er selbst sagt, das einzige Mal in seinem Läuferleben fremd. Statt beim Comrades zu starten, nahm er am Trans Europe Footrace teil: mehr als 4.487,7 Kilometer vom süditalienischen Bari bis zum Nordkap.
Es musste schon ein ganzer Kontinent sein, um ihn vom Comrades fernzuhalten.
Ganz ohne Hintertürchen wollte KLaus sich trotzdem nicht auf den Weg machen. Falls er den Transkontinentallauf vorzeitig hätte abbrechen müssen, hatte er sich vorsichtshalber auch einen Comrades-Startplatz gesichert.
„Nichts wäre schlimmer gewesen, als plötzlich Zeit zu haben und nicht beim Comrades starten zu dürfen, weil ich keinen Startplatz hatte."
Plan B wurde nicht gebraucht.
KLaus erreichte das Nordkap. Sein Comrades-Startplatz verfiel.
Ein vergleichsweise kleiner Preis für das Finish eines Transkontinentallaufs, den nur sehr wenige Menschen auf der Welt bestritten haben.

**Der erste Deutsche**

Wie außergewöhnlich das angestrebte 30. Finish war, zeigt ein Blick in die Statistik. Selbst heute haben nur etwas mehr als 230 Menschen den Comrades mindestens 30-mal innerhalb des Zeitlimits beendet. Fast alle von ihnen stammen aus Südafrika.
Das liegt nicht einfach daran, dass Läufer aus anderen Ländern jahrzehntelang zu reisefaul waren.
Während der Apartheid war Südafrika international weitgehend vom Sport isoliert. Der weltweite Boykott erschwerte regelmäßige Starts ausländischer Athleten über viele Jahre. Sie konnten deshalb nicht wie südafrikanische Läufer über Jahrzehnte hinweg Jahr für Jahr weitere Comrades-Medaillen sammeln.
Erst Anfang der 1990er-Jahre öffnete sich das Rennen wieder dauerhaft einem größeren internationalen Teilnehmerfeld.
1993 absolvierte KLaus seinen ersten Comrades.
Seitdem sammelte er allein für seine Reisen zu diesem einen Rennen rund 280.000 Flugkilometer und über 200 Hotelübernachtungen. Das entspricht fast sieben Erdumrundungen und insgesamt rund neun Monaten auf Reisen.
Der Schotte John Sneddon hatte als erster internationaler Läufer die Triple Green Number erreicht.
Sollte KLaus sein 30. Finish schaffen, wäre er der zweite - und der erste Deutsche.
Doch dafür würde seine jahrzehntelange Erfahrung allein nicht mehr genügen.
Die Antwort war ebenso einfach wie radikal: KLaus durfte sich nicht mehr wie ein routinierter Vielstarter vorbereiten. Er musste trainieren wie ein Profi.
Ausgerechnet mit 73 Jahren begann seine erste Profisaison.

**Weniger Marathon, mehr Training**

Den Grundstein hatte KLaus bereits im Februar 2025 gelegt. Beim Laufcamp der Zeitschrift Runner's World im portugiesischen Monte Gordo erstellte ihm die frühere Spitzenläuferin Sonja von Opel einen Trainingsplan für den Comrades. Für seinen entscheidenden Versuch schrieb KLaus diesen Plan fort und begann am 1. Januar 2026 mit der Vorbereitung.
Von nun an lief er nicht mehr einfach möglichst viel, sondern konsequent nach Plan. Rund 70 Kilometer pro Woche. Dazu kam gezieltes Krafttraining, vor allem für die Beinmuskulatur.
Ein Trainer pushte ihn, wenn eine harte Einheit anstand. Mindestens ebenso wichtig war jedoch, dass der Trainingsplan ihn bremste, wenn Regeneration vorgesehen war.
Gerade das fiel KLaus schwer.

Wer wie er im 100 Marathon Club zu Hause ist, betrachtet einen Marathon am Wochenende schließlich nicht als außergewöhnliche Belastung. Über viele Jahre hatten Wettkämpfe zu seinem normalen Wochenendprogramm gehört.
Nun musste er weniger davon laufen.
Die verbliebenen Marathons wurden gezielt als lange Trainingseinheiten in den Plan eingebaut. Stand eine Pause an, machte KLaus tatsächlich Pause.
Ein halbes Jahr lang stellte er alles andere in seinem Leben hinten an.
Wirklich alles.
In Spitzenzeiten ging er sogar bis zu dreimal pro Woche zur Physiotherapie. Er absolvierte sein Krafttraining und hielt selbst die vorgeschriebenen Erholungsphasen konsequent ein.
Manchmal bestand professionelles Training für ihn ausgerechnet darin, nicht zu laufen.
Nur mit einem Bestandteil professioneller Vorbereitung konnte er sich nie anfreunden: dem Dehnen.
Das hatte seinen Ursprung ganz am Anfang seiner Laufkarriere. Bei einem Laufseminar von Herbert Steffny führte dieser den Teilnehmern verschiedene Dehnübungen vor. Charly Doll, damals Weltmeister über 100 Kilometer, stand währenddessen unbeteiligt daneben.
KLaus fragte ihn, warum er nicht mitdehnte.
„Ich laufe lieber zehn Minuten länger.“
Wenn man ohne Dehnen Weltmeister über 100 Kilometer werden konnte, brauchte KLaus es schließlich auch nicht. Also lief auch er lieber zehn Minuten länger.
Jahrzehnte später wirkt diese Entscheidung fast wie eine selbsterfüllende Prophezeiung. Inzwischen hat ihm sein Physiotherapeut das Dehnen strengstens untersagt. Bei KLaus sei alles derart verkürzt, dass die Gefahr einer Zerrung oder sogar eines Risses viel zu groß sei.
Die Fortschritte ließen sich trotzdem messen. KLaus lief einen Halbmarathon in 2:13 Stunden und einen für ihn lockeren Marathon in 4:54 Stunden. Vor allem seine Beinmuskulatur wurde kräftiger - und zwar nicht nur gefühlt, sondern sichtbar.
Lediglich sein Freund, der Medizinprofessor Beat Knechtle, erkannte noch weiteres Verbesserungspotenzial.
Seine sportwissenschaftliche Analyse fiel ausgesprochen knapp aus:
„Du bist zu fett.“
KLaus nahm die Kritik ernst. Innerhalb von fünf Wochen verlor er rund drei Kilogramm.
Die Methode war zum Glück weniger kompliziert als sein Trainingsplan.
FDH.
Friss die Hälfte.
Und so knurrte abends im Bett nicht selten sein Magen.

**Ein kleines Medizinstudium**

Auch seine Ernährung vor und während des Comrades überließ KLaus nicht mehr dem Zufall.
Vor dem Rennen aß er so gezielt, dass er unterwegs möglichst kein großes Geschäft verrichten musste. Wenn beim letzten Finish nur 43 Sekunden zwischen Medaille und DNF gelegen hatten, konnte selbst ein Toilettengang das gesamte Vorhaben gefährden.
Um wirklich jede Überraschung auszuschließen, verpasste sich KLaus am Vortag sogar einen Einlauf.
Noch komplizierter war die Kontrolle seines Blutzuckers. Denn der war unter einer solchen Extrembelastung nur schwer berechenbar.
KLaus ist Diabetiker. Selbst mit guten Werten läuft er beim Comrades an seiner persönlichen Leistungsgrenze. Viel Spielraum bleibt ihm nicht.
Fällt sein Blutzucker während des Rennens deutlich ab, verliert er nicht nur etwas Energie. Bereits eine kurze Schwächephase kann so viel Zeit kosten, dass das Zwölf-Stunden-Limit nicht mehr zu erreichen ist.
Dann wäre er raus.
Der Blutzucker durfte deshalb gar nicht erst einbrechen.

Wie schwer die Reaktion seines Körpers unter extremer Belastung vorherzusagen war, hatte KLaus beim Up Run 2024 erlebt. Entgegen seinen Erwartungen war sein Blutzucker damals nicht gesunken, sondern gestiegen.
Hinzu kam der psychische Druck. KLaus wusste, dass ungünstige Werte sein großes Ziel gefährden konnten. Doch gerade diese Sorge erzeugte Stress - und Stress beeinflusst wiederum den Blutzuckerspiegel.
KLaus musste also nicht nur laufen, essen und seine Werte kontrollieren.
Er musste dabei möglichst ruhig bleiben.
Als er vor mehr als zehn Jahren die Diabetesdiagnose erhalten hatte, setzte er sich theoretisch und praktisch intensiv mit der Krankheit auseinander. Deshalb wusste er genau, wo noch Optimierungspotenzial bestand.
Für den Comrades 2026 kaufte er sich eine zweite Laufuhr, auf der er während des Rennens fortlaufend die Messwerte seines Sensors ablesen konnte. Abhängig vom angezeigten Wert trank er an den Verpflegungspunkten ein oder zwei Schlucke Coca-Cola. Dazu kamen unregelmäßig ein isotonisches Getränk und gelegentlich gekochte Kartoffeln.
Wann brauchte er Zucker? Wie viel vertrug er? Wie reagierte sein Körper nach sechs, acht oder zehn Stunden Belastung? Und wie ließen sich größere Schwankungen verhindern?
Allein mit diesem Thema beschäftigte sich KLaus in den vergangenen zehn Jahren so intensiv, dass er über die Reaktion seines eigenen Blutzuckers unter Extrembelastung vermutlich mehr wusste als die meisten Ärzte.

**Der entscheidende Up Run**

Am Renntag zahlte sich die monatelange Arbeit zunächst aus.
KLaus' Blutzucker schwankte nur geringfügig. Auch sein Vorsprung auf die jeweiligen Zwischen-Cut-offs wurde im Rennverlauf nicht kleiner, sondern immer größer.
Ob es unterwegs trotzdem einen Moment gegeben habe, in dem er fürchtete, erneut aus dem Rennen genommen zu werden?
„Nein, so denke ich nicht.“
Etwa bei Kilometer 70 wurde es dennoch kritisch.
KLaus bekam Krämpfe. Zu diesem Zeitpunkt lagen bereits mehr als eineinhalb Marathons hinter ihm, die letzten schweren Anstiege des Up Runs jedoch noch vor ihm.
Er lief weiter.
Und vertraute darauf, dass seine Geheimwaffe es zur Not irgendwie richten würde: Er hatte sich nicht nur wie ein Profi vorbereitet, sondern trug auch Carbon-Hightech-Treter wie die Profis an den Füßen.
Kurz vor Polly Shortts, dem letzten großen Anstieg der Strecke, wusste KLaus schließlich, dass die Triple Green Number möglich war.
Diesmal musste er nicht bis zur letzten Sekunde rechnen und hoffen. Auf den letzten Kilometern konnte er sein Tempo sogar etwas reduzieren. Nach einem halben Jahr strenger Vorbereitung und fast einem ganzen Tag voller Konzentration blieb ihm noch genügend Zeit, mit den Zuschauern am Straßenrand zu interagieren.
Als KLaus das Ziel in Pietermaritzburg erreichte, empfand er vor allem eines:
Erleichterung.
Keinen dramatischen Zusammenbruch. Keinen großen Filmmonolog. Vor allem Erleichterung darüber, dass seine Vorbereitung genau zu dem Ergebnis geführt hatte, für das er monatelang alles andere hinten angestellt hatte.
Und Freude darüber, endlich sein normales Leben zurückzuhaben.
Beim vorherigen Comrades hatten ihn nur 43 Sekunden vor dem DNF bewahrt.
Diesmal lagen mehr als 13 Minuten zwischen ihm und dem Zwölf-Stunden-Limit.
30 Comrades-Finishes.
Triple Green Number.
Die grüne 8272 trug KLaus bereits seit seinem zehnten Finish als permanente Startnummer. Äußerlich änderte die Triple Green Number also wenig.

Was sie bedeutete, wusste in Südafrika trotzdem jeder.
Gerade südafrikanische Läufer und Zuschauer begegneten KLaus' 30. Finish mit enormer Anerkennung. Denn in Südafrika ist man nach dem Comrades womöglich noch verrückter als in Deutschland nach Fußball.
Die Menschen dort lassen sich scheinbar nur in zwei Gruppen einteilen: diejenigen, die den Comrades bereits gelaufen sind, und diejenigen, die es noch vorhaben.
Bis zum Zielschluss wartete KLaus noch auf die letzten Finisher. Wohl kaum jemand konnte besser nachempfinden, was sie in diesen Minuten durchmachten - auch jene, die erst nach 12:00:00 Stunden eintrafen und deshalb keine Medaille mehr bekamen.




**Nach dem großen Ziel** (Foto: Kauffoto)

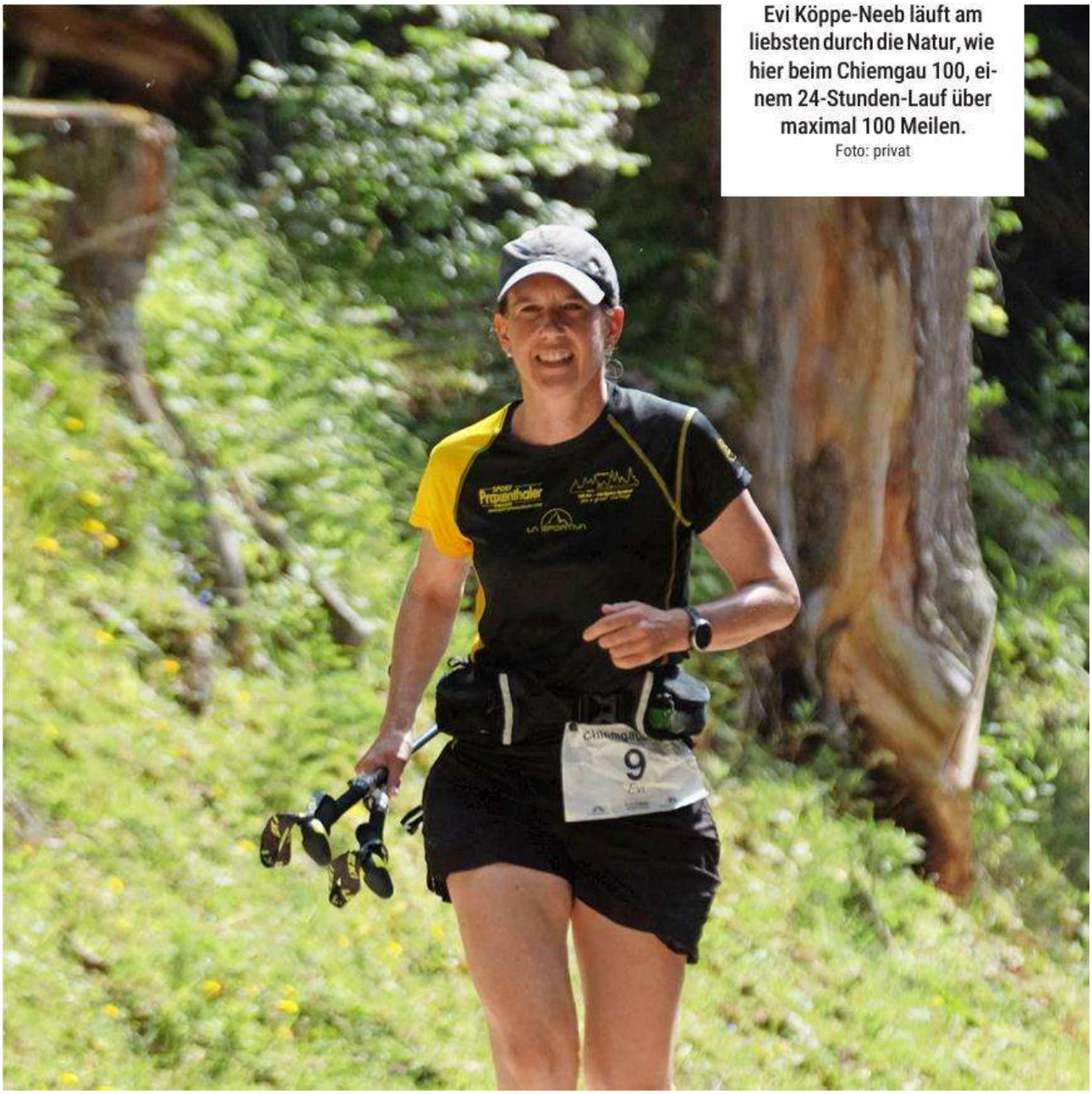
Ans Aufhören denkt KLaus ohnehin nicht.
2027 will er selbstverständlich wieder beim Comrades starten. Dann wird das traditionsreiche Rennen zum 100. Mal ausgetragen.
Ohne den Druck der Triple Green Number wird es trotzdem kein gemütlicher Ehrenlauf. KLaus wird noch einmal ein Jahr älter sein. Und schon diesmal waren lediglich dreizehn von 18.212 Finishern älter als er.
Ganz gerecht wird diese Zahl seiner Leistung ohnehin nicht. Alterskorrigiert entspricht seine Laufzeit bärenstarken 8:22:09 Stunden.
Nur bringt ihm das beim Comrades weder Bonusminuten noch Geschenke.
Das Zwölf-Stunden-Limit gilt für alle.
Seine Freunde hoffen unterdessen, dass sie selbst noch laufen können, wenn sie einmal KLaus' Alter erreichen.
Und KLaus?
Der geht nach seiner ersten Profisaison nicht in den sportlichen Ruhestand.
Vielleicht kommt es ja irgendwann doch noch zu einer vorsichtigen Annäherung ans Dehnen - gemeinsam mit seinem Physiotherapeuten.
Und wenn nicht, wird auch das nichts ändern:
KLaus ist Lebensläufer.

# Aus den Medien

## Erlangerin absolviert beim Trolli ihren 100. Marathon

Evi Köppe-Neeb erreicht bei ihrer Premieren-Teilnahme in Heilbronn gleich einen außergewöhnlichen Meilenstein – Aufnahme in 100er Club

Die Stimme Heilbronn am 10.05.2026 von Stephan Sonntag



Evi Köppe-Neeb läuft am liebsten durch die Natur, wie hier beim Chiemgau 100, einem 24-Stunden-Lauf über maximal 100 Meilen.
Foto: privat

HEILBRONN Es ist ein elitärer Club, der Stand Ende Januar 2026 gerade einmal 519 Mitglieder zählt. Die Aufnahmevoraussetzungen sind auch nicht ohne: Nur wer nachweislich 100 Marathons absolviert hat, wird in den 100 Marathon Club Deutschland aufgenommen. Auf dem Laufkonto von Evi Köppe-Neeb stehen aktuell 99. Ihren 100. wird die 52-Jährige am 10. Mai beim Trolli in Heilbronn absolvieren. „Das habe ich zwar nicht von langer Hand geplant, aber ich freue mich, dass es jetzt so kommt“, sagt Köppe-Neeb im

Gespräch mit der *Stimme*.

**Spätstarterin in Sachen Lauftraining**

Wer jetzt denkt, die Erlangerin hat früh mit dem Langstreckenlauf begonnen, muss sich eines Besseren belehren lassen. Es ist gerade ein mal zwei Jahre her, dass die Diplom Psychologin beim Rennsteiglauf ihren 50. Marathon absolviert hat. Der erste Lauf über die legendären 42,195 Kilometer datiert aus dem Jahr 2015 in ihrer Heimatstadt Frankfurt.

**„Ich laufe natürlich nicht permanent auf Bestzeit.“**
Evi Köppe-Neeb

So richtig vom Lauffieber gepackt wurde Köppe-Neeb ab 2014 in der Laufgruppe des TV 1848 Erlangen. „Da lernte ich Läufer kennen, die gerade für einen Marathon trainierten. Das hat mich sehr beeindruckt, und ich habe begonnen, systematisch über die Teilnahme bei Halbmarathons zum Marathon aufzutrainieren“, erklärt die 100er Club-Anwärterin.

Schnell ging sie sogar über die Marathon-Distanz hinaus, absolvierte bereits drei Mal den Karwendellauf über 52 Kilometer bei 2281 Höhenmetern und war auch schon beim Mauerweglauf über 161 Kilometer entlang des ehemaligen Grenzstreifens in Berlin dabei. Erst im April bewältigte sie den Jurasteig Nonstop Ultratrail über 104 Kilometer unter den besten zehn Frauen. „Ich laufe mit großer Freude. Gerade wegen meiner beruflichen Tätigkeit in der Onkologie ist mir stets der unschätzbare Wert der Gesundheit im Bewusstsein. Dies verschafft mir noch mehr Wertschätzung hinsichtlich meiner Möglichkeit, den Sport ausüben zu können“, sagt Köppe-Neeb. Ihr fester Trainingsrhythmus, den sie das ganze Jahr bei praktisch jedem Wetter durchzieht, ist die Basis für diese enormen Ausdauerleistungen. „Ich mache zudem regelmäßig Übungen für die Mobilität, gezieltes Krafttraining und fahre auf Alltagsstrecken mit dem Fahrrad. Das Lauftraining passe ich jeweils an meinen Gesamtzustand an und reguliere so entsprechend das Pensum. Zudem ernähre ich mich gesund in Anlehnung an die mediterrane Kost“, erklärt Köppe-Neeb wie es ihr gelingt, mehr als 20 Marathons im Jahr körperlich zu bewältigen. „Ich laufe natürlich auch nicht permanent auf Bestzeit, sondern oft einfach nach Gefühl, nach der Maßgabe, die mir mein Körper vorgibt.“ Deutschlandlauf ist das Jahres-Highlight Am liebsten ist die Vielläuferin in der Natur unterwegs. Das war ein Grund dafür, sich erstmals für den Trollinger Marathon anzumelden. „Ich habe gehört, dass der Trollinger ein sehr schöner Landschaftslauf sein soll, den ich zudem im Rahmen einer Tagestour von Erlangen aus bewältigen kann.“ Aufgrund des Jubiläums wird er sicher in ihre Liste der besonderen Läufe Einzug halten.

**„Das Lauftraining passe ich jeweils an meinen Gesamtzustand an.“**
Evi Köppe-Neeb

Der Deutschlandlauf im Sommer über 20 Etappen von der Insel Sylt bis zur Zugspitze ist allerdings das Glanzlicht in ihrer Jahresplanung. Evi Köppe-Neebs Tipp an alle Marathon-Anfänger ist simpel: „Aus einem eigenen Antrieb heraus die Freude am Laufen finden.“

**INFO Tipps für Kurzentschlossene**

Für fünf Laufstrecken ist die Online Startplatzbörse nach wie vor geöffnet. Wer also kurzentschlossen am Sonntag noch für den Marathon, den Halbmarathon oder die Zehn-Kilometer-Streckemelden möchte, besitzt noch die Möglichkeit. Gleiches gilt für den Bambini Lauf sowie den Kinder- und Jugendlauf über 1,5 Kilometer, die beide bereits am Samstag stattfinden.

# Zwei Läufer, fast 2000 Marathons

Weltweit gibt es nur 19 Menschen, die mehr Marathons und Ultraläufe absolviert haben als der Stuttgarter Klaus Neumann. Auch Michael Weber kann einen Rekord vorweisen.
Stuttgarter Zeitung am 29.06.2026 von Thomas Faltin



Klaus Neumann (links) hat schon 1390 Marathons und Ultraläufe in den Beinen, Michael Weber 460 - dafür liegt Weber in einer anderen Statistik vorne. Foto: © Faltin

**STUTTGART** Die Zahl wirkt zunächst seltsam nichtssagend: 1390 Marathons und Ultraläufe ist der Stuttgarter Klaus Neumann schon gerannt in seinem Leben, bei Michael Weber sind es 460. Ja und? Nur wer selbst schon einmal einen längeren Lauf angegangen ist, kann erahnen, welche Strapazen und Schmerzen sich hinter dieser Ziffer verbergen und welche tatsächlich unglaubliche Leistung dies darstellt. Wenn die Oberschenkel brennen, schreit der ganze Körper irgendwann: Bleib endlich stehen! Das Rezept, wie man es trotzdem bis ins Ziel schafft, formuliert Klaus Neumann so: „Je länger die Strecke, um so mehr ist der Kopf entscheidend." Man müsse den Schmerz mental überwinden, bis er aufgibt und verschwindet.

Erst am Vortag ist Klaus Neumann aus Südafrika zurückgekehrt - zum 30. Mal hat er dort am 90 Kilometer langen Comrades-Run teilgenommen, dem ältesten und teilnehmerstärksten Ultralauf der Welt. Knapp zwölf Stunden war er unterwegs, und diese Performance wird noch unvorstellbarer, wenn man weiß, dass Neumann Diabetes hat. Eine spezielle Uhr zeigt ihm permanent den Blutzuckerspiegel an, und wenn dieser zu stark sinkt, trinkt Neumann eine kleine Flasche Coca-Cola. Demnächst wird er 74 Jahre alt, und nur 21 der 22.000 Läufer waren älter als er.

**Michael Weber ist schon in der Antarktis gelaufen**

Auch Michael Weber ist laufverrückt, das darf man sagen, ohne despektierlich zu sein. Er war laufend schon auf allen sieben Kontinenten, also auch in der Antarktis. Wegen angeblich zu schlechten Wetters ließen die Veranstalter die Teilnehmer aber

damals nicht von Bord - die Läufer absolvierten den Marathon deshalb auf dem Oberdeck, jede Runde war exakt 106 Meter lang. Marathons in 50 verschiedenen Ländern hat Weber schon gesammelt, darunter auch auf den Osterinseln oder in Kathmandu.

Kilometer-Lauf in Biel. Der Titel ist Programm: „Irgendwann musst du nach Biel".

Für Klaus Neumann und Michael Weber ist Werner Sonntag eine Art Ziehvater und ein großes Vorbild gewesen - längst haben sie ihn aber überholt in der Zahl der Läufe.




Der Gedenkmarathon für Werner Sonntag an diesem Montag war geprägt von der Hitze – man sei viel gegangen, teilte Michael Weber (2.v.re.). mit. Foto: privat

Jüngst gehörte die Bühne oder besser: die Straße, aber einem dritten Läufer: Zum Gedenken an Werner Sonntag, der am 22. Juni 100 Jahre alt geworden wäre, haben die beiden einen Privat-Marathon in Ostfildern organisiert; wegen der Hitze sind sie schon sehr früh am Morgen aufgebrochen. Die 14 Kilometer lange Strecke wird drei Mal umrundet, drei Mal laufen sie dabei am ehemaligen Wohnhaus Sonntags vorbei.

Nur den Älteren und Laufbegeisterten wird Werner Sonntag (1926-2021) noch etwas sagen. Er war ein Pionier des Ultralaufs, er gründete in Stuttgart einen der ersten Lauftreffs in Deutschland, er hob mit anderen den legendären 100-Marathon-Club aus der Taufe (siehe Infobox), und er hat als Redakteur, übrigens lange Zeit angestellt bei der Stuttgarter Zeitung, viele Artikel und Bücher über das Laufen geschrieben. Ein Klassiker ist sein Buch über den 100-

Mit Rekorden und Superlativen können beide aufwarten, beide könnten abendelang abenteuerliche Geschichten aus aller Welt erzählen.

Einmal hat der ehemalige Fluglotse Klaus Neumann drei Marathons in 24 Stunden geschafft. Am Nachmittag lief er in Bad Waldsee, hetzte anschließend mit dem Auto nach Nürnberg, nahm dort an einem Nachtmarathon teil, schlief zwei Stunden, fuhr nach Regensburg und rannte dort am Morgen bei einem Marathon nochmals mit.

Aber was sagt es eigentlich über einen Menschen, wenn man nur dessen Bestmarken aufzählt? Von Süditalien ans Nordkap gelaufen, 4500 Kilometer. Der Badwater-Lauf durchs Death Valley bei 50 Grad, 217 Kilometer am Stück. Oder der Baikal Ice Marathon über den zugefrorenen Baikalsee mit Chillfaktor minus 32 Grad, lächerliche 42 Kilometer. Aussagekräftig wird es erst, wenn

Klaus Neumann betont, dass für ihn nicht die Ergebnisse, sondern die Erlebnisse zählen. Und dass das Laufen ihn als Mensch verändert habe: „Es hat mir Disziplin und Durchsetzungsvermögen geschenkt - das hat mir in vielen Lebenslagen geholfen.“

Das Alter fordert allerdings selbst bei jemanden, der eine solche Zähigkeit wie Klaus Neumann an den Tag legt, seinen Tribut. Auf den Comrades Marathon habe er sich ein halbes Jahr vorbereiten müssen, sagt er, und während er früher einen Marathon in 3:30 Stunden gelaufen sei und anschließend noch Gartenarbeit gemacht habe, müsse er mittlerweile bei Zeiten zwischen fünf und sechs Stunden aufpassen, dass ihn nicht der Besenwagen am Ende der Strecke einholt, und trotzdem sei er platt. Jetzt bedürfe alles der Planung: „So hirnlos wie früher gehe ich nicht mehr an den Start.“

Bei Michael Weber, der früher in der IT gearbeitet hat, ist das Laufleben etwas anders verlaufen. Der heute 67-Jährige hat mit 31 Jahren zu laufen begonnen, weil er übergewichtig war. 20 Jahre lang spurtete er dann durch die ganze Welt. Doch seit 2010 pflegte er zuerst seine Mutter und jetzt eine weitere Person, so dass sein Radius deutlich kleiner geworden ist.

Aber bereits vor 17 Jahren hat er begonnen, an den Fünf-Kilometer-Läufen der weltweiten Parkrun-Bewegung teilzunehmen. Seither ist er jeden Tag, also wirklich jeden Tag, mindestens fünf Kilometer gelaufen. Vor kurzem musste er sich einer Operation im Katharinenhospital unterziehen; selbst an diesem Tag hat er seine Runden auf dem Klinikgelände gedreht. Warum er das tut? „Ich will nicht, dass die Serie reißt“, lacht Michael Weber - er halte schließlich den Weltrekord der längsten ununterbrochenen Laufsequenz.

Und Michael Weber hat noch etwas geschafft: Er hat den Marathon nach Stuttgart gebracht. Während die jährlichen Marathons in Berlin, Hamburg oder München riesige Events sind, ist es Stuttgart nie gelungen, einen großen Marathonlauf zu etablieren. Michael Weber bietet einen kleinen Ersatz: Immer am ersten Sonntag im März findet ein Marathon entlang des Neckars mit Start am Max-Eyth-See statt; bis zu 250 Menschen nehmen daran teil.

Die Strecke dieses Neckarufer-Marathons ist im Netz einsehbar: Wer also seinen ersten Marathon unbemerkt von der Öffentlichkeit laufen will, kann dort jederzeit beginnen. Dann wird er auch spüren, wie weit und wie lang der Weg ist zu den 460 oder gar zu den 1390 Läufen von Michael Weber und Klaus Neumann.

## Der 100-Marathon-Club

### Der Verein

Der 100-Marathon-Club Deutschland mit Sitz in Hamburg hat ungefähr 500 Mitglieder. Voraussetzung für die Aufnahme ist, dass man annähernd 100 Marathons oder Ultraläufe vorweisen kann. Klaus Neumann erzählt, er sei schon angesprochen worden, als er erst 80 Läufe hatte. Michael Weber ist im erweiterten Vorstand des Clubs.

### Die Rekordhalter

Auf der weltweiten Marathonliste führt ein Deutscher, der Arzt Christian Hottas (Jahrgang 1956) mit 3386 Läufen (Daten zum 31. Dezember 2025). Schon auf Platz drei kommt die erste Frau, ebenfalls eine Deutsche, nämlich die Ingenieurin Sigrid Eichner (Jahrgang 1940) mit 2245 Läufen. Klaus Neumann steht auf Platz 20, Michael Weber auf Platz 450.

# Personalien

## Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

722 **Stephan Meins** aus Bad Oldeslohe
723 **Giovanni Pierandrea** aus Rom (ITA)
724 **Tino Lingnau** aus Solingen
725 **Annette Wieland** aus Gaggenau
726 A **Kirsten Eisele** aus Ahrenviölfeld
727 **Sven Mähr** aus Wangerooge
728 **Volker Slomka** aus Bad Hindelang
729 A **Anne Schäffer** aus Essen

## Geburtstage

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

**Christian Hottas** aus Hamburg feierte im Mai seinen **70.** Geburtstag.
**Gerd Junker** aus Wallenhorst feierte im Mai seinen **70.** Geburtstag.
**Andreas Bremer** aus Witten feierte im Juni seinen **70.** Geburtstag.
**Michael Menzhausen** aus Bielefeld feierte im August seinen **70.** Geburtstag.

**Wolfgang Ratsch** aus Walsrode feierte im Mai seinen **75.** Geburtstag.
**Wojcieck Piotr Mehl** aus Stockelsdorf feierte im Juni seinen **75.** Geburtstag.

**Helmut Datzmann** aus Roth feierte im Mai seinen **80.** Geburtstag.
**Michele Rizzitelli** aus Barletta (ITA) feierte im Juni seinen **80.** Geburtstag.
**Klaus Felser** aus Bellheim feierte im August seinen **80.** Geburtstag.

**Horst Jendrasch** aus Kelkheim feierte im August seinen **90.** Geburtstag.

## Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

**100 Marathons/Ultras** (Vollmitgliedschaft)
**Dr. Utz Meyer-Reim** (Hamburg) am 26.04.26 beim Hamburg Marathon.
**Sven Mähr** (Wangerooge) am 04.06.26 beim Rhododendronpark Marathon in Bremen.
**Annette Wieland** (Gaggenau) am 13.06.26 beim Megamarsch Weserbergland (siehe Bericht in diesem Heft).

**200 Marathons/Ultras**
**Ilka Büsing** (Bremen) und **Nico Swart** (Groningen: NED) am 13.06.26 beim 100 Meilen Lauf in Sint Annen (NED).

**200 Marathons/Ultras**
**Markus Pitz** (Bad Driburg) am 27.06.26 beim Burginsellauf in Delmenhorst (siehe Bericht in diesem Heft).
**Christoph Wurm** (Marsberg) am 02.07.26 beim Ultra Hamburg West.
**Lars Koppmann** (Leopoldshöhe) am 18.07.26 beim Warendorf Ultra Marathon.
**Carsten Koczor** (Kreuztal) am 02.08.26 beim 24h Lauf van Halen in Lotte/Halen.

**250 Marathons/Ultras**
**Carsten Nuhn** (Bremen) am 23.08.26 beim Lankenauer Höft Marathon in Bremen.

**300 Marathons/Ultras**
**Stephan Barz** (Neu Wulmstorf) am 25.05.26 beim Scharlbarg Sandbek Marathon.
**Jürgen Reuter** (Lebach) am 20.06.26 beim Wandermarathon Wachenheim.
**Dr. Jan Kuhlmann** (Geestland) am 04.07.26 beim Run for Fun 14.0 im Saterland.
**Joachim Risch** (Köln) am 29.08.26 beim Panoramalauf rund um die Burg Are in Altenahr.

**400 Marathons/Ultras**
**Jens-Peter Wrage** (Bad Oldesloe) beim Beer Lovers Marathon in Liège (BEL).
**Arne Franck** (Kaltenkirchen) am 29.08.26 beim Königsbrücken Marathon in Schmalfeld.

**500 Marathons/Ultras**
**Anja Reddert** (Bergisch Gladbach) am 07.06.26 beim Wildschwein-Marathon in Köln.
**Hans Würl** (Rödinghausen) am 18.07.26 beim Reinkenort-Ultra-Marathon in Bünde.
**Annette Bruns** (Bad Dürkheim) am 07.08.26 beim Sternschnuppen-Marathon in Albig.

**600 Marathons/Ultras**
**Werner Britz** (Aurich) am 29.07.26 beim Hannes-Fleßner-Marathon in Aurich.
**Dieter Merker** (Hamburg) am 29.08.26 beim Megamarsch Berlin bei Nacht 2026.

**750 Marathons/Ultras**
**Dr. Volkmar Henke** (Rheine) am 25.07.26 beim Freeden-Ultramarathon in Bad Iburg.

**800 Marathons/Ultras**
**Giuliano Gennari** (Terni, ITA) am 24.04.26 beim Percorso di San Martino di Terni (ITA).
**Uwe Laig** (Lengerich) am 23.08.26 auf der 2. Etappe des Ahornweg Ultra in Lienen.

**900 Marathons/Ultras**
**Prof. Dr. Claudia Cavaleiro** (Viersen) am 14.06.26 beim Himmelswegelauf in Nebra.

**1000 Marathons/Ultras**
**Winfried Böttjer** (Bremen) am 11.07.26 beim Bürgerpark und Stadtwald Marathon in Bremen.
**Prof. Dr. Wolfgang Gieler** (Bad Neuenahr) am 23.08.26 beim Sao Paulo Marathon (BRA).

**1100 Marathons/Ultras**
**Mario Sagasser** (Henstedt-Ulzburg) am 09.08.26 beim Leinenhochzeitsmarathon in Henstedt-Ulzburg.

**1300 Marathons/Ultras**
**Klaus-Peter Ulmschneider** (Ostfildern) am 20.06.26 beim Ville-Marathon in Erftstadt.

**1400 Marathons/Ultras**
**Ingo Kloss** (Bremen) bereits am 27.09.25 auf der Rosengarten Runde Marathon in Bremen.

**1500 Marathons/Ultras**
**Ingo Kloss** (Bremen) am 11.06.26 beim Bremer Metalhenge Höhenmeter Marathon.

**1600 Marathons/Ultras**
**Dietrich Eberle** (Seevetal) am 30.05.26 beim Individual-Marathon in Bad Bramstedt.

**2000 Marathons/Ultras**
**Vito Piero Ancora** (San Vito dei Normani, ITA) am 04.04.26 beim Percorso di San Martino di Terni (ITA).

# 100MC Deutschland, 1. Halbjahr 2026, Rangliste

erstellt von Jörg Chittka

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | | Vito Piero | Ancora | San Vito dei Normanni | 1953 | ITA | 127 | | 54 | 12 | 66 |
| 1 | 1 | | Martin | Kühne | Cuxhaven | 1968 | GER | 572 | | 59 | 7 | 66 |
| 3 | 3 | | Ingo | Kloss | Bremen | 1970 | GER | 513 | | 44 | 20 | 64 |
| 4 | 4 | | Ralf | Dembeck | Geestland | 1970 | GER | 518 | | 37 | 25 | 62 |
| 5 | | 1 | Carolina | Agabiti | Montecastrilli | 1963 | ITA | 637 | | 59 | 2 | 61 |
| 6 | 5 | | Giuliano | Gennari | Terni | 1949 | ITA | 638 | | 56 | 2 | 58 |
| 7 | 6 | | Uwe | Laig | Lengerich | 1957 | GER | 432 | | 24 | 30 | 54 |
| 8 | 7 | | Wolfgang | Gieler Prof. Dr. | Bad Neuenahr | 1960 | GER | 389 | | 49 | 4 | 53 |
| 9 | 8 | | Gerd | Junker | Wallenhorst | 1956 | GER | 323 | | 28 | 23 | 51 |
| 10 | 9 | | Pater Tobias | Breer | Duisburg | 1963 | GER | 534 | | 44 | 6 | 50 |
| 11 | 10 | | Bernd | Neumann | Vellmar | 1951 | GER | 345 | | 43 | 4 | 47 |
| 12 | 11 | | Bennie | De Vries | Stadskanaal | 1965 | NED | 466 | | 37 | 6 | 43 |
| 13 | 12 | | Manfred | Steckel | Köln | 1955 | GER | 385 | | 40 | 2 | 42 |
| 14 | 13 | | Winfried | Böttjer | Bremen | 1956 | GER | 358 | | 38 | 3 | 41 |
| 14 | 13 | | Burkhard | Lachmann | Wehretal | 1962 | GER | 604 | | 28 | 13 | 41 |
| 14 | | 2 | Rabea | Reinhold | Nordstrand | 1991 | GER | 626 | | 34 | 7 | 41 |
| 14 | | 2 | Jessica | Wagner | Kropp | 1983 | GER | 678 | | 19 | 22 | 41 |
| 18 | | 4 | **Melanie** | **Ruppenthal** | **Grebenstein** | **1994** | **GER** | **719** | **N** | 26 | 14 | 40 |
| 19 | 15 | | Jürgen | Haschen | Kassel | 1962 | GER | 331 | | 28 | 11 | 39 |
| 20 | 16 | | Christoph | Holzapfel | Stuttgart | 1961 | GER | 612 | | 18 | 20 | 38 |
| 21 | | 5 | Sylke | Kuhn | Kassel | 1971 | GER | 422 | | 31 | 6 | 37 |
| 21 | 17 | | Burkhard | Löher | Wedel | 1959 | GER | 409 | | 32 | 5 | 37 |
| 21 | 17 | | Mike | Wingerning | Bothel | 1973 | GER | 695 | | 19 | 18 | 37 |
| 24 | | 6 | Dorota | Hinz | Eckernförde | 1971 | GER | 486 | | 22 | 14 | 36 |
| 25 | 19 | | Jürgen | Klopfer | Stuttgart | 1978 | GER | 578 | | 15 | 20 | 35 |
| 26 | | 7 | Jana | Bieler | Berlin | 1979 | GER | 501 | | 20 | 14 | 34 |
| 26 | 20 | | Michael | Bieler | Berlin | 1978 | GER | 502 | | 20 | 14 | 34 |
| 26 | 20 | | Helmut | Braun | Bielefeld | 1951 | GER | 192 | | 34 | 0 | 34 |
| 26 | 20 | | **Benjamin** | **Hoogstraat** | **Ihlow** | **1989** | **GER** | **717** | **N** | 19 | 15 | 34 |
| 26 | 20 | | Sebastian | Krampe | Warendorf | 1984 | GER | 662 | | 14 | 20 | 34 |
| 26 | 20 | | Ralf | Loeber | Bornheim | 1977 | GER | 414 | | 33 | 1 | 34 |
| 26 | | 8 | Katrin | Neugebauer | Stadthagen | 1986 | GER | 531 | | 18 | 16 | 34 |
| 33 | 25 | | Bernd | Hadeler | Bremervörde | 1967 | GER | 619 | | 22 | 11 | 33 |
| 34 | | 9 | Cornelia | Feurich | Hamburg | 1955 | GER | 458 | | 28 | 4 | 32 |
| 34 | 26 | | Michael | Kiene | Northeim | 1971 | GER | 308 | | 12 | 20 | 32 |
| 34 | 26 | | Jan | Kuhlmann Dr. | Geestland | 1969 | GER | 582 | | 14 | 18 | 32 |
| 34 | 26 | | Ettore | Pavirani | Cesenatico | 1952 | ITA | 691 | | 29 | 3 | 32 |
| 38 | 29 | | Frank | Danger | Hamburg | 1964 | GER | 521 | | 25 | 6 | 31 |
| 38 | | 10 | Gabriele | Eisele | Kropp | 1963 | GER | 354 | | 13 | 18 | 31 |
| 38 | 29 | | Jürgen | Reuter | Lebach | 1966 | GER | 487 | | 20 | 11 | 31 |
| 38 | 29 | | Mario | Sagasser | Henstedt-Ulzburg | 1965 | GER | 172 | | 28 | 3 | 31 |
| 42 | 32 | | Ulrich | Heitfeldt | Hohenhameln | 1957 | GER | 440 | | 22 | 8 | 30 |
| 43 | | 11 | **Kirsten** | **Eisele** | **Ahrenvidfeld** | **1986** | **GER** | **726** | **N/A** | 22 | 7 | 29 |
| 43 | 33 | | Volkmar | Henke Dr. | Rheine | 1944 | GER | 17 | | 14 | 15 | 29 |
| 43 | 33 | | Carsten | Nuhn | Bremen | 1968 | GER | 623 | | 15 | 14 | 29 |
| 46 | | 12 | Inka | Barz | Neu Wulmstorf | 1971 | GER | 532 | | 20 | 8 | 28 |
| 46 | 35 | | Stephan | Barz | Neu Wulmstorf | 1965 | GER | 571 | | 24 | 4 | 28 |
| 48 | 36 | | Werner | Britz | Aurich | 1945 | GER | 226 | | 21 | 6 | 27 |
| 48 | 36 | | Thorsten | Habedank | Warburg | 1973 | GER | 569 | | 24 | 3 | 27 |
| 48 | 36 | | Martin | Törber | Hamburg | 1975 | GER | 485 | | 27 | 0 | 27 |
| 48 | 36 | | Klaus-Peter | Ulmschneider | Ostfildern | 1962 | GER | 202 | | 21 | 6 | 27 |
| 52 | 40 | | Marcello | Arena | Rom | 1957 | ITA | 680 | | 23 | 3 | 26 |
| 52 | | 13 | Madeleine | Hamburger | Rostock | 1963 | GER | 538 | | 14 | 12 | 26 |
| 52 | | 13 | Tanya | Ostapenko | Landolfshausen | 1984 | USA | 491 | | 4 | 22 | 26 |
| 52 | | 13 | Anja | Reddert | Bergisch Gladbach | 1975 | GER | 542 | | 21 | 5 | 26 |
| 52 | 40 | | Sven | Sonnenberg | Hemmingstedt | 1967 | GER | 656 | | 22 | 4 | 26 |
| 52 | 40 | | Thorsten | Stohldreier | Hamburg | 1971 | GER | 390 | | 14 | 12 | 26 |
| 58 | 43 | | Alexander | Grosser | Bassum | 1977 | GER | 601 | | 15 | 10 | 25 |
| 58 | 43 | | Christoph | Wenzel Dr. | Dortmund | 1960 | GER | 44 | | 18 | 7 | 25 |
| 60 | 45 | | Björn | Bünermann | Kirchlengern | 1981 | GER | 692 | | 21 | 3 | 24 |
| 60 | | 16 | **Evi** | **Köppe** | **Erlangen** | **1973** | **GER** | **721** | **N** | 10 | 14 | 24 |
| 60 | | 16 | Manuela | Lange | Borgentreich | 1965 | GER | 698 | | 22 | 2 | 24 |
| 60 | 45 | | Jörg | Lüdtke | Hamburg | 1965 | GER | 559 | | 22 | 2 | 24 |
| 64 | 47 | | Frank | Tabbert | Aurich | 1965 | GER | 711 | | 16 | 7 | 23 |
| 64 | 47 | | Michael | Turzynski | Hannover | 1968 | GER | 10 | | 18 | 5 | 23 |
| 66 | 49 | | Detlef | Korioth | Bad Salzuflen | 1948 | GER | 546 | | 5 | 17 | 22 |
| 66 | | 18 | Christiane | Küttner | Köln | 1967 | GER | 654 | | 9 | 13 | 22 |
| 66 | 48 | | Stefan | Schulz | Osnabrück | 1967 | GER | 710 | | 4 | 18 | 22 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 69 | 51 | | Andreas | Bremer | Witten | 1956 | GER | 468 | | 21 | 0 | 21 |
| 69 | 51 | | Dirk | Kahlmeyer | Wallenhorst | 1966 | GER | 577 | | 13 | 8 | 21 |
| 69 | 51 | | Lars | Koppmann | Leopoldshöhe | 1969 | GER | 629 | | 10 | 11 | 21 |
| 69 | 51 | | **Sven** | **Mähr** | **Wangerooge** | **1979** | **GER** | | **N** | 19 | 2 | 21 |
| 69 | 51 | | Thorsten | Schulte | Quickborn | 1982 | GER | 431 | | 12 | 9 | 21 |
| 74 | 56 | | Peter | Martin | Bad Hersfeld | 1965 | GER | 523 | | 7 | 13 | 20 |
| 74 | 56 | | Martin | Traeder | Hamburg | 1990 | GER | 307 | | 18 | 2 | 20 |
| 74 | | 19 | **Gisela** | **Vorstermanns** | **Kempen** | **1961** | **GER** | **718** | **N** | 8 | 12 | 20 |
| 74 | 56 | | Johan | Wander | Nagele | 1960 | NED | 648 | | 6 | 14 | 20 |
| 78 | 59 | | Mirko | Leffler | Suhl | 1970 | GER | 338 | | 12 | 7 | 19 |
| 78 | 59 | | Klaus | Neumann | Stuttgart | 1952 | GER | 53 | | 16 | 3 | 19 |
| 78 | 59 | | Klaus | Neumeister | Gladenbach | 1959 | GER | 13 | | 18 | 1 | 19 |
| 81 | 62 | | Steve | Dolezych | Obernholz | 1983 | GER | 482 | | 12 | 6 | 18 |
| 81 | 62 | | Alexander | Hahn | Lensahn | 1970 | GER | 524 | | 14 | 4 | 18 |
| 81 | 62 | | Wojciech Piotr | Mehl | Stockelsdorf | 1951 | GER | 450 | | 18 | 0 | 18 |
| 81 | | 20 | Irina | Meyer | Osnabrück | 1970 | GER | 585 | | 8 | 10 | 18 |
| 81 | | 20 | Martina | Pahmeyer | Bünde | 1967 | GER | 587 | | 9 | 9 | 18 |
| 81 | 62 | | Andreas | Pluta | Lotte | 1981 | GER | 599 | | 8 | 10 | 18 |
| 81 | 62 | | Reinhold | Schwalb | Antrifttal | 1963 | GER | 712 | | 12 | 6 | 18 |
| 81 | 62 | | Thomas | Weissinger | Emden | 1966 | GER | 708 | | 16 | 2 | 18 |
| 89 | 68 | | Davor | Bendin | Kiel | 1971 | GER | 151 | | 3 | 14 | 17 |
| 89 | | 22 | Iris | Lenhard | Sulzbach | 1966 | GER | 686 | | 17 | 0 | 17 |
| 89 | 68 | | Klaus | Mantel | Fellbach | 1963 | GER | 480 | | 7 | 10 | 17 |
| 89 | | 22 | Doris | Sagasser | Henstedt-Ulzburg | 1968 | GER | 171 | E | 17 | 0 | 17 |
| 89 | | 22 | Monika | Tegge-Walderstein | Norderstedt | 1968 | GER | 477 | | 14 | 3 | 17 |
| 89 | 68 | | Axel | Zachau | Viersen | 1974 | GER | 558 | | 14 | 3 | 17 |
| 95 | 71 | | **Martin** | **Friz** | **Oppenweiler** | **1963** | **GER** | **716** | **N** | 2 | 14 | 16 |
| 95 | 71 | | **Dirk** | **Micheel** | **Lübz** | **1981** | **GER** | **720** | **N** | 12 | 4 | 16 |
| 95 | 71 | | **Giovanni** | **Pierandrea** | **Rom** | **1973** | **ITA** | **723** | **N** | 5 | 11 | 16 |
| 95 | 71 | | Jobst | von Palombini | Bückeburg | 1969 | GER | 29 | | 16 | 0 | 16 |
| 99 | 75 | | Sven | Benkelberg | Achim | 1984 | GER | 701 | | 9 | 6 | 15 |
| 99 | 75 | | Friedrich | Helle | Lage | 1964 | GER | 655 | | 1 | 14 | 15 |
| 99 | 75 | | Joachim | Kortyka | Speyer | 1955 | GER | 287 | | 2 | 13 | 15 |
| 99 | 75 | | Dirk | Theisges Dr. | Hemer | 1965 | GER | 636 | | 11 | 4 | 15 |
| 99 | | 25 | Rosemarie | von Kocemba | Kiel | 1944 | GER | 118 | | 15 | 0 | 15 |
| 104 | 79 | | Detlef | Klatt | Leverkusen | 1966 | GER | 439 | | 12 | 2 | 14 |
| 104 | 79 | | Ben | Mol | Almere | 1949 | NED | 37 | | 14 | 0 | 14 |
| 104 | 79 | | Karl | Roch | Oberhausen | 1963 | GER | 470 | | 4 | 10 | 14 |
| 104 | | 26 | Vera | Thomas | Bad Rappenau | 1960 | GER | 675 | | 11 | 3 | 14 |
| 108 | | 27 | Rita | Brämer | Itzehoe | 1963 | GER | 310 | | 12 | 1 | 13 |
| 108 | 81 | | **Stephan** | **Meins** | **Bad Oldesloe** | **1969** | **GER** | **722** | **N** | 13 | 0 | 13 |
| 108 | 81 | | Dirk | Nolte | Hannover | 1982 | GER | 449 | | 12 | 1 | 13 |
| 111 | 84 | | Jürgen | Bultmann | Asendorf | 1961 | GER | 438 | | 10 | 2 | 12 |
| 111 | 84 | | Dietrich | Eberle | Seevetal | 1951 | GER | 103 | | 12 | 0 | 12 |
| 111 | 84 | | Alexander | Henschel | Lindewerra | 1990 | GER | 550 | | 3 | 9 | 12 |
| 111 | | 28 | Sara | Kortyka | Speyer | 1991 | GER | 351 | | 1 | 11 | 12 |
| 111 | 84 | | Peter | Kummer | Hamburg | 1953 | GER | 329 | | 9 | 3 | 12 |
| 111 | 84 | | Dieter | Merker | Hamburg | 1966 | GER | 60 | | 11 | 1 | 12 |
| 111 | 84 | | Udo | Pitsch | Wehringen | 1953 | GER | 642 | | 11 | 1 | 12 |
| 111 | 84 | | Thomas | Radzuweit | Hamburg | 1965 | GER | 124 | | 9 | 3 | 12 |
| 111 | 84 | | Antonio | Salvatore | Campobasso (CB) | 1954 | ITA | 653 | | 12 | 0 | 12 |
| 111 | 84 | | Dieter | Schaab | Augsburg | 1973 | GER | 628 | | 9 | 3 | 12 |
| 111 | 84 | | Ulrich | Schäfermeier | Borchen | 1966 | GER | 645 | | 9 | 3 | 12 |
| 122 | 94 | | Benedikt | Brockmann | Borgholzhausen | 1980 | GER | 682 | | 5 | 6 | 11 |
| 122 | 94 | | Martin | Eitel | Vaihingen an der Ems | 1991 | GER | 667 | | 10 | 1 | 11 |
| 122 | 94 | | Stefan | Hantscher | Suhl-Heinrichs | 1970 | GER | 492 | | 6 | 5 | 11 |
| 122 | 94 | | Christian | Hottas | Hamburg | 1956 | GER | 1 | | 11 | 0 | 11 |
| 122 | 94 | | Frank | Jungclaus | Wedemark | 1969 | GER | 413 | | 6 | 5 | 11 |
| 122 | 94 | | Günter | Petri | Berlin | 1957 | GER | 597 | | 10 | 1 | 11 |
| 122 | 94 | | Kai | Pluschkat | Bad Fallingbostel | 1974 | GER | 659 | | 8 | 3 | 11 |
| 122 | 94 | | Volker | Schmitz | Elmshorn | 1972 | GER | 620 | | 10 | 1 | 11 |
| 122 | | 29 | Melanie | Schulte | Wolfhagen | 1979 | GER | 664 | | 7 | 4 | 11 |
| 131 | | 30 | Annamaria | Di Felice | Roma | 1957 | ITA | 643 | | 8 | 2 | 10 |
| 131 | | 30 | Sigrid | Eichner | Berlin | 1940 | GER | 4 | E | 6 | 4 | 10 |
| 131 | 102 | | Thomas | Godlewsky | Saarbrücken | 1964 | GER | 603 | | 10 | 0 | 10 |
| 131 | 102 | | Thorsten | Grandt | Munkbrarup | 1980 | GER | 663 | | 3 | 7 | 10 |
| 131 | 102 | | Frank | Lorenzen | Flensburg | 1973 | GER | 608 | | 7 | 3 | 10 |
| 131 | 102 | | Michael | Scheele | Essen | 1976 | GER | 602 | | 6 | 4 | 10 |
| 137 | 106 | | Michael | Blumenroth | Frankfurt/Main | 1964 | GER | 403 | | 8 | 1 | 9 |
| 137 | | 32 | Ruth | Jäger | Rodgau | 1952 | GER | 651 | | 4 | 5 | 9 |
| 137 | 106 | | Thomas | Redeker | Bielefeld | 1968 | GER | 690 | | 6 | 3 | 9 |
| 137 | 106 | | Wolfgang | Schulz | Barsinghausen | 1968 | GER | 511 | | 4 | 5 | 9 |
| 137 | 106 | | Friedhelm | Tappe | Osnabrück | 1957 | GER | 687 | | 7 | 2 | 9 |
| 137 | 106 | | Hans | Würl | Rödinghausen | 1961 | GER | 320 | | 5 | 4 | 9 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 143 | 111 | | Jörg | Chittka Dr. | Wietze | 1964 | GER | 451 | | 8 | 0 | 8 |
| 143 | 111 | | Dieter Max | Elster | Bochum | 1956 | GER | 476 | | 8 | 0 | 8 |
| 143 | 111 | | Wolfgang | Gickler Dr. | Lahnstein | 1959 | GER | 490 | | 8 | 0 | 8 |
| 143 | 111 | | René | Huber | Ostrhauderfehn | 1966 | GER | 517 | | 5 | 3 | 8 |
| 143 | 111 | | Carsten | Koczor | Kreuztal | 1972 | GER | 496 | | 4 | 4 | 8 |
| 143 | | 33 | Sabine | Kühl | Alveslohe | 1968 | GER | 471 | | 8 | 0 | 8 |
| 143 | 111 | | **Tino** | **Lingnau** | **Solingen** | **1986** | **GER** | **724** | **N** | 6 | 2 | 8 |
| 143 | 111 | | Gerhard | Loger | Oldenburg | 1959 | GER | 378 | | 6 | 2 | 8 |
| 143 | | 33 | Petra | Niemeyer | Frankfurt/Main | 1970 | GER | 635 | | 7 | 1 | 8 |
| 143 | 111 | | Andreas | Riedel | Roßleben | 1976 | GER | 472 | | 5 | 3 | 8 |
| 143 | 111 | | Lars | Schläger | Bünde | 1984 | GER | 388 | | 4 | 4 | 8 |
| 143 | 111 | | Franz | Schwengler | Nürnberg | 1963 | GER | 74 | | 8 | 0 | 8 |
| 143 | 111 | | Manfred | Späth | Sersheim | 1961 | GER | 660 | | 4 | 4 | 8 |
| 143 | 111 | | Andreas | Treiber | Heidelberg | 1960 | GER | 530 | | 1 | 7 | 8 |
| 143 | | 33 | **Annette** | **Wieland** | **Gaggenau** | **1968** | **GER** | **725** | **N** | 6 | 2 | 8 |
| 143 | | 33 | Michaela | Wiemers | Hövelhof | 1979 | GER | 633 | | 6 | 2 | 8 |
| 159 | 123 | | Wolfgang | Bernath | Waldbreitbach | 1959 | GER | 395 | | 7 | 0 | 7 |
| 159 | 123 | | Stefan | Bicher | Berlin | 1982 | GER | 276 | | 4 | 3 | 7 |
| 159 | | 37 | Herta | de Buhr | Neukamperfehn | 1960 | GER | 657 | | 6 | 1 | 7 |
| 159 | 123 | | Volker | Dörr | Harthausen | 1957 | GER | 574 | | 0 | 7 | 7 |
| 159 | | 37 | Birgit | Fender | Rutesheim | 1963 | GER | 335 | | 4 | 3 | 7 |
| 159 | | 37 | Angela | Gargano | Barletta | 1961 | ITA | 115 | | 4 | 3 | 7 |
| 159 | 123 | | Rolf | Graubner | Hamburg | 1955 | GER | 375 | | 4 | 3 | 7 |
| 159 | 123 | | Uwe | Klinger | Sindelfingen | 1969 | GER | 508 | | 7 | 0 | 7 |
| 159 | 123 | | Tobias | Knaack | Hamburg | 1975 | GER | 590 | | 5 | 2 | 7 |
| 159 | 123 | | Karsten | Krause | Düsseldorf | 1972 | GER | 547 | | 6 | 1 | 7 |
| 159 | 123 | | Thomas | Pielke | Hamburg | 1963 | GER | 361 | | 7 | 0 | 7 |
| 159 | 123 | | Markus | Pitz | Bad Driburg | 1969 | GER | 406 | | 6 | 1 | 7 |
| 159 | 123 | | Joachim | Risch | Köln | 1955 | GER | 360 | | 6 | 1 | 7 |
| 159 | 123 | | Gerd | Schremmer | Plauen | 1956 | GER | 363 | | 6 | 1 | 7 |
| 159 | 123 | | Ralf | Sweers | Emden | 1963 | GER | 425 | | 7 | 0 | 7 |
| 174 | 135 | | Arne | Franck | Kaltenkirchen | 1962 | GER | 175 | | 6 | 0 | 6 |
| 174 | 135 | | Torsten | Hirschberger | Hannover | 1964 | GER | 125 | | 0 | 6 | 6 |
| 174 | 135 | | Peter | Kellermann | Wentorf | 1957 | GER | 271 | | 6 | 0 | 6 |
| 174 | 135 | | Ewald | Komar | Weinheim | 1950 | GER | 493 | | 3 | 3 | 6 |
| 174 | 135 | | Christian | Marti | Zürich | 1952 | SUI | 621 | | 5 | 1 | 6 |
| 174 | 135 | | Lutz | Messerschmidt | Magdeburg | 1962 | GER | 575 | | 5 | 1 | 6 |
| 174 | | 40 | Marion | Möhle | Darmstadt | 1965 | GER | 282 | | 2 | 4 | 6 |
| 174 | | 40 | Katja | Pfenningschmidt-Redeker | Bielefeld | 1973 | GER | 674 | | 3 | 3 | 6 |
| 174 | 135 | | Wolfgang | Ratsch | Walsrode | 1951 | GER | 684 | | 5 | 1 | 6 |
| 174 | 135 | | Matthias | Sachse | Berlin | 1964 | GER | 384 | | 6 | 0 | 6 |
| 174 | | 40 | Christine | Schroeder | Hamburg | 1958 | GER | 257 | | 6 | 0 | 6 |
| 174 | 135 | | Jan | Seebode | Lindhorst | 1972 | GER | 589 | | 6 | 0 | 6 |
| 174 | 135 | | Erik | Spatz | Hamburg | 1970 | GER | 505 | | 5 | 1 | 6 |
| 187 | 145 | | Ralph | Benkert | Würzburg | 1970 | GER | 689 | | 4 | 1 | 5 |
| 187 | 145 | | Hans | Jäger | Meckesheim | 1968 | GER | 444 | | 3 | 2 | 5 |
| 187 | 145 | | Klaus-Dieter | Schulze | Kropp | 1952 | GER | 551 | | 3 | 2 | 5 |
| 187 | 145 | | Hans-Joachim | Westphal | Berlin | 1957 | GER | 393 | | 4 | 1 | 5 |
| 191 | 149 | | Bodo | Abenhardt | Erftstadt | 1968 | GER | 563 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | | 43 | Andrea | Anger | Asbach | 1965 | GER | 668 | | 1 | 3 | 4 |
| 191 | 149 | | Karl Wolfgang | Baumgarten | Weyhe | 1952 | GER | 196 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Markus | Drescher | Borna | 1976 | GER | 697 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Norbert | Fender | Rutesheim | 1959 | GER | 336 | | 3 | 1 | 4 |
| 191 | 149 | | Jörg | Gerlach | Bergkamen | 1960 | GER | 208 | | 0 | 4 | 4 |
| 191 | 149 | | Sven | Grebe | Niestetal | 1969 | GER | 568 | | 3 | 1 | 4 |
| 191 | 149 | | Udo | Heidemann | Bielefeld | 1970 | GER | 540 | | 1 | 3 | 4 |
| 191 | 149 | | Marc | Hoppe | Reinheim | 1979 | GER | 688 | | 2 | 2 | 4 |
| 191 | 149 | | Heinz | Jagemann | München | 1959 | GER | 598 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Dirk | Klatt | Montabaur | 1959 | GER | 290 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Martin | Lehner | Bayreuth | 1963 | GER | 435 | | 3 | 1 | 4 |
| 191 | 149 | | Ulrich | Niehuß | Hamburg | 1969 | GER | 289 | | 0 | 4 | 4 |
| 191 | | 43 | Nicola | Stelling | Aurich | 1967 | GER | 592 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Winfried | Stoll | Offenburg | 1964 | GER | 437 | | 3 | 1 | 4 |
| 191 | 149 | | Markus | Szarvas | Sonsbeck | 1967 | GER | 424 | | 3 | 1 | 4 |
| 191 | 149 | | Manfred | Westermann | Hannover | 1949 | GER | 616 | | 4 | 0 | 4 |
| 191 | 149 | | Jürgen | Zach | Donzdorf | 1968 | GER | 584 | | 1 | 3 | 4 |
| 209 | 165 | | Harald | Bootz | Hamburg | 1974 | GER | 677 | | 1 | 2 | 3 |
| 209 | 165 | | Dieter | Brendemühl | Lontzen | 1939 | BEL | 580 | | 1 | 2 | 3 |
| 209 | | 45 | Verena | Hajek | Köln | 1952 | GER | 503 | | 3 | 0 | 3 |
| 209 | 165 | | Robert | Pöttger | Remshalden | 1960 | GER | 392 | | 1 | 2 | 3 |
| 209 | 165 | | Danny | Reinhold | Bremen | 1975 | GER | 669 | | 2 | 1 | 3 |
| 209 | 165 | | Michael | Rothmund | Stuttgart | 1981 | GER | 714 | | 2 | 1 | 3 |
| 209 | 165 | | Siegfried | Schmitz | Kiel | 1946 | GER | 57 | | 3 | 0 | 3 |
| 209 | 165 | | Rafael | Siems | Fehmarn | 1983 | GER | 625 | | 3 | 0 | 3 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 209 | 165 | | Ulrich | Tomaschewski | Crailsheim | 1954 | GER | 233 | | 3 | 0 | 3 |
| 209 | 165 | | Uwe | Wingerning | Salzgitter | 1963 | GER | 622 | | 1 | 2 | 3 |
| 219 | 174 | | Frank | Gruhn | Salzgitter | 1965 | GER | 376 | | 1 | 1 | 2 |
| 219 | 174 | | Jens | Schlosser | Bennewitz | 1961 | GER | 430 | | 2 | 0 | 2 |
| 219 | | 46 | Eva | Schlüter | Hatzenbühl | 1968 | GER | 274 | | 0 | 2 | 2 |
| 219 | 174 | | Ingmar | Weber | Saarbrücken | 1978 | GER | 704 | | 2 | 0 | 2 |
| 219 | 174 | | Michael | Weber | Stuttgart | 1958 | GER | 87 | E | 2 | 0 | 2 |
| 224 | 178 | | Ulrich Martin | Clever Dr. | Leipzig | 1953 | GER | 581 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | | 47 | Regine | Dörnte | Kaltenkirchen | 1963 | GER | 399 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Rob | Froonhoff | Amersfoort | 1966 | NED | 119 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Bernd | Gaemlich | Düsseldorf | 1959 | GER | 64 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Florian | Heilers | Düsseldorf | 1975 | GER | 373 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Christoph | Jaekel | Hamburg | 1973 | GER | 467 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Rainer | Pufahl | Schwarzenbek | 1964 | GER | 273 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Michele | Rizzitelli | Barletta | 1946 | ITA | 116 | | 0 | 1 | 1 |
| 224 | 178 | | Gerd | Runge | Bad Bramstedt | 1960 | GER | 650 | | 0 | 1 | 1 |
| 224 | | 47 | Birgit | Stepponat | Bad Homburg | 1965 | GER | 570 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Jörg | Stepponat | Bad Homburg | 1958 | GER | 509 | | 1 | 0 | 1 |
| 224 | 178 | | Adrie | van Dijk | Paterswolde | 1954 | NED | 699 | | 0 | 1 | 1 |
| 224 | 178 | | Ingolf | Winkler | Korschenbroich | 1972 | GER | 309 | | 1 | 0 | 1 |
| | | | Raymond | Damerow | Hürth | 1957 | GER | 607 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Johann | Delp | Bad Windsheim | 1963 | GER | 694 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Gunla | Eberle | Seevetal | 1952 | GER | 179 | I | 0 | 0 | 0 |
| | | | Klaus | Felser | Bellheim | 1946 | GER | 463 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Kerstin | Felser Prof. Dr. | Oppenheim | 1973 | GER | 441 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Birgit | Graupner | Neumünster | 1967 | GER | 666 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Martin | Kostrewa | Fröndenberg | 1964 | GER | 671 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Andreas | Leffler | Kaltenkirchen | 1971 | GER | 454 | I | 0 | 0 | 0 |
| | | | Manfred | Opl | Kassel | 1957 | GER | 556 | | 0 | 0 | 0 |
| | | | Rafael | Penalba | Buttenheim | 1960 | GER | 279 | | 0 | 0 | 0 |

m männlich w weiblich Jg Jahrgang
Nat Nation (IOC Code)
Nr Mitgliedsnummer 100MC, bei ehemaligen Mitgliedern alte Mitgliedsnummer in Klammern [ ]
St Status: E Ehrenmitglied, P passives Mitglied, I zurzeit inaktiv, A Anwärter, N Neumitglied
M Marathon U Ultra

# 100MC Deutschland, Gesamt, 30. Juni 2026, Rangliste

erstellt von Jörg Chittka

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | | Christian | Hottas | Hamburg | 1956 | GER | 1 | | 2886 | 511 | 3397 | 30.06.26 |
| 2 | | 1 | Sigrid | Eichner | Berlin | 1940 | GER | 4 | E | 1534 | 901 | 2435 | 30.06.26 |
| 3 | 2 | | Vito Piero | Ancora | San Vito dei Normanni | 1953 | ITA | 127 | | 1580 | 453 | 2033 | 30.06.26 |
| 4 | 3 | | Willem | Mütze | Heerlen | 1956 | NED | [254] | v | 768 | 1052 | 1820 | 2026 (v) |
| 5 | 4 | | Hans-Joachim | Meyer | Hamburg | 1939 | GER | 2 | E | 1200 | 436 | 1636 | 30.06.25 |
| 6 | 5 | | Dietrich | Eberle | Seevetal | 1951 | GER | 103 | | 1245 | 357 | 1602 | 30.06.26 |
| 7 | 6 | | Ingo | Kloss | Bremen | 1970 | GER | 513 | | 993 | 524 | 1517 | 30.06.26 |
| 8 | 7 | | René | Wallesch | Geesthacht | 1972 | GER | 12 | | 1157 | 319 | 1476 | 31.12.22 |
| 9 | 8 | | Klaus | Neumann | Stuttgart | 1952 | GER | 53 | | 752 | 640 | 1392 | 30.06.26 |
| 10 | | 2 | Rosemarie | von Kocemba | Kiel | 1944 | GER | 118 | | 1149 | 225 | 1374 | 30.06.26 |
| 11 | 9 | | Gerd | Junker | Wallenhorst | 1956 | GER | 323 | | 1049 | 287 | 1336 | 30.06.26 |
| 12 | 10 | | Peter | Wieneke | Hamfelde | 1946 | GER | 42 | I | 1156 | 155 | 1311 | 31.12.21 |
| 13 | 11 | | Michael | Kiene | Northeim | 1971 | GER | 308 | | 803 | 504 | 1307 | 30.06.26 |
| 14 | 12 | | Klaus-Peter | Ulmschneider | Ostfildern | 1962 | GER | 202 | | 887 | 414 | 1301 | 30.06.26 |
| 15 | | 3 | Cornelia | Feurich | Hamburg | 1955 | GER | 458 | | 928 | 292 | 1220 | 30.06.26 |
| 16 | 13 | | Ben | Mol | Almere | 1949 | NED | 37 | | 1000 | 217 | 1217 | 30.06.26 |
| 17 | | 4 | Christine | Schroeder | Hamburg | 1958 | GER | 257 | | 937 | 208 | 1145 | 30.06.26 |
| 18 | | 5 | Angela | Gargano | Barletta | 1961 | ITA | 115 | | 798 | 344 | 1142 | 30.06.26 |
| 19 | 14 | | Michael | Turzynski | Hannover | 1968 | GER | 10 | | 938 | 202 | 1140 | 30.06.26 |
| 20 | 15 | | Bennie | De Vries | Stadskanaal | 1965 | NED | 466 | | 877 | 238 | 1115 | 30.06.26 |
| 21 | 16 | | Michele | Rizzitelli | Barletta | 1946 | ITA | 116 | | 801 | 307 | 1108 | 30.06.26 |
| 22 | 17 | | Mario | Sagasser | Henstedt-Ulzburg | 1965 | GER | 172 | | 988 | 111 | 1099 | 30.06.26 |
| 23 | 18 | | Dietmar | Mintgen | Nickenich | 1954 | GER | [237] | v | 673 | 385 | 1058 | 2025 (v) |
| 24 | 19 | | Manfred | Steckel | Köln | 1955 | GER | 385 | | 832 | 219 | 1051 | 30.06.26 |
| 25 | 20 | | Burkhard | Löher | Wedel | 1959 | GER | 409 | | 826 | 202 | 1028 | 30.06.26 |
| 26 | 21 | | Sjoerd | Slaaf | Groningen | 1952 | NED | [99] | v | 872 | 138 | 1010 | 2022 (v) |
| 27 | 22 | | Jobst | von Palombini | Bückeburg | 1969 | GER | 29 | | 772 | 235 | 1007 | 30.06.26 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 28 | 23 | | Heinrich | Schütte | Nordstemmen | 1956 | GER | 137 | | 676 | 324 | 1000 | 31.12.23 |
| 29 | 24 | | Winfried | Böttjer | Bremen | 1956 | GER | 358 | | 694 | 301 | 995 | 30.06.26 |
| 29 | 24 | | Peer | Cavaleiro | Viersen | 1981 | GER | 292 | | 710 | 285 | 995 | 31.12.25 |
| 29 | 24 | | Sivabalan | Pandian | Mumbai | 1958 | IND | 457 | | 913 | 82 | 995 | 31.12.25 |
| 32 | 27 | | Wolfgang | Gieler Prof. Dr. | Bad Neuenahr | 1960 | GER | 389 | | 839 | 152 | 991 | 30.06.26 |
| 33 | | 6 | Sylke | Kuhn | Kassel | 1971 | GER | 422 | | 786 | 131 | 917 | 30.06.26 |
| 34 | 28 | | Thomas | Radzuweit | Hamburg | 1965 | GER | 124 | | 740 | 135 | 875 | 30.06.26 |
| 35 | | 7 | Claudia | Cavaleiro Prof. Dr. | Viersen | 1970 | GER | 248 | | 679 | 195 | 874 | 31.12.25 |
| 36 | 29 | | Ulrich | Heitfeldt | Hohenhameln | 1957 | GER | 440 | | 556 | 308 | 864 | 30.06.26 |
| 37 | | 8 | Carolina | Agabiti | Montecastrilli | 1963 | ITA | 637 | | 754 | 97 | 851 | 30.06.26 |
| 38 | 30 | | Christoph | Wenzel Dr. | Dortmund | 1960 | GER | 44 | | 705 | 142 | 847 | 30.06.26 |
| 39 | 31 | | Ulrich | Tomaschewski | Crailsheim | 1954 | GER | 233 | | 523 | 323 | 846 | 30.06.26 |
| 40 | 32 | | Ralf | Loeber | Bornheim | 1977 | GER | 414 | | 813 | 32 | 845 | 30.06.26 |
| 41 | 33 | | Giuliano | Gennari | Terni | 1949 | ITA | 638 | | 735 | 88 | 823 | 30.06.26 |
| 42 | | 9 | Sylvia | Frühauf | Bramsche | 1964 | GER | 328 | | 626 | 193 | 819 | 31.12.25 |
| 43 | 34 | | Ralf | Dembeck | Geestland | 1970 | GER | 518 | | 463 | 353 | 816 | 30.06.26 |
| 44 | 35 | | Uwe | Laig | Lengerich | 1957 | GER | 432 | | 535 | 252 | 787 | 30.06.26 |
| 45 | 36 | | Helmut | Braun | Bielefeld | 1951 | GER | 192 | | 751 | 33 | 784 | 30.06.26 |
| 46 | 37 | | Jürgen | Biallas | Iserlohn | 1954 | GER | 148 | I | 300 | 482 | 782 | 31.12.21 |
| 47 | 38 | | Joachim | Kortyka | Speyer | 1955 | GER | 287 | | 359 | 405 | 764 | 30.06.26 |
| 48 | 39 | | Jörg | Koenig | Emmerthal | 1949 | GER | 222 | | 288 | 465 | 753 | 31.12.24 |
| 49 | 40 | | Ewald | Komar | Weinheim | 1950 | GER | 493 | | 261 | 491 | 752 | 30.06.26 |
| 50 | 41 | | Volkmar | Henke Dr. | Rheine | 1944 | GER | 17 | | 663 | 82 | 745 | 30.06.26 |
| 51 | 42 | | Hans | Buis | Midwoud | 1951 | NED | 554 | I | 642 | 95 | 737 | 31.12.22 |
| 52 | 43 | | Hans | Drexler Prof. Dr. | Braunschweig | 1953 | GER | 122 | | 399 | 312 | 711 | 31.12.23 |
| 53 | 44 | | Jürgen | Kuhlmey Dr. | Oldenburg | 1938 | GER | [43] | E/v | 592 | 117 | 709 | 2023 (v) |
| 54 | 45 | | Antonio | Salvatore | Campobasso (CB) | 1954 | ITA | 653 | | 611 | 94 | 705 | 30.06.26 |
| 55 | 46 | | Johann | Spieker | Laar | 1939 | GER | 135 | | 565 | 123 | 688 | 31.12.25 |
| 56 | 47 | | Marcello | Arena | Rom | 1957 | ITA | 680 | | 561 | 126 | 687 | 30.06.26 |
| 57 | 48 | | Werner | Kater | Fuhlen | 1952 | GER | [434] | v | 588 | 46 | 634 | 2022 (v) |
| 58 | 49 | | Bernd | Neumann | Vellmar | 1951 | GER | 345 | | 607 | 25 | 632 | 30.06.26 |
| 59 | | 10 | Doris | Sagasser | Henstedt-Ulzburg | 1968 | GER | 171 | E | 596 | 33 | 629 | 30.06.26 |
| 60 | 50 | | Christian | Marti | Zürich | 1952 | SUI | 621 | | 280 | 346 | 626 | 30.06.26 |
| 61 | 51 | | Werner | Britz | Aurich | 1945 | GER | 226 | | 526 | 69 | 595 | 30.06.26 |
| 62 | 52 | | Dieter | Merker | Hamburg | 1966 | GER | 60 | | 453 | 141 | 594 | 30.06.26 |
| 63 | 53 | | Thorsten | Stohldreier | Hamburg | 1971 | GER | 390 | | 385 | 193 | 578 | 30.06.26 |
| 64 | 54 | | Marcel | Heinig | Berlin | 1981 | GER | 186 | | 311 | 266 | 577 | 31.12.25 |
| 65 | 55 | | Bernhard | Hertinger | Laudenbach | 1955 | GER | [241] | v | 350 | 223 | 573 | 2023 (v) |
| 65 | 55 | | Burkhard | Lachmann | Wehretal | 1962 | GER | 604 | | 307 | 266 | 573 | 30.06.26 |
| 67 | 57 | | Marc | Fischer | Salzgitter | 1973 | GER | 355 | | 445 | 124 | 569 | 31.12.25 |
| 67 | | 11 | Sara | Kortyka | Speyer | 1991 | GER | 351 | | 258 | 311 | 569 | 30.06.26 |
| 69 | 58 | | Andreas | Bremer | Witten | 1956 | GER | 468 | | 551 | 16 | 567 | 30.06.26 |
| 70 | 59 | | Karl Wolfgang | Baumgarten | Weyhe | 1952 | GER | 196 | I | 488 | 69 | 557 | 30.06.26 |
| 71 | 60 | | Bodo | Abenhardt | Erftstadt | 1968 | GER | 563 | | 536 | 20 | 556 | 30.06.26 |
| 72 | 61 | | Ekkehard | Steuck | Taubenheim | 1944 | GER | [67] | v | 452 | 103 | 555 | 2021 (v) |
| 73 | 62 | | Wolfgang | Weitkämper | Edewecht | 1960 | GER | 211 | I | 474 | 77 | 551 | 31.12.22 |
| 74 | 63 | | Kurt | Felle | Memmingen | 1941 | GER | 5 | P | 364 | 185 | 549 | 31.12.99 |
| 75 | 64 | | Klaus | Neumeister | Gladenbach | 1959 | GER | 13 | | 487 | 61 | 548 | 30.06.26 |
| 76 | | 12 | Jana | Bieler | Berlin | 1979 | GER | 501 | | 397 | 135 | 532 | 30.06.26 |
| 77 | 65 | | Rob | Froonhoff | Amersfoort | 1966 | NED | 119 | | 421 | 109 | 530 | 30.06.26 |
| 78 | | 13 | Rita | Brämer | Itzehoe | 1963 | GER | 310 | | 399 | 129 | 528 | 30.06.26 |
| 79 | 66 | | Wojciech Piotr | Mehl | Stockelsdorf | 1951 | GER | 450 | | 511 | 10 | 521 | 30.06.26 |
| 80 | 67 | | Karl-Ernst | Rösner | Haan | 1938 | GER | 8 | P | 356 | 154 | 510 | 30.06.19 |
| 81 | 68 | | Michael | Bieler | Berlin | 1978 | GER | 502 | | 370 | 137 | 507 | 30.06.26 |
| 82 | | 14 | Anja | Reddert | Bergisch Gladbach | 1975 | GER | 542 | | 411 | 93 | 504 | 30.06.26 |
| 82 | | 14 | Maria | Rolfes | Lohne | 1954 | GER | 294 | | 410 | 94 | 504 | 31.12.25 |
| 84 | 69 | | Bob | Dolphin | Renton | 1929 | USA | [104] | v | 458 | 44 | 502 | 2021 (v) |
| 85 | 70 | | Klaus | Bangert | Bargfeld-Stegen | 1958 | GER | 288 | v | 450 | 50 | 500 | 2024 (v) |
| 86 | 71 | | Hans | Würl | Rödinghausen | 1961 | GER | 320 | | 333 | 164 | 497 | 30.06.26 |
| 87 | 72 | | Ole | Sporleder | Hamburg | 1969 | GER | 152 | | 397 | 95 | 492 | 31.12.25 |
| 88 | | 16 | Annette | Bruns | Bad Dürkheim | 1967 | GER | 565 | | 307 | 182 | 489 | 31.12.25 |
| 89 | 73 | | Paolo Francesco | Gino | Novara | 1961 | ITA | 380 | | 422 | 48 | 470 | 31.12.20 |
| 90 | 74 | | Siegfried | Schmitz | Kiel | 1946 | GER | 57 | | 363 | 106 | 469 | 30.06.26 |
| 91 | | 17 | Ruth | Jäger | Rodgau | 1952 | GER | 651 | | 195 | 272 | 467 | 30.06.26 |
| 92 | 75 | | Jürgen | Haschen | Kassel | 1962 | GER | 331 | | 358 | 108 | 466 | 30.06.26 |
| 93 | 76 | | Jens | Hunhold | Rathenow | 1968 | GER | 367 | | 376 | 88 | 464 | 31.12.25 |
| 94 | 77 | | Michael | Weber | Stuttgart | 1958 | GER | 87 | E | 387 | 74 | 461 | 30.06.26 |
| 95 | 78 | | Karl | Rohwedder | Berlin | 1955 | GER | [81] | v | 216 | 244 | 460 | 2023 (v) |
| 96 | 79 | | Rolf | Frank | Hohenaspe | 1937 | GER | 6 | | 354 | 105 | 459 | 30.06.23 |
| 97 | 80 | | Jörg | Gerlach | Bergkamen | 1960 | GER | 208 | | 320 | 136 | 456 | 30.06.26 |
| 98 | 81 | | Thorsten | Schulte | Quickborn | 1982 | GER | 431 | | 252 | 202 | 454 | 30.06.26 |
| 99 | | 18 | Katrin | Neugebauer | Stadthagen | 1986 | GER | 531 | | 314 | 139 | 453 | 30.06.26 |
| 100 | 82 | | Sven | Peemöller | Bad Oldesloe | 1968 | GER | 269 | | 399 | 52 | 451 | 31.12.25 |
| 101 | 83 | | Christoph | Randt | Mannheim | 1954 | GER | 139 | I | 393 | 57 | 450 | 31.12.25 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 102 | | 19 | Beate | Gröhn | Kaltenkirchen | 1962 | GER | 346 | | 407 | 41 | **448** | 31.12.25 |
| 102 | 84 | | Martin | Traeder | Hamburg | 1990 | GER | 307 | | 354 | 94 | **448** | **30.06.26** |
| 104 | | 20 | Gabriele | Eisele | Kropp | 1963 | GER | 354 | | 298 | 148 | **446** | **30.06.26** |
| 105 | 85 | | Hans-Werner | Rehers Dr. | Osnabrück | 1947 | GER | 285 | | 334 | 111 | **445** | 31.12.24 |
| 106 | | 21 | Cornelia | Balke | Berlin | 1965 | GER | 356 | | 152 | 290 | **442** | 31.12.25 |
| 107 | 86 | | Günter | Liegmann | Osnabrück | 1956 | GER | 319 | | 273 | 167 | **440** | 31.12.25 |
| 108 | 87 | | Harald | Petersen | Kiel | 1943 | GER | [106] | v | 361 | 77 | **438** | 2024 (v) |
| 109 | 88 | | Martin | Kühne | Cuxhaven | 1968 | GER | 572 | | 376 | 60 | **436** | **30.06.26** |
| 110 | 89 | | Mukir | Gluhic | Hamburg | 1965 | BIH | 560 | | 308 | 126 | **434** | 31.12.25 |
| 111 | 90 | | Ettore | Pavirani | Cesenatico | 1952 | ITA | 691 | | 374 | 59 | **433** | **30.06.26** |
| 112 | 91 | | Davor | Bendin | Kiel | 1971 | GER | 151 | | 215 | 207 | **422** | **30.06.26** |
| 113 | 92 | | Joachim | Barthelmann | Koblenz | 1949 | GER | 191 | I | 233 | 184 | **417** | 31.12.19 |
| 114 | 93 | | Günter | Heyer | Kiel | 1938 | GER | 212 | I | 368 | 48 | **416** | 31.12.22 |
| 114 | 93 | | Gerd-Rudi | Papcke | Stuttgart | 1933 | GER | [100] | v | 383 | 33 | **416** | 2023 (v) |
| 116 | 95 | | Christoph | Jaekel | Hamburg | 1973 | GER | 467 | | 384 | 29 | **413** | **30.06.26** |
| 117 | 96 | | Frank | Jungclaus | Wedemark | 1969 | GER | 413 | | 230 | 182 | **412** | **30.06.26** |
| 117 | | 22 | Tanya | Ostapenko | Landolfshausen | 1984 | USA | 491 | | 145 | 267 | **412** | **30.06.26** |
| 119 | | 23 | Martina | Ramthun | Hamburg | 1964 | GER | 369 | | 293 | 116 | **409** | 31.12.25 |
| 120 | 97 | | Pater Tobias | Breer | Duisburg | 1963 | GER | 534 | | 363 | 44 | **407** | **30.06.26** |
| 120 | 97 | | Rolf | Graubner | Hamburg | 1955 | GER | 375 | | 311 | 96 | **407** | **30.06.26** |
| 122 | 99 | | Karl-Heinz | Jost | Kiel | 1937 | GER | [48] | v | 244 | 156 | **400** | 2016 (v) |
| 123 | 100 | | Arne | Franck | Kaltenkirchen | 1962 | GER | 175 | | 396 | 1 | **397** | **30.06.26** |
| 124 | 101 | | Udo | Pitsch | Wehringen | 1953 | GER | 642 | | 252 | 136 | **388** | **30.06.26** |
| 125 | 102 | | Jürgen | Klopfer | Stuttgart | 1978 | GER | 578 | | 213 | 173 | **386** | **30.06.26** |
| 125 | 102 | | Wolfgang | Schulz | Barsinghausen | 1968 | GER | 511 | | 249 | 137 | **386** | **30.06.26** |
| 127 | 104 | | Frank-Ulrich | Etzrodt | Berlin | 1952 | GER | 217 | | 253 | 130 | **383** | 31.12.21 |
| 128 | 105 | | Sascha | Dehling | Berlin | 1977 | GER | 526 | | 225 | 153 | **378** | 31.12.25 |
| 128 | 105 | | Gerhard | Reinhard-Miltz | Kreuzlingen | 1956 | SUI | 260 | | 335 | 43 | **378** | 31.12.23 |
| 130 | 107 | | Michael | Blumenroth | Frankfurt/Main | 1964 | GER | 403 | | 279 | 98 | **377** | **30.06.26** |
| 131 | 108 | | Mirko | Leffler | Suhl | 1970 | GER | 338 | | 178 | 198 | **376** | **30.06.26** |
| 131 | 108 | | Martin | Törber | Hamburg | 1975 | GER | 485 | | 366 | 10 | **376** | **30.06.26** |
| 133 | 110 | | Frank | Berka | Hamburg | 1970 | GER | 168 | | 254 | 120 | **374** | 31.12.25 |
| 133 | 110 | | Detlef | Klatt | Leverkusen | 1966 | GER | 439 | | 338 | 36 | **374** | **30.06.26** |
| 135 | 112 | | Steve | Dolezych | Obernholz | 1983 | GER | 482 | | 292 | 77 | **369** | **30.06.26** |
| 136 | 113 | | Franz | Schwengler | Nürnberg | 1963 | GER | 74 | | 365 | 0 | **365** | **30.06.26** |
| 137 | | 24 | Inka | Barz | Neu Wulmstorf | 1971 | GER | 532 | | 221 | 142 | **363** | **30.06.26** |
| 138 | 114 | | Falko | Haase | Hamburg | 1969 | GER | 342 | | 324 | 36 | **360** | 31.12.25 |
| 139 | 115 | | Ralf | Vollmer | Buxtehude | 1962 | GER | 255 | I | 269 | 87 | **356** | 30.06.21 |
| 140 | 116 | | Reinhold | Schwalb | Antrifttal | 1963 | GER | 712 | | 183 | 172 | **355** | **30.06.26** |
| 140 | | 25 | Monika | Tegge-Walderstein | Norderstedt | 1968 | GER | 477 | | 252 | 103 | **355** | **30.06.26** |
| 142 | | 26 | Dorota | Hinz | Eckernförde | 1971 | GER | 486 | | 273 | 81 | **354** | **30.06.26** |
| 143 | 117 | | Detlef | Korioth | Bad Salzuflen | 1948 | GER | 546 | | 165 | 188 | **353** | **30.06.26** |
| 144 | 118 | | Jens-Peter | Wrage | Bad Oldesloe | 1965 | GER | 372 | | 309 | 43 | **352** | 31.12.23 |
| 145 | 119 | | Christian | Fehling | Marschacht | 1971 | GER | 340 | | 278 | 72 | **350** | 30.06.22 |
| 146 | 120 | | Diethard | Steinbrecher | Cottbus | 1952 | GER | 232 | | 150 | 197 | **347** | 31.12.25 |
| 147 | | 27 | Rabea | Reinhold | Nordstrand | 1991 | GER | 626 | | 278 | 64 | **342** | **30.06.26** |
| 148 | 121 | | Christoph | Holzapfel | Stuttgart | 1961 | GER | 612 | | 171 | 170 | **341** | **30.06.26** |
| 149 | | 28 | Erika | Köhn | Tangstedt | 1956 | GER | 272 | | 309 | 30 | **339** | 31.12.25 |
| 149 | 121 | | Werner | Sonntag | Ostfildern | 1926 | GER | [3] | E/v | 190 | 149 | **339** | 2021 (v) |
| 151 | 123 | | Jörg | Chittka Dr. | Wietze | 1964 | GER | 451 | | 335 | 3 | **338** | **30.06.26** |
| 152 | 124 | | Dirk | Kahlmeyer | Wallenhorst | 1966 | GER | 577 | | 276 | 61 | **337** | **30.06.26** |
| 153 | | 29 | Barbara | Szlachetka | Hamburg | 1956 | POL | [28] | E/v | 279 | 57 | **336** | 2005 (v) |
| 154 | 125 | | Jürgen | Bultmann | Asendorf | 1961 | GER | 438 | | 219 | 116 | **335** | **30.06.26** |
| 155 | 126 | | Matthias | Kröling | Köln | 1989 | GER | 514 | | 210 | 123 | **333** | 31.12.24 |
| 155 | 126 | | Jakob Levi | Stahlberg | Hamburg | 1971 | GER | 416 | | 288 | 45 | **333** | 31.12.24 |
| 157 | 128 | | Jens | Körner | Leipzig | 1972 | GER | 512 | | 296 | 36 | **332** | 31.12.25 |
| 158 | | 30 | Marion | Möhle | Darmstadt | 1965 | GER | 282 | | 234 | 96 | **330** | **30.06.26** |
| 159 | 129 | | Thorsten | Habedank | Warburg | 1973 | GER | 569 | | 263 | 66 | **329** | **30.06.26** |
| 160 | 130 | | Stefan | Bicher | Berlin | 1982 | GER | 276 | | 163 | 163 | **326** | **30.06.26** |
| 161 | 131 | | Andreas | Bettingen | München | 1965 | GER | 549 | | 302 | 23 | **325** | 31.12.25 |
| 161 | 131 | | Wolfgang | Kieselbach | Buchholz | 1952 | GER | 223 | I | 314 | 11 | **325** | 31.12.17 |
| 161 | 131 | | Roland | Krauss | Kammerstein | 1962 | GER | 408 | | 216 | 109 | **325** | 31.12.25 |
| 164 | | 31 | Gunla | Eberle | Seevetal | 1952 | GER | 179 | I | 251 | 73 | **324** | **30.06.26** |
| 164 | 134 | | Hartmann | Stampfer | Völs am Schlern | 1960 | ITA | 301 | P | 304 | 20 | **324** | 30.06.22 |
| 166 | | 32 | Birgit | Fender | Rutesheim | 1963 | GER | 335 | | 177 | 146 | **323** | **30.06.26** |
| 166 | 135 | | Bernd | Hadeler | Bremervörde | 1967 | GER | 619 | | 207 | 116 | **323** | **30.06.26** |
| 168 | 136 | | Karl-Walter | Decius Dr. | Bünde | 1949 | GER | 357 | | 219 | 103 | **322** | 31.12.25 |
| 168 | 136 | | Lars | Schläger | Bünde | 1984 | GER | 388 | | 167 | 155 | **322** | **30.06.26** |
| 170 | 138 | | Norbert | Fender | Rutesheim | 1959 | GER | 336 | | 170 | 150 | **320** | **30.06.26** |
| 171 | 139 | | Christian | Pflügler | Telgte | 1967 | GER | 253 | | 205 | 114 | **319** | 31.12.24 |
| 172 | | 33 | Daniela | Dilling | Bad Freienwalde | 1962 | GER | 264 | | 148 | 170 | **318** | 31.12.25 |
| 172 | 140 | | Patrik | Schmidt | Hamburg | 1946 | GER | 9 | I | 277 | 41 | **318** | 05.09.20 |
| 172 | | 33 | Judith | Strack | München | 1959 | GER | 548 | | 300 | 18 | **318** | 31.12.25 |
| 175 | 141 | | Friedrich | Iffert | Kassel | 1944 | GER | 32 | I | 215 | 102 | **317** | 31.12.17 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 176 | 142 | | Peter | Kummer | Hamburg | 1953 | GER | 329 | | 269 | 47 | 316 | 30.06.26 |
| 177 | 143 | | Kurt | Gormanns | Bramsche | 1951 | GER | 270 | | 230 | 85 | 315 | 31.12.23 |
| 178 | 144 | | Rainer | Pufahl | Schwarzenbek | 1964 | GER | 273 | | 273 | 41 | 314 | 30.06.26 |
| 179 | 145 | | Andreas | Giersberg | Bochum | 1965 | GER | 359 | | 184 | 129 | 313 | 31.12.25 |
| 180 | 146 | | Ulrich | Niehuß | Hamburg | 1969 | GER | 289 | | 251 | 60 | 311 | 30.06.26 |
| 181 | 147 | | Gerhard | Loger | Oldenburg | 1959 | GER | 378 | | 238 | 72 | 310 | 30.06.26 |
| 182 | 148 | | Stephan | Barz | Neu Wulmstorf | 1965 | GER | 571 | | 234 | 74 | 308 | 30.06.26 |
| 183 | 149 | | Friedhelm | Weidemann | Sassenburg-Stüde | 1959 | GER | 16 | | 269 | 37 | 306 | 30.06.22 |
| 184 | | 35 | Eva | Schlüter | Hatzenbühl | 1968 | GER | 274 | | 171 | 134 | 305 | 30.06.26 |
| 185 | | 36 | Dehen | Isman | Köln | 1967 | AUT | 469 | | 270 | 31 | 301 | 31.12.23 |
| 185 | | 37 | Ute | Karklis | Steinhagen | 1969 | GER | 567 | | 173 | 128 | 301 | 31.12.25 |
| 187 | 150 | | Jürgen | Reuter | Lebach | 1966 | GER | 487 | | 201 | 99 | 300 | 30.06.26 |
| 188 | 151 | | Jan | Kuhlmann Dr. | Geestland | 1969 | GER | 582 | | 199 | 99 | 298 | 30.06.26 |
| 188 | 151 | | Andreas | Treiber | Heidelberg | 1960 | GER | 530 | | 145 | 153 | 298 | 30.06.26 |
| 190 | 153 | | Lothar | Gehrke | Hamburg | 1939 | GER | [85] | E/v | 266 | 29 | 295 | 2010 (v) |
| 191 | 154 | | Joachim | Risch | Köln | 1955 | GER | 360 | | 178 | 116 | 294 | 30.06.26 |
| 192 | 155 | | Rico | Markwart | Ludwigsfelde | 1987 | GER | 427 | | 202 | 91 | 293 | 31.12.25 |
| 192 | 155 | | Karl | Roch | Oberhausen | 1963 | GER | 470 | | 104 | 189 | 293 | 30.06.26 |
| 194 | 157 | | Dirk | Klatt | Montabaur | 1959 | GER | 290 | | 230 | 61 | 291 | 30.06.26 |
| 195 | 158 | | Jörg | Lüdtke | Hamburg | 1965 | GER | 559 | | 235 | 51 | 286 | 30.06.26 |
| 195 | 158 | | Peter | Martin | Bad Hersfeld | 1965 | GER | 523 | | 134 | 152 | 286 | 30.06.26 |
| 195 | 158 | | Axel | Zachau | Viersen | 1974 | GER | 558 | | 247 | 39 | 286 | 30.06.26 |
| 198 | | 38 | Madeleine | Hamburger | Rostock | 1963 | GER | 538 | | 106 | 178 | 284 | 30.06.26 |
| 199 | 161 | | Joachim | Neuhaus | Hamburg | 1959 | GER | [321] | v | 251 | 31 | 282 | 2016 (v) |
| 200 | 162 | | Adrie | van Dijk | Paterswolde | 1954 | NED | 699 | | 176 | 105 | 281 | 30.06.26 |
| 201 | 163 | | Friedrich | Helle | Lage | 1964 | GER | 655 | | 129 | 150 | 279 | 30.06.26 |
| 202 | 164 | | Thomas | Weissinger | Emden | 1966 | GER | 708 | | 221 | 57 | 278 | 30.06.26 |
| 203 | | 39 | Irina | Meyer | Osnabrück | 1970 | GER | 585 | | 204 | 73 | 277 | 30.06.26 |
| 204 | 165 | | Johan | Wander | Nagele | 1960 | NED | 648 | | 106 | 170 | 276 | 30.06.26 |
| 205 | 166 | | Ralf | Lietz | Wildeshausen | 1961 | GER | 453 | | 155 | 120 | 275 | 31.12.23 |
| 205 | 166 | | Andreas | Riedel | Roßleben | 1976 | GER | 472 | | 219 | 56 | 275 | 30.06.26 |
| 207 | 168 | | Klaus | Mantel | Fellbach | 1963 | GER | 480 | | 118 | 155 | 273 | 30.06.26 |
| 208 | 169 | | Peter | Kellermann | Wentorf | 1957 | GER | 271 | | 236 | 36 | 272 | 30.06.26 |
| 208 | 169 | | Eberhard | Ostertag | Stuttgart | 1946 | GER | 586 | | 176 | 96 | 272 | 31.12.23 |
| 208 | 169 | | Dieter | Wolf | Röpersdorf | 1939 | GER | [15] | v | 249 | 23 | 272 | 2020 (v) |
| 211 | 172 | | Peter | Burns | Essex | 1947 | GBR | [296] | v | 270 | 0 | 270 | 2023 (v) |
| 211 | 172 | | Hans-Jürgen | Hetzel | Ellerbek | 1962 | GER | 332 | | 210 | 60 | 270 | 31.12.24 |
| 213 | 174 | | Alexander | Grosser | Bassum | 1977 | GER | 601 | | 187 | 82 | 269 | 30.06.26 |
| 214 | 175 | | Frank | Danger | Hamburg | 1964 | GER | 521 | | 240 | 28 | 268 | 30.06.26 |
| 214 | 175 | | Gerd | Schremmer | Plauen | 1956 | GER | 363 | | 182 | 86 | 268 | 30.06.26 |
| 216 | | 40 | Annamaria | Di Felice | Roma | 1957 | ITA | 643 | | 182 | 85 | 267 | 30.06.26 |
| 217 | 177 | | Alexander | Hahn | Lensahn | 1970 | GER | 524 | | 195 | 68 | 263 | 30.06.26 |
| 218 | 178 | | Bernd | Seitz | Regensburg | 1939 | GER | 55 | I | 108 | 153 | 261 | 06.08.19 |
| 218 | 178 | | Bernhard | Sesterheim | Trier | 1945 | GER | 121 | I | 174 | 87 | 261 | 31.12.09 |
| 220 | 180 | | Michael | Nielsen | Broby | 1970 | DEN | 311 | I | 214 | 43 | 257 | 07.07.12 |
| 220 | 180 | | Thomas | Schiebel | Dresden | 1954 | GER | [84] | v | 210 | 47 | 257 | 2006 (v) |
| 222 | 182 | | Han | Frenken | Stein | 1962 | NED | 93 | P | 158 | 95 | 253 | 31.12.22 |
| 222 | 182 | | Robert | Pöttger | Remshalden | 1960 | GER | 392 | | 109 | 144 | 253 | 30.06.26 |
| 222 | 182 | | Matthias | Sachse | Berlin | 1964 | GER | 384 | | 232 | 21 | 253 | 30.06.26 |
| 222 | 182 | | Gabriel | Schlüter | Hatzenbühl | 1949 | GER | [220] | v | 104 | 149 | 253 | 2016 (v) |
| 226 | 186 | | Michael | Richter | Braunschweig | 1956 | GER | 157 | | 169 | 83 | 252 | 31.12.25 |
| 227 | | 41 | Claudia | Erdmann | Kaltenkirchen | 1963 | GER | 244 | I | 233 | 18 | 251 | 30.06.17 |
| 227 | 187 | | Otmar | Rüdig | Neuwied | 1943 | GER | 89 | I | 154 | 97 | 251 | 31.12.15 |
| 229 | 188 | | Dirk | Schreiber | Hamburg | 1970 | GER | 640 | | 203 | 47 | 250 | 31.12.25 |
| 229 | | 42 | Katrin | Tüg-Hilbert | Kasseedorf | 1970 | GER | 564 | | 158 | 92 | 250 | 31.12.24 |
| 231 | 189 | | Jörn | Hesse | Freden | 1974 | GER | 488 | | 153 | 96 | 249 | 31.12.25 |
| 231 | 189 | | Torsten | Weismann | Breisach | 1975 | GER | 442 | | 181 | 68 | 249 | 31.12.25 |
| 233 | 191 | | Reinhold | Serafin | Gießen | 1934 | GER | [56] | v | 172 | 76 | 248 | 2015 (v) |
| 234 | 192 | | Michael | Bruns | Bad Dürkheim | 1965 | GER | 702 | | 182 | 64 | 246 | 31.12.25 |
| 235 | 193 | | Konrad | Schwarz | Barmstedt | 1956 | GER | 62 | I | 188 | 57 | 245 | 31.12.09 |
| 235 | 193 | | Hans-Joachim | Westphal | Berlin | 1957 | GER | 393 | | 199 | 46 | 245 | 30.06.26 |
| 237 | 195 | | Winfried | Stoll | Offenburg | 1964 | GER | 437 | | 189 | 55 | 244 | 30.06.26 |
| 238 | 196 | | Jürgen | Frey | Otterndorf | 1971 | GER | 394 | | 175 | 67 | 242 | 18.10.22 |
| 238 | 196 | | Carsten | Nuhn | Bremen | 1968 | GER | 623 | | 124 | 118 | 242 | 30.06.26 |
| 238 | 196 | | Jürgen | Schulz | Apfelstädt | 1947 | GER | 256 | | 176 | 66 | 242 | 31.12.25 |
| 241 | 199 | | Robert | Boyde-Wolke | Zeuthen | 1974 | GER | 545 | | 202 | 39 | 241 | 31.12.25 |
| 242 | 200 | | Andres | Andreesen | Wittmund | 1966 | GER | 325 | I | 197 | 43 | 240 | 31.12.17 |
| 242 | 200 | | Torsten | Hirschberger | Hannover | 1964 | GER | 125 | | 132 | 108 | 240 | 30.06.26 |
| 242 | 200 | | Achim | Kießling | München | 1939 | GER | 65 | I | 224 | 16 | 240 | 31.12.06 |
| 242 | 200 | | Torsten | Schacht | Norderstedt | 1961 | GER | 162 | | 217 | 23 | 240 | 31.12.25 |
| 246 | 204 | | Sven | Sonnenberg | Hemmingstedt | 1967 | GER | 656 | | 202 | 36 | 238 | 30.06.26 |
| 246 | | 43 | Claudia | Ulrich | Ditzingen | 1969 | GER | 537 | | 120 | 118 | 238 | 31.12.25 |
| 248 | 205 | | Johann | Delp | Bad Windsheim | 1963 | GER | 694 | | 132 | 105 | 237 | 30.06.26 |
| 249 | 206 | | Frank | Hoffmann | Horneburg | 1964 | GER | 371 | | 221 | 11 | 232 | 31.12.18 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 250 | 207 | | Karsten | August | Hamburg | 1979 | GER | 520 | | 170 | 60 | 230 | 31.12.23 |
| 250 | | 44 | Martina | Pahmeyer | Bünde | 1967 | GER | 587 | | 127 | 103 | 230 | **30.06.26** |
| 252 | | 45 | Gabi | Schumacher | Vechta | 1971 | GER | 445 | | 89 | 140 | 229 | 31.12.22 |
| 253 | 208 | | Ralf | Sweers | Emden | 1963 | GER | 425 | | 209 | 19 | 228 | **30.06.26** |
| 254 | 209 | | Markus | Szarvas | Sonsbeck | 1967 | GER | 424 | | 193 | 34 | 227 | **30.06.26** |
| 255 | 210 | | Hans | Jäger | Meckesheim | 1968 | GER | 444 | | 122 | 104 | 226 | **30.06.26** |
| 256 | 211 | | Wolfgang | Bernath | Waldbreitbach | 1959 | GER | 395 | | 179 | 46 | 225 | **30.06.26** |
| 257 | 212 | | Alexander | Henschel | Lindewerra | 1990 | GER | 550 | | 102 | 122 | 224 | **30.06.26** |
| 257 | 212 | | Bodo | Makuszies | Winsen/Luhe | 1958 | GER | 160 | | 200 | 24 | 224 | 31.12.25 |
| 259 | 214 | | Sebastian | Krampe | Warendorf | 1984 | GER | 662 | | 94 | 129 | 223 | **30.06.26** |
| 260 | 215 | | Reinhold | Krause | Stuttgart | 1957 | GER | 605 | | 177 | 43 | 220 | 31.12.25 |
| 261 | 216 | | Stefan | Hantscher | Suhl-Heinrichs | 1970 | GER | 492 | | 111 | 106 | 217 | **30.06.26** |
| 261 | 216 | | Wolfgang | Möck | Linkenheim | 1957 | GER | 207 | | 170 | 47 | 217 | 31.12.25 |
| 261 | 216 | | Heiko | von der Ahé | Langenhagen | 1972 | GER | 583 | | 108 | 109 | 217 | 31.12.25 |
| 264 | | 46 | Petra | Berkath | Walsrode | 1972 | GER | 561 | | 132 | 84 | 216 | 31.12.24 |
| 264 | 219 | | Udo | Heidemann | Bielefeld | 1970 | GER | 540 | | 116 | 100 | 216 | **30.06.26** |
| 264 | | 46 | Sabine | Kühl | Alveslohe | 1968 | GER | 471 | | 207 | 9 | 216 | **30.06.26** |
| 264 | 219 | | Andreas | Pluta | Lotte | 1981 | GER | 599 | | 151 | 65 | 216 | **30.06.26** |
| 264 | 219 | | Klaus | Rohde | Jena | 1942 | GER | 33 | I | 184 | 32 | 216 | 30.06.22 |
| 264 | 219 | | Lothar | Tauber | Zwickau | 1935 | GER | [68] | v | 196 | 20 | 216 | 2018 (v) |
| 270 | 223 | | Martin | Raulf | Winsen/Luhe | 1960 | GER | 396 | I | 168 | 47 | 215 | 31.12.19 |
| 270 | 223 | | Erik | Spatz | Hamburg | 1970 | GER | 505 | | 158 | 57 | 215 | **30.06.26** |
| 272 | 225 | | Manfred | Gaudl | Bergen | 1960 | GER | 277 | | 200 | 14 | 214 | 31.12.25 |
| 273 | 226 | | Rüdiger | Littwin | Dorsten | 1953 | GER | 306 | I | 144 | 68 | 212 | 31.12.16 |
| 274 | 227 | | Lars | Braemer | Walsrode | 1972 | GER | 562 | | 128 | 83 | 211 | 31.12.24 |
| 274 | 227 | | Dieter | Reich | Ahnatal | 1942 | GER | 436 | I | 211 | 0 | 211 | 31.12.21 |
| 276 | 229 | | Wolfgang | Gickler Dr. | Lahnstein | 1959 | GER | 490 | | 173 | 36 | 209 | **30.06.26** |
| 277 | | 48 | Kerstin | Felser Prof. Dr. | Oppenheim | 1973 | GER | 441 | | 183 | 25 | 208 | **30.06.26** |
| 277 | 230 | | Hermann | Heyer | Winningen | 1960 | GER | 420 | | 138 | 70 | 208 | 31.12.22 |
| 279 | 231 | | Hartmut | Ehrlich | Lübeck | 1941 | GER | 11 | | 141 | 66 | 207 | 31.12.25 |
| 279 | 231 | | Wolfgang | Punge | Bünde | 1964 | GER | 343 | I | 167 | 40 | 207 | 30.06.21 |
| 281 | 233 | | Kay | Giese | Buxtehude | 1971 | GER | 318 | | 93 | 112 | 205 | 30.06.23 |
| 281 | 233 | | Thorsten | Scheper | Langförden | 1965 | GER | 410 | | 163 | 42 | 205 | 31.12.22 |
| 283 | 235 | | Günter | Bellwart | Sassenburg-Stüde | 1941 | GER | 142 | I | 199 | 5 | 204 | 31.12.17 |
| 283 | 235 | | Wolfgang Peter | Mnich | Odenthal | 1962 | GER | 537 | | 198 | 6 | 204 | 31.12.25 |
| 283 | 235 | | Heinz | Nagel | Hannover | 1957 | GER | 595 | | 94 | 110 | 204 | 31.12.25 |
| 283 | 235 | | Gottfried | Schäfers | Altenberge | 1938 | GER | 178 | I | 199 | 5 | 204 | 31.12.13 |
| 287 | 239 | | Günter | Petri | Berlin | 1957 | GER | 597 | | 178 | 25 | 203 | **30.06.26** |
| 287 | 239 | | Jürgen | Zach | Donzdorf | 1968 | GER | 584 | | 57 | 146 | 203 | **30.06.26** |
| 289 | 241 | | Detlef | Hammann | Stade | 1965 | GER | 555 | | 115 | 87 | 202 | 30.06.22 |
| 290 | | 49 | Sabine | Schneider | Hachenburg | 1963 | GER | 201 | P | 188 | 13 | 201 | 31.12.10 |
| 291 | 242 | | Werner | Kerkenbusch | Oberhausen | 1947 | GER | 366 | | 192 | 8 | 200 | 31.12.23 |
| 291 | 242 | | Markus | Pitz | Bad Driburg | 1969 | GER | 406 | | 176 | 24 | 200 | **30.06.26** |
| 291 | 242 | | Ralf K. | Schubert | Frankfurt/Main | 1968 | GER | 397 | | 191 | 9 | 200 | 31.12.24 |
| 294 | 245 | | Thomas | Berkmann | Hannover | 1968 | GER | 478 | | 105 | 94 | 199 | 30.06.23 |
| 295 | 246 | | Lars | Koppmann | Leopoldshöhe | 1969 | GER | 629 | | 108 | 90 | 198 | **30.06.26** |
| 295 | 246 | | Markus | Sembach | Kamen | 1962 | GER | 362 | | 151 | 47 | 198 | 31.12.19 |
| 297 | 248 | | Carsten | Koczor | Kreuztal | 1972 | GER | 496 | | 131 | 66 | 197 | **30.06.26** |
| 298 | 249 | | Jürgen | Clausen | Nübel | 1962 | GER | 374 | | 124 | 72 | 196 | 31.12.25 |
| 299 | 250 | | Klaus | Wolfgramm | Herford | 1957 | GER | 339 | | 179 | 15 | 194 | 31.12.20 |
| 300 | 251 | | Günter | Antoni | Buxtehude | 1941 | GER | 225 | I | 151 | 41 | 192 | 31.12.20 |
| 300 | 251 | | Helmut | Jung | Kaltenkirchen | 1935 | GER | [174] | v | 190 | 2 | 192 | 2007 (v) |
| 300 | 251 | | Heiko | Luther | Neunkirchen a Br | 1966 | GER | 527 | | 176 | 16 | 192 | 31.12.23 |
| 303 | 254 | | Dieter | Brendemühl | Lontzen | 1939 | BEL | 580 | | 116 | 75 | 191 | **30.06.26** |
| 304 | 255 | | Frank | Tabbert | Aurich | 1965 | GER | 711 | | 122 | 68 | 190 | **30.06.26** |
| 305 | | 50 | Ilka | Büsing | Bremen | 1970 | GER | 625 | | 26 | 163 | 189 | 31.12.25 |
| 306 | 256 | | Heinz | Lorber | Hannover | 1965 | GER | 7 | I | 175 | 13 | 188 | 31.12.07 |
| 307 | 257 | | Rafael | Penalba | Buttenheim | 1960 | GER | 279 | | 145 | 41 | 186 | **30.06.26** |
| 308 | 258 | | Peter | Orth | Vellmar | 1943 | GER | [426] | v | 167 | 18 | 185 | 2023 (v) |
| 308 | 258 | | Sven | Ziegler | Ratingen | 1977 | GER | 433 | I | 118 | 67 | 185 | **31.12.19** |
| 310 | 260 | | Thorsten | Grandt | Munkbrarup | 1980 | GER | 663 | | 87 | 96 | 183 | **30.06.26** |
| 310 | 260 | | Nico | Swart | Groningen | 1977 | NED | 632 | | 120 | 63 | 183 | 31.12.25 |
| 312 | 262 | | Dirk | Nolte | Hannover | 1982 | GER | 449 | | 148 | 34 | 182 | **30.06.26** |
| 313 | 263 | | Hanno | Höper | Lensahn | 1960 | GER | 387 | | 120 | 61 | 181 | 31.12.25 |
| 314 | 264 | | Karsten | Krause | Düsseldorf | 1972 | GER | 547 | | 170 | 10 | 180 | **30.06.26** |
| 315 | 265 | | René | Huber | Ostrhauderfehn | 1966 | GER | 517 | | 112 | 66 | 178 | **30.06.26** |
| 316 | | 51 | Judith | Baumann | Jockgrim | 1972 | GER | 536 | | 149 | 28 | 177 | 31.12.25 |
| 316 | | 51 | Jenny | Engler | Münster | 1974 | GER | 611 | | 105 | 72 | 177 | 31.12.25 |
| 316 | 266 | | Florian | Heilers | Düsseldorf | 1975 | GER | 373 | | 140 | 37 | 177 | **30.06.26** |
| 316 | 266 | | Thomas | Pielke | Hamburg | 1963 | GER | 361 | | 172 | 5 | 177 | **30.06.26** |
| 320 | | 53 | Jessica | Wagner | Kropp | 1983 | GER | 678 | | 129 | 47 | 176 | **30.06.26** |
| 321 | 268 | | Volker | Dörr | Harthausen | 1957 | GER | 574 | | 72 | 103 | 175 | **30.06.26** |
| 321 | 268 | | Ernst-Otto | Kimitta | Rieseby | 1954 | GER | 185 | I | 150 | 25 | 175 | 31.12.15 |
| 323 | 270 | | Wolfgang | Rohwedder | Büsum | 1962 | GER | 443 | | 173 | 1 | 174 | 31.12.25 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 323 | 270 | | Dirk | Theisges Dr. | Hemer | 1965 | GER | 636 | | 128 | 46 | 174 | 30.06.26 |
| 323 | 270 | | Andre | Willems | Troisdorf | 1967 | GER | 108 | I | 148 | 26 | 174 | 31.12.10 |
| 326 | 273 | | Frank | Gruhn | Salzgitter | 1965 | GER | 376 | | 123 | 50 | 173 | 30.06.26 |
| 326 | 273 | | Martin | Lehner | Bayreuth | 1963 | GER | 435 | | 159 | 14 | 173 | 30.06.26 |
| 326 | 273 | | Antonius | Steinberg | Lennestadt | 1947 | GER | 24 | P | 165 | 8 | 173 | 31.12.14 |
| 329 | 276 | | Thomas | Schmidtkonz | Forchheim | 1959 | GER | 291 | I | 115 | 56 | 171 | 31.12.19 |
| 330 | 277 | | Bernd | Gaemlich | Düsseldorf | 1959 | GER | 64 | | 162 | 8 | 170 | 30.06.26 |
| 331 | 278 | | Helmut | Datzmann | Roth | 1946 | GER | 198 | I | 111 | 57 | 168 | 30.06.18 |
| 331 | 278 | | Thomas | Godlewsky | Saarbrücken | 1964 | GER | 603 | | 152 | 16 | 168 | 30.06.26 |
| 331 | 278 | | Helmut | Hummel | Waldkirch | 1942 | GER | 97 | I | 153 | 15 | 168 | 31.12.07 |
| 334 | 281 | | Wilhelm | Deutsch | Leopoldshöhe | 1939 | GER | 216 | I | 141 | 26 | 167 | 31.12.18 |
| 334 | 281 | | Holger | Sawilla | Berne | 1971 | GER | 553 | | 101 | 66 | 167 | 31.12.25 |
| 336 | 283 | | Horst | Jendrasch | Kelkheim/Ts. | 1936 | GER | 58 | I | 123 | 43 | 166 | 31.12.14 |
| 336 | 283 | | Manfred | Opl | Kassel | 1957 | GER | 556 | | 156 | 10 | 166 | 30.06.26 |
| 338 | 285 | | Gerrit | Preine | Bomlitz | 1962 | GER | [383] | v | 145 | 20 | 165 | 2024 (v) |
| 338 | 285 | | Mike | Wingerning | Bothel | 1973 | GER | 695 | | 116 | 49 | 165 | 30.06.26 |
| 340 | 287 | | Dieter Max | Elster | Bochum | 1956 | GER | 476 | | 164 | 0 | 164 | 30.06.26 |
| 341 | 288 | | Klaus | Felser | Bellheim | 1946 | GER | 463 | | 145 | 18 | 163 | 30.06.26 |
| 342 | 289 | | Peter | Heeger | Rheine | 1961 | GER | 473 | | 162 | 0 | 162 | 31.12.25 |
| 343 | 290 | | Lutz | Messerschmidt | Magdeburg | 1962 | GER | 575 | | 146 | 14 | 160 | 30.06.26 |
| 344 | 291 | | Ronny | Gleichmann | Erfurt | 1972 | GER | 576 | | 2 | 157 | 159 | 31.12.24 |
| 345 | 292 | | Harald | Retzlaff | Bochum | 1961 | GER | 341 | | 96 | 61 | 157 | 30.06.24 |
| 345 | | 54 | Melanie | Schulte | Wolfhagen | 1979 | GER | 664 | | 79 | 78 | 157 | 30.06.26 |
| 345 | 292 | | Manfred | Westermann | Hannover | 1949 | GER | 616 | | 153 | 4 | 157 | 30.06.26 |
| 348 | | 55 | Tanja | Niedick | Neuenkirchen | 1975 | GER | 495 | | 68 | 88 | 156 | 31.12.24 |
| 348 | 294 | | Dieter | Schaab | Augsburg | 1973 | GER | 628 | | 127 | 29 | 156 | 30.06.26 |
| 350 | 295 | | Tapani | Larimo | Seinäjoki | 1950 | FIN | 120 | I | 155 | 0 | 155 | 31.12.18 |
| 351 | | 56 | Christiane | Küttner | Köln | 1967 | GER | 654 | | 128 | 26 | 154 | 30.06.26 |
| 351 | 296 | | René | Slavik | Kirchheim-Teck | 1969 | GER | 649 | | 137 | 17 | 154 | 31.12.25 |
| 353 | 297 | | Meinulf | Krön | Hamburg | 1963 | GER | 230 | I | 141 | 12 | 153 | 30.06.15 |
| 354 | 298 | | Frank | Dieter | Bad Soden Salmü. | 1964 | GER | 579 | | 149 | 3 | 152 | 31.12.25 |
| 354 | 298 | | Klaus | Herbst | Mainz | 1954 | GER | 238 | I | 152 | 0 | 152 | 12.08.14 |
| 354 | 298 | | Kai | Pluschkat | Bad Fallingbostel | 1974 | GER | 659 | | 122 | 30 | 152 | 30.06.26 |
| 354 | 298 | | Michael | Scheele | Essen | 1976 | GER | 602 | | 94 | 58 | 152 | 30.06.26 |
| 354 | 298 | | Günter | Schmidt | Wermsdorf | 1952 | GER | 417 | I | 140 | 12 | 152 | 31.12.20 |
| 359 | | 57 | Petra | Niemeyer | Frankfurt/Main | 1970 | GER | 635 | | 129 | 22 | 151 | 30.06.26 |
| 359 | 303 | | Armin | Storz | Lichtenwald | 1960 | GER | 421 | | 93 | 58 | 151 | 31.12.25 |
| 361 | 304 | | Holger | Deifuß Dr. | Ascheberg | 1968 | GER | 541 | | 130 | 20 | 150 | 31.12.25 |
| 361 | 304 | | Sebastian | Roth Dr. | Bischofswiesen | 1970 | GER | 293 | | 112 | 38 | 150 | 20.04.22 |
| 363 | 306 | | Uwe | Klinger | Sindelfingen | 1969 | GER | 508 | | 129 | 20 | 149 | 30.06.26 |
| 363 | 306 | | Alfred | Waßmer | Aßlar/Werdorf | 1959 | GER | 163 | I | 104 | 45 | 149 | 31.12.14 |
| 365 | 308 | | Tom | Köhler | Steinfurt | 1970 | GER | 507 | | 116 | 32 | 148 | 31.12.25 |
| 365 | | 58 | Nicola | Stelling | Aurich | 1967 | GER | 592 | | 88 | 60 | 148 | 30.06.26 |
| 367 | 309 | | Martin | Eitel | Vaihingen an der Ems | 1991 | GER | 667 | | 133 | 14 | 147 | 30.06.26 |
| 367 | 309 | | Roman | Javed | Rietberg | 1985 | GER | 533 | | 116 | 31 | 147 | 31.12.25 |
| 367 | 309 | | Michael | Menzhausen | Bielefeld | 1956 | GER | 614 | | 98 | 49 | 147 | 31.12.25 |
| 370 | 312 | | Björn | Bünermann | Kirchlengern | 1981 | GER | 692 | | 130 | 16 | 146 | 30.06.26 |
| 370 | 312 | | Jörg Ulrich | Leiker | Cuxhaven | 1967 | GER | 386 | I | 102 | 44 | 146 | 30.06.20 |
| 370 | 312 | | Bernhard | Rensmann | Bawinkel | 1964 | GER | 594 | | 146 | 0 | 146 | 31.12.23 |
| 370 | 312 | | Volker | Schmitz | Elmshorn | 1972 | GER | 620 | | 134 | 12 | 146 | 30.06.26 |
| 370 | 312 | | Rafael | Siems | Fehmarn | 1983 | GER | 625 | | 108 | 38 | 146 | 30.06.26 |
| 375 | | 59 | Birgit | Graupner | Neumünster | 1967 | GER | 666 | | 137 | 8 | 145 | 30.06.26 |
| 375 | 317 | | Jens | Hoffmann | Laasdorf | 1967 | GER | 456 | | 64 | 81 | 145 | 31.12.22 |
| 377 | 318 | | Tobias | Knaack | Hamburg | 1975 | GER | 590 | | 117 | 27 | 144 | 30.06.26 |
| 377 | | 60 | Dagmar | Liszewitz | Köln | 1962 | GER | [210] | v | 61 | 83 | 144 | 2017 (v) |
| 377 | 318 | | Ingolf | Winkler | Korschenbroich | 1972 | GER | 309 | | 122 | 22 | 144 | 30.06.26 |
| 380 | | 61 | Manuela | Lange | Borgentreich | 1965 | GER | 698 | | 124 | 19 | 143 | 30.06.26 |
| 380 | 320 | | Ulrich | Schäfermeier | Borchen | 1966 | GER | 645 | | 126 | 17 | 143 | 30.06.26 |
| 380 | 320 | | Jens | Schlosser | Bennewitz | 1961 | GER | 430 | | 140 | 3 | 143 | 30.06.26 |
| 383 | | 62 | Regine | Dörnte | Kaltenkirchen | 1963 | GER | 399 | | 142 | 0 | 142 | 30.06.26 |
| 383 | 322 | | Werner | Frech | Lahnau | 1950 | GER | 92 | I | 80 | 62 | 142 | 31.12.03 |
| 385 | | 63 | Eva | Hassel | Kirchberg a.d. Jagst | 1960 | GER | 624 | | 79 | 62 | 141 | 30.06.25 |
| 385 | | 63 | Vera | Thomas | Bad Rappenau | 1960 | GER | 675 | | 114 | 27 | 141 | 30.06.26 |
| 385 | | 63 | Michaela | Wiemers | Hövelhof | 1979 | GER | 633 | | 97 | 44 | 141 | 30.06.26 |
| 388 | 323 | | Arne André | Funke | Berlin | 1989 | GER | 610 | | 73 | 67 | 140 | 31.12.25 |
| 388 | 323 | | Heiko | Wendefeuer | Magdeburg | 1982 | GER | 278 | I | 119 | 21 | 140 | 31.12.17 |
| 390 | 325 | | Oliver | Scheer | Hamburg | 1967 | GER | 165 | I | 87 | 52 | 139 | 05.08.20 |
| 391 | 326 | | Raik | Eckstein | Pulheim | 1974 | GER | 679 | | 126 | 12 | 138 | 31.12.25 |
| 391 | 326 | | Hartmut | Feldmann | Uetze | 1965 | GER | 544 | | 138 | 0 | 138 | 31.12.25 |
| 391 | 326 | | **Martin** | **Friz** | **Oppenweiler** | **1963** | **GER** | **716** | **N** | 68 | 70 | 138 | 30.06.26 |
| 391 | 326 | | Jürgen | Geier | Plochingen | 1963 | GER | 600 | | 47 | 91 | 138 | 30.06.25 |
| 391 | 326 | | Hans-Dieter | Penning | Leer | 1962 | GER | 519 | | 83 | 55 | 138 | 31.12.22 |
| 391 | 326 | | Klaus-Dieter | Schulze | Kropp | 1952 | GER | 551 | | 112 | 26 | 138 | 30.06.26 |
| 397 | 332 | | Thorsten | Janßen | Winsen / Luhe | 1972 | GER | 258 | | 106 | 31 | 137 | 31.12.22 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 398 | 333 | | Schek kee | Lo | Hamburg | 1966 | GER | 134 | I | 102 | 34 | 136 | 31.12.07 |
| 398 | 333 | | Wolfgang | Menzel | Sankt Augustin | 1955 | GER | 535 | I | 105 | 31 | 136 | 31.12.22 |
| 398 | 333 | | Fritz | Rietkötter | Wildeshausen | 1966 | GER | 419 | I | 106 | 30 | 136 | 31.12.19 |
| 401 | 336 | | Dieter | Albrecht | Gerlingen | 1941 | GER | 377 | I | 45 | 90 | 135 | 31.12.20 |
| 401 | 336 | | Thomas | Busse | Bernterode | 1965 | GER | 481 | | 134 | 1 | 135 | 31.12.25 |
| 401 | 336 | | Uwe | Drechsel Dr. | Bad Elster | 1958 | GER | 411 | | 135 | 0 | 135 | 31.12.24 |
| 401 | | 66 | Verena | Hajek | Köln | 1952 | GER | 503 | | 134 | 1 | 135 | **30.06.26** |
| 401 | 336 | | Frank | Lorenzen | Flensburg | 1973 | GER | 608 | | 119 | 16 | 135 | **30.06.26** |
| 401 | 336 | | Willi | Müller | Kaltenborn | 1947 | GER | 195 | I | 90 | 45 | 135 | 31.12.09 |
| 401 | | 66 | Steffi | Reich Dr. | Hettstedt | 1964 | GER | 676 | | 66 | 69 | 135 | 31.12.24 |
| 401 | 336 | | Jörg | Stepponat | Bad Homburg | 1958 | GER | 509 | | 124 | 11 | 135 | **30.06.26** |
| 409 | 342 | | Patrick | Hussel | Springe | 1980 | GER | 516 | | 91 | 43 | 134 | 31.12.23 |
| 409 | 342 | | Bernhard | Teicher | Ostbevern | 1943 | GER | 51 | I | 102 | 32 | 134 | 31.12.07 |
| 411 | 344 | | Jörg | Bartz | Kremmen | 1963 | GER | 566 | | 110 | 23 | 133 | 31.12.25 |
| 411 | 344 | | Sven | Grebe | Niestetal | 1969 | GER | 568 | | 123 | 10 | 133 | **30.06.26** |
| 411 | 344 | | Christopher | Greenaway | Stuttgart | 1974 | GER | 588 | | 104 | 29 | 133 | 31.12.25 |
| 411 | 344 | | Otto | Liedtke | Gifhorn | 1960 | GER | [176] | v | 108 | 25 | 133 | 2012 (v) |
| 411 | | 68 | Katja | Pfenningschmidt-Redeker | Bielefeld | 1973 | GER | 674 | | 70 | 63 | 133 | **30.06.26** |
| 411 | 344 | | Jan | Seebode | Lindhorst | 1972 | GER | 589 | | 99 | 34 | 133 | **30.06.26** |
| 417 | | 69 | Eva-Maria | Gaszek | Senden | 1966 | GER | 646 | | 90 | 42 | 132 | 31.12.25 |
| 417 | 349 | | Thomas | Mitterer | Hürth | 1971 | GER | 641 | | 112 | 20 | 132 | 31.12.25 |
| 417 | | 69 | Nicole | Woermann-Riedel | Münster | 1976 | GER | 700 | | 111 | 21 | 132 | 31.12.25 |
| 420 | 350 | | Wolfgang | Ratsch | Walsrode | 1951 | GER | 684 | | 106 | 25 | 131 | **30.06.26** |
| 420 | | 71 | Nicole | Sasse | Bad Münder | 1975 | GER | 631 | | 97 | 34 | 131 | 31.12.25 |
| 420 | | 71 | Andrea | Selent | Hannover | 1966 | GER | 498 | | 66 | 65 | 131 | 31.12.25 |
| 420 | 350 | | Andreas | Walendy | Vellmar | 1982 | GER | 479 | | 121 | 10 | 131 | 31.12.22 |
| 420 | 350 | | Uwe | Wingerning | Salzgitter | 1963 | GER | 622 | | 27 | 104 | 131 | **30.06.26** |
| 425 | 353 | | Stefan | Hinrichsen | Koldenbüttel | 1969 | GER | 661 | | 121 | 9 | 130 | 31.12.25 |
| 425 | 353 | | Markus | Korölus | Freiburg | 1993 | GER | 324 | I | 107 | 23 | 130 | 31.12.14 |
| 425 | 353 | | Hirendra | Kurani | Henstedt-Ulzburg | 1955 | IND | 246 | I | 116 | 14 | 130 | 31.12.09 |
| 428 | 356 | | Ingo | Schulze | Horb | 1948 | GER | 49 | I | 42 | 87 | 129 | 30.06.14 |
| 429 | | 73 | Herta | de Buhr | Neukamperfehn | 1960 | GER | 657 | | 80 | 48 | 128 | **30.06.26** |
| 430 | 357 | | **Giovanni** | **Pierandrea** | **Rom** | **1973** | **ITA** | **723** | **N** | 34 | 93 | 127 | **30.06.26** |
| 430 | 357 | | Norbert | Schmid | Hamburg | 1950 | GER | 159 | I | 121 | 6 | 127 | 31.12.05 |
| 432 | | 74 | Luzie | Boenigk | Berlin | 1962 | GER | 429 | | 93 | 33 | 126 | 31.12.23 |
| 432 | 359 | | **Benjamin** | **Hoogstraat** | **Ihlow** | **1989** | **GER** | **717** | **N** | 78 | 48 | 126 | **30.06.26** |
| 432 | 359 | | Jürgen | Kopp | Tremsbüttel | 1948 | GER | 101 | I | 104 | 22 | 126 | 30.06.16 |
| 432 | 359 | | Friedhelm | Tappe | Osnabrück | 1957 | GER | 687 | | 106 | 20 | 126 | **30.06.26** |
| 432 | 359 | | Bruno | Witt | Zerf | 1953 | GER | 283 | I | 101 | 25 | 126 | 29.03.16 |
| 437 | 363 | | Benedikt | Brockmann | Borgholzhausen | 1980 | GER | 682 | | 65 | 60 | 125 | **30.06.26** |
| 437 | 363 | | Reinhard | Schwien | Wesseln | 1961 | GER | 460 | I | 115 | 10 | 125 | 30.06.20 |
| 439 | 365 | | Wolfgang | Kahlert | Seevetal | 1950 | GER | 224 | I | 100 | 24 | 124 | 30.06.20 |
| 439 | 365 | | Michael | Labs | Berlin | 1961 | GER | 322 | | 92 | 32 | 124 | 31.12.25 |
| 441 | 367 | | Mike | Baade | Wunstorf | 1973 | GER | 552 | | 88 | 35 | 123 | 30.06.24 |
| 441 | 367 | | Sven | Benkelberg | Achim | 1984 | GER | 701 | | 77 | 46 | 123 | **30.06.26** |
| 441 | 367 | | Hans | Petermann | Riedlingen-Zwief. | 1948 | GER | 412 | I | 95 | 28 | 123 | 31.12.19 |
| 441 | 367 | | Martin | Schöll | Augsburg | 1972 | GER | 370 | I | 120 | 3 | 123 | 31.12.17 |
| 445 | 371 | | Evert | Delbanco Dr. | Köln | 1969 | GER | 314 | | 122 | 0 | 122 | 31.12.23 |
| 445 | 371 | | Wolfgang | Kiderlen | Offenburg | 1941 | GER | 337 | | 88 | 34 | 122 | 31.12.23 |
| 445 | 371 | | Stefan | Schulz | Osnabrück | 1967 | GER | 710 | | 43 | 79 | 122 | **30.06.26** |
| 448 | | 75 | Birgit | Stepponat | Bad Homburg | 1965 | GER | 570 | | 111 | 10 | 121 | **30.06.26** |
| 449 | | 76 | Iris | Lenhard | Sulzbach | 1966 | GER | 686 | | 104 | 16 | 120 | **30.06.26** |
| 449 | 374 | | Johannes | Mohr | Mörfelden | 1934 | GER | [126] | v | 82 | 38 | 120 | 2018 (v) |
| 449 | | 76 | **Melanie** | **Ruppenthal** | **Grebenstein** | **1994** | **GER** | **719** | **N** | 75 | 45 | 120 | **30.06.26** |
| 452 | 375 | | Jürgen | Beck | Gelsenkirchen | 1953 | GER | 634 | | 47 | 72 | 119 | 31.12.25 |
| 452 | 375 | | Harald | Bootz | Hamburg | 1974 | GER | 677 | | 97 | 22 | 119 | **30.06.26** |
| 452 | 375 | | Manfred | Späth | Sersheim | 1961 | GER | 660 | | 55 | 64 | 119 | **30.06.26** |
| 455 | 378 | | Gunther | Graebel | Duisburg | 1953 | GER | 448 | | 118 | 0 | 118 | 31.12.25 |
| 456 | 379 | | Timo | Dreiser | Dintesheim | 1966 | GER | 415 | I | 96 | 21 | 117 | 31.12.20 |
| 456 | 379 | | Peter | Henke | Münsterdorf | 1963 | GER | 365 | I | 98 | 19 | 117 | 30.06.24 |
| 458 | 381 | | Ulrich Martin | Clever Dr. | Leipzig | 1953 | GER | 581 | | 111 | 5 | 116 | **30.06.26** |
| 458 | 381 | | Kurt | Laube | Stüde | 1948 | GER | 295 | I | 114 | 2 | 116 | 31.12.17 |
| 458 | 381 | | Hannes | Nolte | Braunschweig | 1942 | GER | 250 | I | 108 | 8 | 116 | 30.06.18 |
| 458 | 381 | | Thomas | Redeker | Bielefeld | 1968 | GER | 690 | | 82 | 34 | 116 | **30.06.26** |
| 458 | 381 | | Rolf-Achim | Reichart | Obertshausen | 1959 | GER | 525 | | 61 | 55 | 116 | 31.12.25 |
| 458 | 381 | | Richie | Szlachta | Witten | 1952 | GER | 347 | I | 116 | 0 | 116 | 05.07.14 |
| 464 | 387 | | Danny | Reinhold | Bremen | 1975 | GER | 669 | | 82 | 33 | 115 | **30.06.26** |
| 465 | 388 | | Jörg | Theelen | Nettetal | 1966 | GER | 672 | | 112 | 2 | 114 | 31.12.25 |
| 466 | 389 | | Johannes | Brandl | Berlin | 1981 | GER | 352 | I | 88 | 25 | 113 | 30.06.14 |
| 466 | 389 | | Heinz | Jagemann | München | 1959 | GER | 598 | | 109 | 4 | 113 | **30.06.26** |
| 466 | 389 | | Michael | Kofferschläger | Wegberg | 1978 | GER | 706 | | 65 | 48 | 113 | 31.12.25 |
| 466 | 389 | | Gunther | Zeller | Stuttgart | 1952 | GER | 484 | | 64 | 49 | 113 | 31.12.23 |
| 470 | 393 | | Andreas | Leffler | Kaltenkirchen | 1971 | GER | 454 | I | 111 | 1 | 112 | **30.06.26** |
| 471 | 394 | | Werner | Burmeister | Glinde | 1964 | GER | 259 | I | 100 | 11 | 111 | 31.12.09 |

| Platz | m | w | Vorname | Name | Ort | Jg | Nat | Nr | St | M | U | Gesamt | Stand |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 471 | 394 | | Torsten | Merten | Köln | 1977 | GER | 510 | | 91 | 20 | 111 | 30.06.20 |
| 473 | | 78 | Andrea | Anger | Asbach | 1965 | GER | 668 | | 57 | 53 | 110 | **30.06.26** |
| 473 | 395 | | Ralph | Benkert | Würzburg | 1970 | GER | 689 | | 87 | 23 | 110 | **30.06.26** |
| 473 | 395 | | Detlev | Blässe | Oberhausen | 1963 | GER | 644 | | 108 | 2 | 110 | 30.06.24 |
| 473 | 395 | | Zenon | Karczewski | Dresden | 1958 | GER | 506 | I | 93 | 17 | 110 | 31.12.24 |
| 473 | 395 | | Torsten | Meyer | Osnabrück | 1964 | GER | 617 | | 98 | 12 | 110 | 30.06.24 |
| 473 | 395 | | Gerd | Runge | Bad Bramstedt | 1960 | GER | 650 | | 69 | 41 | 110 | **30.06.26** |
| 473 | 395 | | Wolfgang | Wiethüchter | Dortmund | 1941 | GER | 147 | I | 110 | 0 | 110 | 31.12.07 |
| 480 | 402 | | Donald | Bierer | Haan | 1958 | GER | 647 | | 108 | 1 | 109 | 31.12.24 |
| 480 | 402 | | Karl-Jürgen | Riedel | Zwickau | 1945 | GER | 465 | I | 70 | 39 | 109 | 31.12.19 |
| 482 | 404 | | Uli | Gassner | Isny im Allgäu | 1957 | GER | 452 | | 90 | 18 | 108 | 31.12.22 |
| 482 | 404 | | Helmut | Koll | Bonn | 1955 | GER | 460 | I | 103 | 5 | 108 | 24.04.22 |
| 482 | 404 | | Martin | Kostrewa | Fröndenberg | 1964 | GER | 671 | | 99 | 9 | 108 | **30.06.26** |
| 482 | 404 | | Gernot | Lang | Bad Hersfeld | 1966 | GER | 665 | | 108 | 0 | 108 | 31.12.25 |
| 482 | 404 | | Klaus-Peter | Mickel | Karlsruhe | 1944 | GER | 381 | | 93 | 15 | 108 | 31.12.24 |
| 482 | 404 | | Roland | Molitor | Osnabrück | 1968 | GER | 615 | | 97 | 11 | 108 | 31.12.23 |
| 482 | 404 | | Peter | Pünjer | Buxtehude | 1948 | GER | 475 | P | 105 | 3 | 108 | 30.06.20 |
| 482 | 404 | | Stephan | Schillhaneck-Demke | Berlin | 1959 | GER | 670 | | 99 | 9 | 108 | 31.12.24 |
| 482 | | 79 | Cornelia | Schmutz | Neckargmünd | 1967 | GER | 652 | | 50 | 58 | 108 | 24.07.24 |
| 482 | | 79 | Monika | Wille | Lauenhagen | 1952 | GER | 639 | | 95 | 13 | 108 | 31.12.24 |
| 492 | 412 | | Klaus | Koehler | Delmenhorst | 1962 | GER | 696 | | 75 | 32 | 107 | 31.12.25 |
| 492 | | 81 | Tanja | Meimann | Sassenberg | 1972 | GER | 683 | | 59 | 48 | 107 | 31.12.25 |
| 494 | 413 | | Winfried | Gottschlich Dr. | Köln | 1963 | GER | [529] | v | 106 | 0 | 106 | 2020 (v) |
| 494 | 413 | | Marc | Hoppe | Reinheim | 1979 | GER | 688 | | 58 | 48 | 106 | **30.06.26** |
| 494 | 413 | | Steven | Koch | Meiningen | 1979 | GER | 140 | I | 79 | 27 | 106 | 30.06.14 |
| 494 | 413 | | **Stephan** | **Meins** | **Bad Oldesloe** | **1969** | **GER** | **722** | **N** | 106 | 0 | 106 | **30.06.26** |
| 494 | 413 | | Uli | Schulte | Schwanewede | 1955 | GER | 111 | I | 71 | 35 | 106 | 30.06.15 |
| 499 | 418 | | Anton | Bulic | Stuttgart | 1977 | GER | 705 | | 5 | 100 | 105 | 31.12.25 |
| 499 | 418 | | Raymond | Damerow | Hürth | 1957 | GER | 607 | | 105 | 0 | 105 | **30.06.26** |
| 499 | 418 | | **Dirk** | **Micheel** | **Lübz** | **1981** | **GER** | **720** | **N** | 94 | 11 | 105 | **30.06.26** |
| 499 | 418 | | Elmar | Stein | Weimar-Wolfsh. | 1950 | GER | 262 | I | 103 | 2 | 105 | 31.12.13 |
| 503 | 422 | | Markus | Drescher | Borna | 1976 | GER | 697 | | 89 | 15 | 104 | **30.06.26** |
| 503 | | 82 | **Evi** | **Köppe** | **Erlangen** | **1973** | **GER** | **721** | **N** | 48 | 56 | 104 | **30.06.26** |
| 503 | 422 | | Hans-Jürgen | Lange Dr. | Rellingen | 1950 | GER | [251] | v | 104 | 0 | 104 | 2021 (v) |
| 503 | 422 | | **Sven** | **Mähr** | **Wangerooge** | **1979** | **GER** | | **N** | 99 | 5 | 104 | **30.06.26** |
| 503 | 422 | | Georg | Schmauch | Hannover | 1964 | GER | 707 | | 34 | 70 | 104 | 31.12.25 |
| 503 | | 82 | **Gisela** | **Vorstermanns** | **Kempen** | **1961** | **GER** | **718** | **N** | 51 | 53 | 104 | **30.06.26** |
| 509 | 426 | | Stefan | Klotz | Köln | 1958 | GER | 591 | | 84 | 19 | 103 | 31.12.22 |
| 509 | 426 | | Michael | Rothmund | Stuttgart | 1981 | GER | 714 | | 52 | 51 | 103 | **30.06.26** |
| 509 | 426 | | Rainer | Scherer | München | 1943 | GER | 298 | P | 103 | 0 | 103 | 30.06.14 |
| 509 | 426 | | Ingmar | Weber | Saarbrücken | 1978 | GER | 704 | | 55 | 48 | 103 | **30.06.26** |
| 513 | 430 | | Manfred | Grüneberg | Hoyerswerda | 1955 | GER | 404 | I | 93 | 8 | 101 | 31.12.19 |
| 513 | 430 | | Dirk | Heumann | Gifhorn | 1964 | GER | 709 | | 86 | 15 | 101 | 04.11.25 |
| 513 | 430 | | Gerd | Müller | Havelberg | 1948 | GER | 402 | I | 76 | 25 | 101 | 31.12.17 |
| 513 | 430 | | Thomas | Theuerkorn | Bielefeld | 1961 | GER | 423 | I | 95 | 6 | 101 | 30.06.18 |
| 517 | 434 | | Jürgen U. | Fuchs | Reutlingen | 1945 | GER | 96 | I | 70 | 30 | 100 | 30.06.14 |
| 517 | 434 | | **Tino** | **Lingnau** | **Solingen** | **1986** | **GER** | **724** | **N** | 86 | 14 | 100 | **09.05.26** |
| 517 | | 84 | Janina | Rauhut | Berlin | 1982 | GER | 693 | | 82 | 18 | 100 | 18.06.25 |
| 517 | | 84 | Celina | Schnoor | Buxtehude | 1994 | GER | 685 | | 59 | 41 | 100 | 23.02.25 |
| 517 | 434 | | Wolfhard | Seeliger | Brandenburg | 1959 | GER | [382] | v | 69 | 31 | 100 | 2018 (v) |
| 517 | 434 | | Uli | Teichmann | Freiberg am Neckar | 1944 | GER | 618 | | 82 | 18 | 100 | 16.02.23 |
| 517 | 434 | | Niko | Thome | Koblenz | 1966 | GER | 348 | I | 100 | 0 | 100 | 26.10.13 |
| 517 | 434 | | Werner | Weber | Waiblingen | 1962 | GER | 681 | | 82 | 18 | 100 | 12.10.25 |
| 517 | 434 | | Benedikt | Weißbrich | Würzburg | 1965 | GER | 715 | | 48 | 52 | 100 | 01.12.25 |
| 517 | | 84 | **Annette** | **Wieland** | **Gaggenau** | **1968** | **GER** | **725** | **N** | 80 | 20 | 100 | **30.06.26** |
| 527 | 441 | | Markus | Ehrlich | Osnabrück | 1970 | GER | 703 | A | 72 | 26 | 98 | 28.08.25 |
| 528 | 442 | | Uwe-Heinz | Bendig | Osnabrück | 1969 | GER | 673 | A | 78 | 19 | 97 | 31.12.24 |
| 528 | 442 | | Utz | Meyer-Reim Dr. | Hamburg | 1961 | GER | 713 | A | 95 | 2 | 97 | 31.12.25 |
| 530 | | 87 | **Kirsten** | **Eisele** | **Ahrenvidfeld** | **1986** | **GER** | **726** | **N/A** | 68 | 16 | 84 | **30.06.26** |

m männlich w weiblich Jg Jahrgang
Nat Nation (IOC Code)
Nr Mitgliedsnummer 100MC, bei ehemaligen Mitgliedern alte Mitgliedsnummer in Klammern [ ]
St Status: E Ehrenmitglied, P passives Mitglied, I zurzeit inaktiv, A Anwärter, N Neumitglied, v vestorben
M Marathon U Ultra

# Gedanken zur Halbjahresstatistik 2026

von Jörg Chittka

Liebe 100 Marathon Clubber,

wir schreiben die Jahresmitte 2026. 246 Mitglieder haben mir eine Zwischenbilanz geschickt. Mehr als je zuvor. Lieben Dank dafür. Annähernd viertausend neue Zähler durfte ich in die Statistik einrühren.

Viele von euch geben mir auch ein paar Hintergründe zu ihren Laufleistungen. Auch dafür ein herzliches Dankeschön. Und einmal generell sorry, falls ich das nicht immer angemessen würdige. Ich versuche es, aber parallel möchte ich ja auch die Zahlen halbwegs sauber auf die Reihe bekommen.

Und so fange ich heute mal mit den soft facts an. Irgendwie ist der Wurm drin. Also, wenn jemand „wegen anhaltender Motivationsschwäche“, „Verletzung“ oder „wetterbedingt“/kalter Winter, heißer Sommer nur 40, 50 oder 60 Marathons im Halbjahr macht, ist das natürlich ein schwaches Bild, aber irgendwie noch nicht wirklich schlimm. Scherz, bitte, natürlich.

Aber da waren auch einige deutliche Rückschläge dabei. Allen Betroffenen wünsche ich gute und schnelle Genesung, auf dass ihr wieder in alter Frische die Pisten dieser Welt unter die Gummisohlen nehmen könnt.

Nun geht es in unserem Club ja darum, Grenzen zu testen und auch zu überschreiten. Gleichwohl möchte auch das irgendwie wohldosiert sein. Von daher ist es fast beruhigend, mal wieder keine dreistelligen Halbjahresleistungen zu notieren. Und die aktuellen Zahlen sind ja nicht minder beeindruckend.

Die Krone im Semester teilen sich diesmal Vito Piero Ancora und Martin Kühne mit 66 Zählern. Dicht gefolgt von Ingo Kloss, 64 M/U, Ralf Dembeck, 62, und Carolina Agabiti, 61. Die ersten fünf also über 60 Zähler. Weitere fünf Mitglieder über 50 M/U, und 57 Mitglieder mit einem Zähler und mehr pro Woche.

Vier neue Power-Frauen mit über 20 Zählern im 1. Halbjahr hat unser Verein gewinnen können: Melanie Ruppenthal, 40 M/U, Kirsten Eisele, 29, Evi Köppe, 24, und Gisela Vorstermanns, 20. Welcome to the Club. In dieser Liga konnte bei den Männern nur Neumitglied Benjamin Hoogstraat mit 34 M/U mithalten. Es ist uns eine Ehre.

Ich persönlich mag übrigens auch Null-Meldungen. Deshalb sind sie in der Tabelle aufgeführt. Es gibt Zeiten, in denen man keinen Marathon läuft. Ist so. Das machen übrigens die meisten Menschen. Es gibt andere Hobbies, andere Verpflichtungen, andere Lebensumstände. Und auch mit 0 Läufen im Jahr gehört man aktiv zum Club. Das hat sich jede/r von uns redlich erarbeitet.

Und in der Lebensleistung. Da gibt es kein Zurück. Das kann nur mehr werden. Wird es. Vier neue Tausender im ersten Halbjahr. Aktuell haben Winfried Böttjer und Wolfgang Gieler die 1000er-Marke sehr konkret im Visier, oder zwischenzeitlich schon überschritten. Ich zähle 31 Mitglieder, die mittlerweile diesem ausgesuchten Kreis angehören.

Als wäre das nicht genug, gilt es eine Leistung besonders zu würdigen: Unser italienisches Mitglied Vito Piero Ancora hat die 2.000er Marke überschritten. Als Dritter im Club und als einer der Top 10 weltweit. Unglaublich.

Darüber thronen wie gewohnt, aber deshalb nicht weniger imposant, Sigrid Eichner mit 2435 Zählern und Christian Hottas, der mit 3397 M/U bereits sein nächstes Hunderter-Jubiläum ins Visier nimmt.

Weiter geht’s. Bleibt gesund und habt Freude auf den Laufstrecken dieser Welt.

Jörg, 21. Juli 2026

# Inhalt

Adressen ..... 2
Berichte unserer Mitglieder ..... 3
Nix bliev wie et wor? ..... 3
Evi’s 100. Marathon: 24. Heilbronner Trollinger Marathon ..... 7
Freistarts für den Luxemburg Marathon 2026 ..... 9
Die Geschichte unseres Kennenlernens ..... 11
100. Ultramarathon im Rahmen des 100 km Megamarsch Weserbergland ..... 12
Weit gekommen ..... 16
Erste Profisaison mit 73 Jahren ..... 19
Aus den Medien ..... 24
Erlangerin absolviert beim Trolli ihren 100. Marathon ..... 24
Zwei Läufer, fast 2000 Marathons ..... 26
Personalien ..... 29
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe ..... 29
Geburtstage ..... 29
Jubiläen ..... 29
100MC Deutschland, 1. Halbjahr 2026, Rangliste ..... 31
100MC Deutschland, Gesamt, 30. Juni 2026, Rangliste ..... 34
Gedanken zur Halbjahresstatistik 2026 ..... 42
Inhalt ..... 43
Impressum ..... 43

# Impressum

**Veröffentlichung:** “100MC *aktuell*“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
**Druck:** WirmachenDruck Backnang
**Auflage:** 750 Exemplare
**Nächstes Heft:** “100MC *aktuell*“ 3/2026 erscheint ca. Ende November 2026
Redaktionsschluss: 10.11.2026
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:**




# 2000. Marathon Vito Piero Ancora