

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb.Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
<b>20 km</b>	1:26:28	Heilmann, Matthias	68	M 45	63	22	13.03.16	Celle	34. Celler Wasa-Lauf
<b>10 km</b>	44:33	Neudenberger, Britta	71	W 45	179	13	13.03.16	Celle	34. Celler Wasa-Lauf
<b>10 km</b>	53:23	Walther, Klaus	47	M 65	741	46	13.03.16	Celle	34. Celler Wasa-Lauf
<b>ca. 10,5 km</b>	52:33	Fischer, Lennart	98	MJ U20	165	5	16.03.16	CeBIT Run	Hannover
<b>ca. 10,5 km</b>	45:38	Kohlmeyer, Felix		MJ U20	49	2	16.03.16	CeBIT Run	Hannover
<b>ca. 10,5 km</b>	54:28	Kohlmeyer, Kerstin	69	W 45	23	3	16.03.16	CeBIT Run	Hannover
<b>10 km</b>	50:57	Zeptner, Arne	69	M HK	494	115	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>10 km</b>	55:03	Rettberg, Jürgen	51	M 65	800	10	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>10 km</b>	1:11:49	Goebbels, Gabriele	58	W 55	1287	52	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:30:25	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	302	3	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:41:00	Zeptner, Jürgen	61	M 55	979	50	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:45:09	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	1466	11	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:56:36	Kohlmeyer, Kerstin	69	W 45	572	86	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Marathon</b>	2:58:41	Özdemir, Alpay	68	M 45	58	11	10.04.16	Hannover	26. TUIfly Marathon
<b>Diskus 0,75kg</b>	11,05	Gröhler, Marga	34	W 80		1	17.04.16	Sarstedt	Frühjahrswerfertag
<b>Speer 400g</b>	10,00	Gröhler, Marga	34	W 80		1	17.04.16	Sarstedt	Frühjahrswerfertag
<b>Kugel 2kg</b>	5,14	Gröhler, Marga	34	W 80		1	17.04.16	Sarstedt	Frühjahrswerfertag
<b>Dreikampf</b>	773 Pkt.	Gröhler, Marga	34	W 80		1	17.04.16	Sarstedt	Frühjahrswerfertag
<b>ca. 5 km</b>	19:06	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	2	2	30.04.16	Hönze	9. Hönzer Lauf & Party
<b>ca. 5 km Walking</b>	40:53	Adolph, Dieter	54	M 60	6	1	30.04.16	Hönze	9. Hönzer Lauf & Party
<b>Halbmarathon</b>	1:44:51	Sperling, Malte	84	M 30	893	167	30.04.16	Ingolstadt	ODLO Halbmarathon
<b>1500m</b>	5:08,82	Özdemir, Alpay	68	M 45	<b>KM</b>	<b>3</b>	17.05.16	Alfeld	Abendsportfest
<b>ca. 5,1 km</b>	19:40	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	10	1	21.05.16	Einbeck	14. Einbecker Bierstadtlauf
<b>ca. 5,1 km</b>	23:33	Müller, Alfred	47	M 65	49	1	21.05.16	Einbeck	14. Einbecker Bierstadtlauf
<b>ca. 10,9 km</b>	51:55	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	30	1	21.05.16	Einbeck	14. Einbecker Bierstadtlauf
<b>ca. 24,9 km</b>	1:51:37	Özdemir, Alpay	68	M 45	5	1	21.05.16	Einbeck	14. Einbecker Bierstadtlauf

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb.Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
ca. 5 km	23:11	Müller, Alfred	47	M 65	29	1	28.05.16	Dassel	33. Int. Sollinglauf
ca. 13,5 km	56:25	Özdemir, Alpay	68	M 45	5	1	28.05.16	Dassel	33. Int. Sollinglauf
ca. 13,5 km	59:52	Heilmann, Matthias	68	M 45	10	2	28.05.16	Dassel	33. Int. Sollinglauf
ca. 5 km	21:40	Neudenberger, Britta	71	W 45	2	1	04.06.16	Delligsen	21. e-on Hilskammlauf
ca. 5 km	21:41	Bohnsack, Michael	65	M 50	12	3	04.06.16	Delligsen	21. e-on Hilskammlauf
ca. 10 km	37:59	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	4	1	04.06.16	Delligsen	21. e-on Hilskammlauf
ca. 10 km	41:43	Zeptner, Jürgen	61	M 55	15	1	04.06.16	Delligsen	21. e-on Hilskammlauf
<b>Diskus 0,75kg</b>	26,90	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>BM</b>	<b>3</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Diskus 0,75kg</b>	26,90	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>KM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Speer 500g</b>	30,95	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>BM</b>	<b>2</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Speer 500g</b>	30,95	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>KM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Kugel 4kg</b>	11,09	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>BM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Kugel 4kg</b>	11,09	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>KM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Diskus 0,75kg</b>	13,12	Gröhler, Marga	34	W 80	<b>BM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Diskus 0,75kg</b>	13,12	Gröhler, Marga	34	W 80	<b>KM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Kugel 2kg</b>	5,79	Gröhler, Marga	34	W 80	<b>BM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
<b>Kugel 2kg</b>	5,79	Gröhler, Marga	34	W 80	<b>KM</b>	<b>1</b>	12.06.16	Gronau	BM+KM Einzel Senioren/-innen
ca. 6 km	23:50	Wolf, Carsten		M HK			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	24:22	Heilmann, Matthias	68	M 45			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	25:22	Reimann, Dirk	66	M 50			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	25:37	Dagnogo, Rolins	88	M HK			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	26:17	Neudenberger, Britta	71	W 45			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	26:19	Barthel, Dietmar	62	M 55			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	26:26	Efler, Markus	82	M 30			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	26:45	Bohnsack, Michael	65	M 50			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	26:50	Zeptner, Jürgen	61	M 55			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	28:22	Labrenz, Friedhelm	50	M 65			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	28:50	Zeptner, Arne	69	M HK			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	30:45	Grommas, Jürgen	47	M 65			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	32:06	Grommas, Rosi	48	W 65			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 6 km	32:07	Walther, Klaus	47	M 65			19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb.Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
ca. 42 km	<b>3:04:20</b>	<b>Staffel M/W40</b>			<b>1</b>		19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
ca. 42 km	<b>3:19:41</b>	<b>offene Wertung</b>			<b>7</b>		19.06.16	Alfeld	9. Alfelder Bernd-Meyer Staffelmara- thon
<b>Kugel 4kg</b>	11,79	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>NDM</b>	<b>1</b>	26.06.16	Schöningen	Norddeutsche Meisterschaften
ca. 5,2 km	26:13	Neudenberger, Dirk	70	M 45	38	5	01.07.16	Altenau	25. Abendlauf um die Okertalsperre
ca. 5,2 km	20:23	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	5	1	01.07.16	Altenau	25. Abendlauf um die Okertalsperre
<b>Kugel 4kg</b>	11,65	Goll, Wolfgang	41	M 75	<b>DM</b>	<b>2</b>	08.07.16	Leinefelde-Worbis	Deutsche Seniorenmeisterschaften
<b>Diskus 1kg</b>	24,48	Friebe, Günter	38	M 75	7	1	31.07.16	Uslar	Ferienwettkämpfe der LG Solling
<b>Kugel 4kg</b>	9,08	Friebe, Günter	38	M 75	2	1	31.07.16	Uslar	Ferienwettkämpfe der LG Solling
<b>Kugel 2kg</b>	5,38	Gröhler, Marga	34	W 80	2	1	31.07.16	Uslar	Ferienwettkämpfe der LG Solling
ca. 5 km	21:12	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	1	1	21.08.16	Duingen	12. Duingen Berglauf
ca. 10 km	45:28	Matthias Heilmann	68	M 45	3	1	27.08.16	Gronau	19. Gronauer Weinfestlauf
ca. 5 km	24:19	Müller, Alfred	47	M 65	28	1	27.08.16	Gronau	19. Gronauer Weinfestlauf
ca. 5 km	26:01	Neudenberger, Dirk	70	M 45	38	4	27.08.16	Gronau	19. Gronauer Weinfestlauf
ca. 5 km	20:02	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	3	1	27.08.16	Gronau	19. Gronauer Weinfestlauf
<b>10000 m</b>	37:45	Özdemir, Alpay	68	M 45	5	2	31.08.16	Borsum	7. Borsumer Stunde
<b>Diskus 1kg</b>	26,58	Friebe, Günter	38	M 75	2	1	02.09.16	Uslar	LA-Wettkämpfe der LG Solling
<b>Speer 500g</b>	21,78	Friebe, Günter	38	M 75	4	2	02.09.16	Uslar	LA-Wettkämpfe der LG Solling
ca. 9,7 km	52:43	Neudenberger, Dirk	70	M 45	18	9	10.09.16	Willershausen	Alt Ämter Aue-QueLLLauf
ca. 10 km	56:45	Abel, Jens	62	M 50	125	22	18.09.16	Hiddestorf	19. Hiddestorfer Rübenlauf
ca. 10 km	56:52	Kohlmeyer, Kerstin	69	W 45	126	13	18.09.16	Hiddestorf	19. Hiddestorfer Rübenlauf
ca. 10 km	48:33	Bohnsack, Michael	65	M 50	38	7	24.09.16	Hildesheim	8. Röderhof-Benefiz-Lauf
ca. 5,2 km	25:49	Neudenberger, Dirk	70	M 45	41	6	24.09.16	Hildesheim	8. Röderhof-Benefiz-Lauf
ca. 10 km	49:33	Neumann, Holger	62	M 50	48	8	24.09.16	Hildesheim	8. Röderhof-Benefiz-Lauf

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb.Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
<b>Halbmarathon</b>	1:22:44	Özdemir, Alpay	68	M 45	2	1	03.10.16	Alfeld	20. Alfelder Leinetal-Lauf
<b>Kugel 4kg</b>	9,05	Friebe, Günter	38	M 75		3	08.10.16	Empelde	47. Werfertag
<b>Diskus 1kg</b>	23,77	Friebe, Günter	38	M 75		4	08.10.16	Empelde	47. Werfertag
<b>Kugel 4kg</b>	11,30	Goll, Wolfgang	41	M 75		1	08.10.16	Empelde	47. Werfertag
<b>Diskus 1kg</b>	27,62	Goll, Wolfgang	41	M 75		2	08.10.16	Empelde	47. Werfertag
<b>Speer 500g</b>	26,38	Goll, Wolfgang	41	M 75		2	08.10.16	Empelde	47. Werfertag
<b>Marathon</b>	4:21:33	Sperling, Malte	84	M 30	2979	391	09.10.16	München	31. München Marathon
<b>Kugel 4kg</b>	8,97	Friebe, Günter	38	M 75		2	15.10.16	Uslar	Läufer- u. Werfertag
<b>Diskus 1kg</b>	23,82	Friebe, Günter	38	M 75		3	15.10.16	Uslar	Läufer- u. Werfertag
<b>ca. 6,4 km</b>	37:02	Abel, Jens	62	M 50	10	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 6,4 km</b>	37:02	Kohlmeyer, Kerstin	69	W 45	3	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 13 km</b>	1:11:31	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	14	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 13 km</b>	1:05:39	Neudenberger, Britta	71	W 45	2	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 13 km</b>	1:13:43	Neudenberger, Dirk	70	M 45	16	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 6,4 km</b>	26:38	Neudenberger, Leon	98	MJ U20	3	1	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 13 km</b>	1:03:53	Zeptner, Jürgen	61	M 55	7	2	15.10.16	Warzen	12. Warzer Esellauf
<b>ca. 14,4 km</b>	1:09:01	Bohnsack, Michael	65	M 50	31	8	29.10.16	Schulenberg	40. Harzer Talsperrenserie 1. Wertungslauf
<b>ca. 5 km</b>	21:10	Strohmeyer, Michael	67	M 45	18	4	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 5 km</b>	24:17	Zeptner, Arne	69	M HK	57	13	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 5 km</b>	24:25	Neudenberger, Dirk	70	M 45	60	9	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 5 km</b>	29:43	Graupe, Manfred	56	M 60	84	7	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 5 km</b>	32:35	Adolph, Dieter	54	M 60	99	8	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:04:18	Dagnogo, Rolins	88	M HK	37	5	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:04:18	Efler, Markus	82	M 30	37	3	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:04:28	Zeptner, Jürgen	61	M 55	41	5	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:04:30	Barthel, Dietmar	62	M 50	42	9	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:04:34	Neudenberger, Britta	71	W 45	43	2	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:07:15	Müller, Alfred	47	M 65	55	2	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>ca. 14,5 km</b>	1:10:17	Bohnsack, Michael	65	M 50	64	13	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb.Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
ca. 14,5 km	1:11:15	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	70	4	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
ca. 14,5 km	1:16:58	Grommas, Jürgen	47	M 65	93	7	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
ca. 14,5 km	1:16:58	Grommas, Rosi	48	W 65	93	1	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
ca. 14,5 km	1:18:16	Walther, Klaus	47	M 65	102	8	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
ca. 14,5 km	1:21:50	Kohlmeyer, Kerstin	69	W 45	110	8	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
ca. 14,5 km	1:22:24	Abel, Jens	62	M 50	112	21	05.11.16	Astfeld Granetalsperre	40. Harzer Talsperrenserie 2. Wertungslauf
<b>Halbmarathon</b>	1:47:29	Barthel, Dietmar	62	M 50		4	19.11.16	Nordstemmen – Adensen	4. Schloss Marienburg Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:48:53	Neumann, Holger	62	M 50		6	19.11.16	Nordstemmen – Adensen	4. Schloss Marienburg Marathon
<b>Halbmarathon</b>	1:46:31	Zeptner, Jürgen	61	M 55		1	19.11.16	Nordstemmen – Adensen	4. Schloss Marienburg Marathon
ca. 4 km	24:44	Adolph, Dieter	54	M 60	106	6	19.11.16	Bad Gandersheim	42. See-Park-Lauf
ca. 12 km	53:56	Neudenberger, Britta	71	W 45	19	1	19.11.16	Bad Gandersheim	42. See-Park-Lauf