

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb. Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
10 km	49:54	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	401	10	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	44:14	Bohnsack, Michael	65	M 50	139	19	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	44:09	Neudenberger, Britta	71	W 45	136	5	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	59:09	Walther, Klaus	47	M 70	1053	19	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	59:26	Abel, Jens	62	M 55	993	173	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	1:01:24	Abel, Kerstin	69	W 45	1138	55	10.03.19	Celle	37. Celler Wasa-Lauf
10 km	44:54	Heilmann, Matthias	68	M 50	72	10	23.03.19	Springe	43. Springe-Deister-Marathon
Marathon	3:21:10	Özdemir, Alpay	68	M 50	295	35	07.04.19	Hannover	29. HAJ Hannover Marathon
Marathon	3:21:10	Özdemir, Alpay	68	M 50	LM	6	07.04.19	Hannover	NLV+BLV Meisterschaften Marathon
10 km	0:51:46	Korkmaz, Özgür	98	MHK	476	123	07.04.19	Hannover	29. HAJ Hannover Marathon
Halbmarathon	1:26:09	Neudenberger, Leon	98	MHK	129	42	07.04.19	Hannover	29. HAJ Hannover Marathon
10 km	46:21	Bohnsack, Michael	65	M 50	416	35	20.04.19	Paderborn	73. Paderborner Osterlauf
5 km	39:52	Goebbels, Herbert	42	M 75	215	139	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
5 km	39:55	Goebbels, Gabriele	58	W 55	227	173	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
Halbmarathon	1:38:33	Neudenberger, Britta	71	W 45	16	8	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
Halbmarathon	1:39:00	Bohnsack, Michael	65	M 50	237	23	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
Halbmarathon	1:51:27	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	698	11	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
Halbmarathon	2:07:01	Walther, Klaus	47	M 70	1174	3	28.04.19	Dresden	Oberelbe-Marathon
ca. 5 km	26:18	Müller, Alfred	47	M 70	98	1	01.05.19	Dransfeld	22. Dransfelder Hasenmelker Lauf
ca. 6 km	31:29	Müller, Alfred	47	M 70	45	1	05.05.19	Osterode	Osteroder Stadtwaldlauf
ca. 5,1 km	24:16	Müller, Alfred	47	M 70	55	1	11.05.19	Einbeck	Einbecker Bierstadtlauf
5 km	23:00	Müller, Alfred	47	M 70	122	1	19.05.19	Göttingen	Göttinger Frühlings-Volkslauf
ca. 5 km	32:02	Müller, Alfred	47	M 70	35	1	25.05.19	Dassel	36. Int. Sollinglauf

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb. Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
ca. 10 km	53:09	Kumor, Gregor	74	M 45	14	2	25.05.19	Hönze	12. Hönzer Lauf & Party
Halbmarathon	1:27:01	Özdemir, Alpay	68	M 50	1	1	25.05.19	Hönze	12. Hönzer Lauf & Party
Kugel 4kg	10,77	Goll, Wolfgang	41	M 75	LM	1	26.05.19	Celle	NLV+BLV Einzel Senioren/-innen
ca. 11,7 km	1:01:39	Müller, Alfred	47	M 70	68	1	29.05.19	Hattorf	18. Oderpark-Seelauf
ca. 10 km	40:21	Langner, Kristian	76	M 40	13	2	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 10 km	40:10	Reimann, Dirk	66	M 50	11	2	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 10 km	44:33	Slomiany, Rico	01	MJ U20	22	1	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 10 km	45:31	Korkmaz, Özgür	98	MHK	25	1	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 10 km	49:47	Kumor, Gregor	74	M 45	35	5	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 5 km	26:11	Müller, Alfred	47	M 70	22	1	01.06.19	Delligsen	Mönnecke Energie Hilskamm – Lauf
ca. 5 km	28:24	Müller, Alfred	47	M 70	24	1	15.06.19	Bad Sachsa	Südharzer-Göbels-Vitallauf Bad Sachsa
ca. 4 km	13:36,4	Neudenberger, Leon	98	MHK	1	1	22.06.19	Brunkensen	38. Leichtathletiksportfest
ca. 5,0 km	25:03	Müller, Alfred	47	M 70	32	1	23.06.19	Dörrigsen	Dörrigser Ahlsburglauf
ca. 5,4 km	27:54	Müller, Alfred	47	M 70	43	1	06.07.19	Wolfshagen	18. Wolfshäger Sommernachtslauf
Kugel 4kg	11,07	Goll, Wolfgang	41	M 75	DM	4	12.07.19	Leinefelde-Worbis	DM Einzel Senioren/-innen
ca. 6 km	48:57	Goebbels, Gabriele	58	W 60	207	3	16.08.19	Springe-Alvesrode	3. Wisent-RUN
ca. 6 km	52:04	Goebbels, Herbert	42	M 75	210	2	16.08.19	Springe-Alvesrode	3. Wisent-RUN
3000 m	13:45,23	Müller, Alfred	47	M 70	23	15	20.08.19	Göttingen	Bahnlaufserie der LG Göttingen Teil 1
ca. 6,5 km	30:09	Neudenberger, Britta	71	W 45	41	9	27.08.19	Hannover	B2Run Hannover
ca. 6,5 km	28:33	Bohnsack, Michael	65	M 50	325	12	27.08.19	Hannover	B2Run Hannover
5 km	23:37	Müller, Alfred	47	M 70	26	1	07.09.19	Greene	24. Greener Leinewiesenlauf

Disziplin	Zeit / Weite	Name	Geb. Jahr	AK	Ges. Platz	AK Platz	Datum	Ort	Veranstaltung
ca. 5 km	17:45	Neudenberger, Leon	98	MHK	9	7	13.09.19	Hannover	SportScheck Run
ca. 5 km	23:03	Korkmaz, Özgür	98	MHK	224	59	13.09.19	Hannover	SportScheck Run
ca. 5 km	25:09	Neudenberger, Dirk	70	M 45	397	52	13.09.19	Hannover	SportScheck Run
ca. 5 km	26:19	Neudenberger, Britta	71	W 45	229	16	13.09.19	Hannover	SportScheck Run
ca. 5 km	20:16	Neudenberger, Leon	98	MHK	15	1	14.09.19	Diekholzen	Sundernlauf
ca. 8 km	54:16	Seidel, Thomas	73	M 45	19	2	15.09.19	Lamspringe	Lamspringer Klosterlauf
1500 m	6:35,29	Müller, Alfred	47	M 70	23	10	17.09.19	Göttingen	Bahnlaufserie der LG Göttingen Teil 3
ca. 5,2 km	19:51	Neudenberger, Leon	98	MHK	2	2	21.09.19	Hildesheim	11. Röderhof-Benefiz-Lauf
ca. 0,6 km	6:13	Funke, Lounis	17	M 6	4	3	03.10.19	Alfeld	23. Alfelder Leinetal-Lauf
5000 m	23:43,4	Müller, Alfred	47	M 70	8	1	19.10.19	Uslar	Ferienwettkämpfe der LG Solling
ca. 12,5 km	1:03:02	Neudenberger, Britta	71	W 45	1	1	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 6,4 km	25:15	Neudenberger, Leon	98	MHK	1	1	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 6,4 km	31:39	Bohnsack, Michael	65	M 50	10	2	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 6,4 km	34:03	Labrenz, Friedhelm	50	M 65	21	3	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 6,4 km	34:08	Paland, Udo	58	M 60	22	2	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 6,4 km	34:30	Korkmaz, Özgür	98	MHK	23	5	19.10.19	Warzen	15. Warzer Esel Wald- und Crosslauf
ca. 0,7 km	6:02	Funke, Lounis	17	M 6	14	11	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
ca. 12 km	44:51	Neudenberger, Leon	98	MHK		5	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
ca. 12 km	55:13	Neudenberger, Britta	71	W 45		2	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
ca. 4 km	17:50	Bohnsack, Michael	65	M 50		7	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
ca. 4 km	24:29	Ehling, Andreas	64	M 55		10	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
ca. 4 km	18:47	Müller, Alfred	47	M 70		1	23.11.19	Bad Gandersheim	45. See-Park-Lauf
Halbmarathon	1:46:26	Barthel, Dietmar	62	M 55	25	3	23.11.19	Nordstemmen–Adensen	7. Schloss Marienburg Marathon
Halbmarathon	1:52:13	Zeptner, Jürgen	61	M 55	41	6	23.11.19	Nordstemmen–Adensen	7. Schloss Marienburg Marathon
ca. 5 km	32:02	Ehling, Andreas	64	M 55	350	28	31.12.19	Hasede	35. Haseder Silvesterlauf