

46. Rater Neujahrslauf 04.01.2026



Ergebnisse Gesamt

Platzierungen erfolgen nach Nettozeiten.

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
1.	2322	Leon Vollstedt	2003	M	M	Triathlon Team Ratingen 08	16:23	16:23
2.	554	Jan Baumgarten	2004	M	M	Triathlon Team Ratingen 08	16:30	16:30
3.	2084	Jan Vernikov	2008	M	MJ	Ski-Keller Kaulard&Schroiff	16:38	16:38
4.	2064	Lennard Böge	2000	M	M	Cologne Athletics	16:47	16:47
5.	2198	Andreas Wundersee	1986	M	M40		17:11	17:10
6.	1960	Nico Neumann	2006	M	M	Düsseldorf Athletics	17:25	17:24
7.	1416	Nils Riedel	2002	M	M	Liebfrauenschule	17:28	17:27
8.	883	Anna Maria Hiegemann	1994	W	W30	LT Stoppenberg e.V.	17:30	17:30
9.	2342	Daniela Wurm	1991	W	W35	Bunert Wuppertal / TV Hasslinghausen	17:46	17:46
10.	573	Max Pocha	2003	M	M	Triathlon Team Ratingen 08	17:51	17:50
11.	354	Erik Diegel	2006	M	M	HSP Münster	17:53	17:53
12.	2139	Maik Voigt	1981	M	M45	TV Refrath	18:18	18:17
13.	1121	Enno Ritzenhoff	2007	M	MJ	Freie Schwimmer Düsseldorf	18:20	18:18
14.	280	Stefan Horsch	1986	M	M40		18:24	18:24
15.	1598	Leander Hoffmann	2000	M	M		18:25	18:24
16.	1861	Jan Pocha	2005	M	M		18:26	18:24
17.	562	Nick Frohnert	2010	M	MJ	Triathlon Team Ratingen 08	18:39	18:37
18.	875	Andreas Schurgacz	1980	M	M45	TuS 08 Lintorf	18:47	18:47
19.	1026	Kaito Yoshizawa	2008	M	MJ		18:59	18:59
20.	613	Laurenz Marstaller	2000	M	M		19:12	19:06
21.	2339	Dominic Bornemann	1977	M	M45	TV Hasslinghausen	19:08	19:08
22.	2030	Moritz Kleuser	2011	M	MJ	Barmer TV	19:11	19:09
23.	527	Julian Dönch	2008	M	MJ		19:47	19:32
24.	2324	Friedemann Gobrecht	1987	M	M35	TuS Breitscheid	19:38	19:34
25.	1760	Lennart Stark	1995	M	M30	SG Radschläger Düsseldorf	19:43	19:39
26.	516	Felix Düchting	1992	M	M30	QITS GmbH	19:57	19:46
27.	989	Yannik Traynor	1994	M	M30	TV Refrath	19:52	19:50
28.	2092	Timon Forsbach	2009	M	MJ	TV Ratingen	19:59	19:54
29.	2190	Manuel Suer	2001	M	M	Anchor Running Crew Duisburg	19:57	19:54
30.	74	Niklas Dönch	2006	M	M		20:15	20:01
31.	1769	Paula Frederike Böttcher	1994	W	W30		20:05	20:05
32.	73	Jan Wolters	2006	M	M		20:20	20:05
33.	171	Tim Zeidler	1998	M	M		20:19	20:16
34.	1028	Arne Möller	1973	M	M50	BUW	20:19	20:17
35.	2081	Tomoyuki Atsumi	1984	M	M40		20:28	20:20
36.	1674	Dominique Schubert	1975	M	M50	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	20:28	20:25
37.	1835	Anton Biermann	2011	M	MJ	SV Socksonfire	20:36	20:27
38.	1852	Niklas Roth	1996	M	M30		20:32	20:28
39.	514	Marc Dräbing	1977	M	M45	QITS GmbH	20:44	20:32
40.	2173	Anton Lenger	1999	M	M	Jetzt & Immer GmbH	21:28	20:32
41.	2268	Malte Goldfarb	1977	M	M45		20:36	20:32
42.	1024	Yoichi Yoshizawa	1977	M	M45		20:34	20:33
43.	292	Lila Nunn	2013	W	WJ		20:39	20:38

46. Rateringer Neujahrslauf 04.01.2026



Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
44.	1896	Lukas Ruehle	1999	M	M	TTR08	20:50	20:42
45.	2011	Tom Wende	2008	M	MJ	ASV Duisburg	21:01	20:59
46.	985	Moritz Kleinau	2002	M	M		21:05	20:59
47.	1262	Cara Schoiber	2012	W	WJ	ASC Düsseldorf	21:02	21:00
48.	417	Fabian Junge	1983	M	M40	TRIlandertaler Mettmann-Sport	21:14	21:00
49.	1890	Katharina Strunk	1991	W	W35	SFD 75 Düsseldorf	21:16	21:07
50.	156	Juan Sergio Ennemann	1997	M	M		21:18	21:07
51.	1905	Willi Beneke	1974	M	M50	Trainingsgruppe Bunert Duisburg	21:11	21:09
52.	2345	Dariusz Sadlakowski	1969	M	M55	LT Bittermark	21:18	21:14
53.	272	Lorenz Raschke	2004	M	M		21:21	21:15
54.	576	Paula Richter	2009	W	WJ	Triathlon Team Ratingen 08	21:18	21:15
55.	418	Philipp Schlüter	1981	M	M45	TRIlandertaler Mettmann-Sport	21:34	21:21
56.	276	Mats Hesse	2016	M	MK	ASV Duisburg	21:21	21:21
57.	2344	Emilia Van de Moosdijk	2000	W	W		21:35	21:28
58.	1027	Kento Yoshizawa	2012	M	MJ		21:31	21:31
59.	2294	Theo Germes	2002	M	M		21:35	21:35
60.	2270	Linus Egenberger	2011	M	MJ	Gebrüder Grimm Schule Ratingen	22:16	21:36
61.	200	Bruno Gieseke	2013	M	MJ	Düsseldorf Athletics	21:38	21:38
62.	1397	Jan Hufmüller	2008	M	MJ	Liebfrauenschule	22:00	21:43
63.	17	Thomas Witte	1967	M	M55	Running Team Grafenberg	21:58	21:44
64.	84	Anton Adler	1994	M	M30		21:50	21:44
65.	1705	Tessa Dahmen	2010	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	21:48	21:46
66.	1993	André Stämmeler	1993	M	M30	Laufen gegen Leiden	22:00	21:50
67.	884	Lilly Sandach	2003	W	W	LT Stoppenberg e.V.	21:59	21:52
68.	611	Jens Kleinau	1961	M	M65	Freie Schwimmer Düsseldorf	22:04	21:59
69.	1706	Ralf Dahmen	1968	M	M55	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	22:04	22:01
70.	1503	Jonas Hinzmann	2008	M	MJ		22:17	22:05
71.	34	Paul Adler	1960	M	M65	Düsseldorfer Schauspielhaus	22:19	22:14
72.	355	Florian Stappen	2006	M	M	Broichrunners	22:22	22:15
73.	584	Joana Wolff	1997	W	W	Triathlon Team Ratingen 08	22:30	22:17
74.	387	Hugo Wülfken	2012	M	MJ	Ratingen 04/19	22:22	22:19
75.	1974	Max Kampshoff	2009	M	MJ	TV Ratingen	22:25	22:19
76.	1069	Paul-Erik Koschate	2014	M	MJ	Gebrüder-Grimm-Schule	22:23	22:20
77.	1677	Jörg Datki	1978	M	M45	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	22:32	22:22
78.	1110	Tim Reismann	1985	M	M40	Niterra EMEA GmbH	22:36	22:22
79.	1829	Tim Welling	2006	M	M		22:33	22:27
80.	1738	Laura Wulff	2006	W	W	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	22:33	22:27
81.	2133	Ludger Kreuels	1972	M	M50		22:37	22:28
82.	1410	Roman Wille	1983	M	M40	Liebfrauenschule	22:59	22:28
83.	492	Frits Kok	2009	M	MJ		22:58	22:31
84.	491	Cornelia Kok	2007	W	WJ		22:57	22:32
85.	773	Samuel Smale	2014	M	MJ	Gebrüder-Grimm-Schule	22:35	22:33
86.	2086	Maximilian Makoski	1999	M	M		22:42	22:33
87.	1429	Vanessa Gertler	1982	W	W40	Friedrich-Ebert-Schule	22:39	22:34

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
88.	1693	Helene Onischke	2010	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	22:47	22:39
89.	1039	Georg Bloch	1986	M	M40		22:57	22:44
90.	1038	Estefanía Bloch	1986	W	W40		22:58	22:46
91.	620	Hagen Schildhauer	1986	M	M40	Agaplesion Wohnen und Pflege Ratingen /	23:12	22:50
92.	277	Aladji Heck	2016	M	MK	ASV Duisburg	22:52	22:51
93.	160	Tammo Hahn	2007	M	MJ	Die Heimläufer	22:55	22:53
94.	1018	Mathias Knopp	1969	M	M55	Team-Essen 1999 e.V.	22:58	22:55
95.	1430	Florin Von Blanckenburg	1988	M	M35	Friedrich-Ebert-Schule	23:04	22:58
96.	848	Verena Metzner	1976	W	W50	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	23:10	23:05
97.	2033	Marko Sliskovic	2001	M	M		23:12	23:08
98.	567	Jannik Milnikel	2011	M	MJ	Triathlon Team Ratingen 08	23:14	23:12
99.	441	Pavel Poddubsky	1996	M	M30	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	23:55	23:14
100.	304	Christopher Siemen	1988	M	M35		23:35	23:14
101.	877	Judith Lucks	1979	W	W45	TuS 08 Lintorf	23:20	23:17
102.	2174	Fritz Willner	1999	M	M	Jetzt & Immer GmbH	24:15	23:19
103.	1672	Clara Schubert	2011	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	23:21	23:20
104.	2333	Henry Dietl	2008	M	MJ		23:23	23:21
105.	1019	Ute Spicker	1961	W	W65	Team-Essen 1999 e.V.	23:30	23:24
106.	1586	Christian Spoden	1977	M	M45		23:34	23:24
107.	963	Jonas Oberwinster	1997	M	M	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	24:03	23:27
108.	161	Carlos Wenk	2007	M	MJ	Die Heimläufer	23:32	23:30
109.	1025	Hisako Yoshizawa	1975	W	W50		23:34	23:33
110.	407	Christina Begas	1973	W	W50		24:04	23:35
111.	1673	Daniela Schubert	1977	W	W45	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	23:40	23:37
112.	565	Matthias Knepper	1986	M	M40	Triathlon Team Ratingen 08	24:37	23:39
113.	2025	Meinolf Runte	1961	M	M65	TuS Breitscheid	23:50	23:41
114.	92	Dirk Puma Westmeier	1968	M	M55	Fortuna Düsseldorf 1895	23:43	23:43
115.	1562	Sarah Speckenbach	2008	W	WJ	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	23:47	23:44
116.	1920	Diana Machui	1981	W	W45	Anchor Running Crew Duisburg	24:15	23:46
117.	1747	Marc Kemmesies	1993	M	M30	Team Arezen	24:23	23:48
118.	437	Carlotta Winter	2002	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	24:16	23:48
119.	2281	Luca Giuliano Cassataro	2009	M	MJ	TV Hösel	24:06	23:49
120.	154	Fabian Joost	1989	M	M35		24:37	23:51
121.	1406	Christoph Jakubowski	1965	M	M60	Liebfrauenschule	24:21	23:52
122.	1886	Elena Ploch	1997	W	W	LG Wuppertal	23:58	23:53
123.	1831	Jonathan Göttke	2013	M	MJ	Team Göttke	23:57	23:55
124.	582	Julina Stolle	2001	W	W	Triathlon Team Ratingen 08	24:00	23:56
125.	404	Ralf Junius	1968	M	M55	Volksgarten parkrun Düsseldorf	24:01	23:57
126.	1405	Thomas Ulken	1981	M	M45	Liebfrauenschule	24:28	24:04
127.	2058	Fabian Gebhardt	1970	M	M55	Anchor Running Crew Duisburg	24:18	24:09
128.	2022	Marcus Hammelmaier	1973	M	M50	TuS Breitscheid	24:54	24:10
129.	1998	Luka Barac	2014	M	MJ		24:13	24:10
130.	515	Ludger Schimmel	1989	M	M35	QITS GmbH	24:29	24:10
131.	1997	Carsten Gante	1966	M	M60		24:17	24:12

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
132.	1692	Moritz Marxer	2014	M	MJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	24:36	24:13
133.	668	Christian Pohlmann	1980	M	M45	Gebrüder-Grimm-Schule	25:00	24:15
134.	2153	Markus Böhler	1974	M	M50	Raclette-Recovery-Runner	24:58	24:16
135.	583	Theo Wülken	2014	M	MJ	Triathlon Team Ratingen 08	24:20	24:17
136.	1523	Julia Nickel	1982	W	W40		24:37	24:22
137.	1903	Lena Kreft	1995	W	W30	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	24:29	24:25
138.	1869	Carla Kohlmann	2002	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	24:54	24:26
139.	2073	Stefan Ruhnau	1971	M	M55		24:58	24:27
140.	2201	Jens Plückebaum	2003	M	M		24:44	24:29
141.	2151	Iris Simon	1969	W	W55	Duisburger Schwimmverein von 1898 e. V.	24:57	24:30
142.	1594	Jochen Hovermann	1979	M	M45		25:15	24:32
143.	674	Niklas Burzan	1991	M	M35	Gebrüder-Grimm-Schule	25:19	24:34
144.	1851	Ella Roth	1999	W	W		24:55	24:36
145.	1585	Robert Spoden	2014	M	MJ		24:39	24:37
146.	1951	Sören Kölsch	1999	M	M	Verisure Deutschland GmbH	24:47	24:37
147.	264	Julian Jarminowski	1997	M	M		25:20	24:38
148.	2280	Santi Cassataro	2001	M	M	TV Hösel	24:57	24:40
149.	390	Jens Lachmann	1975	M	M50	Liebfrauenschule	25:09	24:40
150.	1556	Henri Ackermann	2015	M	MK	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	24:52	24:48
151.	2039	Damir Barac	1973	M	M50		24:58	24:49
152.	1563	Maximilian Weinling	2009	M	MJ	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	25:03	24:50
153.	1907	Christof Müller	1980	M	M45		25:03	24:51
154.	681	Felix Brecht	1979	M	M45	Gebrüder-Grimm-Schule	25:18	24:53
155.	518	Martin Halfmann	1997	M	M	QITS GmbH	25:16	24:56
156.	1400	Adam Kaczmarczyk	1972	M	M50	Liebfrauenschule	25:25	24:58
157.	1750	Jannis Krämer	2014	M	MJ		25:02	24:58
158.	1534	Liam Nier	2015	M	MK	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	25:05	25:00
159.	39	Maike Olah	1989	W	W35	Kita St. Jacobus	25:08	25:01
160.	1785	Neele Pangert	2009	W	WJ		25:08	25:01
161.	1058	Dmitriy Alekseev	1988	M	M35	Gebrüder-Grimm-Schule	25:24	25:02
162.	1704	Sina Dahmen	2008	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	25:09	25:02
163.	955	Stanislav Ahafonov	1988	M	M35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	25:25	25:04
164.	574	Sophie Reiber	2005	W	W	Triathlon Team Ratingen 08	25:20	25:07
165.	517	Oliver Winkelmann	1976	M	M50	QITS GmbH	25:27	25:07
166.	1420	Alexandra Block	1976	W	W50	Liebfrauenschule	25:35	25:07
167.	972	Melanie Bender	1987	W	W35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	25:25	25:10
168.	1894	Laura Jütte	1997	W	W		25:23	25:11
169.	1613	Jonas Berndt	1985	M	M40	Ratingen Ost Papas	25:37	25:13
170.	2063	Kay Richrath	1971	M	M55	Freitagstreff(-Off)-Road-Runner	26:09	25:16
171.	421	Patrick Schumacher	1983	M	M40		25:52	25:18
172.	490	Frederik Kok	1977	M	M45		25:45	25:21
173.	933	Mike Theisen	1983	M	M40	Gebrüder-Grimm-Schule	26:07	25:21
174.	2119	Anton Albers	2010	M	MJ	ASC Ratingen West	25:23	25:21
175.	203	Peter Fresenberger	1990	M	M35	DeLäufer/innen	26:03	25:22

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
176.	1969	Igor Dick	1981	M	M45		26:10	25:26
177.	727	Séraphine Ragot	2008	W	WJ	FSD	25:32	25:26
178.	638	Lars Getwan	1975	M	M50	Gebrüder-Grimm-Schule	25:55	25:27
179.	279	Manja Jasper	2016	W	WK	ASV Duisburg	25:31	25:27
180.	2277	Christoph Jasper	1980	M	M45		25:32	25:27
181.	1591	Julius Schlemmer	2012	M	MJ		25:29	25:28
182.	1732	Victoria Butenuth	2008	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	25:36	25:28
183.	2290	Ali Haydar Balyemez	2001	M	M		25:34	25:30
184.	1407	Martin Guddat	1971	M	M55	Liebfrauenschule	26:00	25:31
185.	539	Shiho Suzuki	1977	W	W45		26:01	25:31
186.	1109	Christian Schreiner	1983	M	M40	Niterra EMEA GmbH	25:50	25:35
187.	971	Marius Kurz	1991	M	M35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	25:52	25:37
188.	1647	Marc Neumann	1970	M	M55		26:07	25:38
189.	2158	Tino Voigt	2013	M	MJ	VfL Witzhelden	25:46	25:38
190.	440	Lando Winter	2005	M	M	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	25:48	25:38
191.	1950	Jonas Brügge	1996	M	M30	Verisure Deutschland GmbH	25:50	25:39
192.	2323	Til Voigt	2015	M	MK	VfL Witzhelden	25:48	25:39
193.	1680	Lea Ost	2010	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	26:20	25:40
194.	1611	Oliver Kroll	2015	M	MK	TuS Homberg	26:08	25:43
195.	1880	Sven Krämer	2000	M	M	Tachyonen	26:02	25:43
196.	363	Olga Rewald	1986	W	W40		26:00	25:44
197.	1415	Caroline Habicht	1978	W	W45	Liebfrauenschule	26:01	25:45
198.	1671	Paula Schubert	2013	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	25:51	25:48
199.	977	Astrid Schaaphaus	1988	W	W35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	26:06	25:48
200.	2121	Peter Farkas	1983	M	M40	ASC Ratingen West	26:22	25:49
201.	1878	Stefan Stechemesser	1968	M	M55	Tachyonen	26:26	25:52
202.	2329	Jan Beckmann	1988	M	M35		26:15	25:54
203.	2032	Louis Wiesemann	2002	M	M		25:59	25:55
204.	1714	Claire Chen	2015	W	WK	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	25:57	25:57
205.	2267	Milan Goldfarb	2014	M	MJ		26:12	26:03
206.	1427	Marika Arnold	2006	W	W		26:39	26:04
207.	881	James Smale	1982	M	M40	Gebrüder-Grimm-Schule	26:08	26:04
208.	1913	Julian Saemisch	1996	M	M30	Saemisch Sanitär & Heizung	26:36	26:06
209.	291	Matthew Nunn	1980	M	M45		26:09	26:09
210.	1663	Adrian Blank	2016	M	MK	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	26:13	26:12
211.	343	Hannah Mette	1997	W	W		26:38	26:15
212.	344	Patrik Kapitza	1999	M	M		26:38	26:15
213.	436	Paul Vincent B�rner	1998	M	M	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	26:33	26:15
214.	570	Mayla Suzan Nepicks	2015	W	WK	Triathlon Team Ratingen 08	26:18	26:16
215.	561	Hanna Fiedler	1980	W	W45	Triathlon Team Ratingen 08	26:33	26:21
216.	1036	Ella Parks	1990	W	W35		26:37	26:23
217.	419	Alain Van Dijk	1962	M	M60		26:42	26:23
218.	1877	Wilfried Schnitzler	1958	M	M65	SG Zons	26:32	26:24
219.	1899	Jeanne van Dijk	1993	W	W30		26:42	26:24

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
220.	2188	Luca Heinzmann	2000	M	M		26:53	26:26
221.	942	Adam Kulesa	1987	M	M35	Hot Runners Ratingen e.V.	26:55	26:28
222.	700	Michael Hensel	1984	M	M40	Gebrüder-Grimm-Schule	27:04	26:30
223.	605	Susanne Gombert	1982	W	W40		27:07	26:31
224.	1030	Susanne Kokozinski	1964	W	W60	TSV Viktoria Mülheim	27:05	26:33
225.	2083	Nico Schmidt	2008	M	MJ		27:15	26:34
226.	1020	Mira Nocon	1972	W	W50	Team-Essen 1999 e.V.	27:00	26:36
227.	12	Linda Nowakowski	2001	W	W	Lauftreff Alt-Erkrath	26:41	26:37
228.	577	Martin Rühlemann	1972	M	M50	Triathlon Team Ratingen 08	27:00	26:43
229.	1879	Marion Krämer	1968	W	W55	Tachyonen	27:04	26:44
230.	1389	Patrizia Golle	2010	W	WJ	Liebfrauenschule	27:51	26:46
231.	136	Ulli Kölzer	1951	M	M75	Running Team Grafenberg	26:56	26:50
232.	2034	Christoph Keiser	1978	M	M45	Anchor Running Crew Duisburg	27:41	26:52
233.	1569	Michael Grosskemm	1984	M	M40	Mitsubishi Electric Europe, Niederlassung	27:02	26:53
234.	623	Karolina Bak	1996	W	W30	Agaplesion Wohnen und Pflege Ratingen /	27:45	26:54
235.	1722	Tim Klocke	2014	M	MJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	27:03	26:55
236.	1590	Michael Schlemmer	1980	M	M45		26:57	26:56
237.	2090	Robin Schewczyk	2007	M	MJ		27:29	26:58
238.	109	Eva Buchkremer	2013	W	WJ		27:36	27:03
239.	1675	Amelie Sensenbrenner	2013	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	27:04	27:03
240.	1961	Julia Richardt	2008	W	WJ		27:17	27:04
241.	560	Emma Fiedler	2010	W	WJ	Triathlon Team Ratingen 08	27:16	27:04
242.	594	Andrea Voß	1982	W	W40	Kita St. Jacobus	27:29	27:05
243.	2087	Judith Alexander	2007	W	WJ		27:37	27:06
244.	446	Tobias Verstappen	1974	M	M50	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	27:13	27:07
245.	927	Sebastian Langer	1979	M	M45	Hot Runners Ratingen e.V.	27:34	27:07
246.	138	Sebastian Ossyra	1975	M	M50	Hildener AT - Triathlon	27:56	27:07
247.	1003	Wolfgang Arnold	1971	M	M55		27:48	27:08
248.	2148	Mia Wirminghaus	2006	W	W	Ratingen Marketing	27:45	27:08
249.	1200	Ulrike Cäsar	1976	W	W50	Gebrüder-Grimm-Schule	27:40	27:08
250.	2013	Christian Hoffmann	1981	M	M45		27:09	27:09
251.	2246	Nadine	1982	W	W40	Team Starke	27:26	27:13
252.	2094	Robert Huerkamp	1989	M	M35	ASC Düsseldorf	28:19	27:13
253.	2253	Thomas Dillinger	1999	M	M	ASC Ratingen West	28:01	27:14
254.	2254	Omblin Dillinger	2005	W	W	ASC Ratingen West	28:00	27:14
255.	370	Carla Petruschke	1983	W	W40		28:05	27:15
256.	555	Olaf Blohm	1968	M	M55	Triathlon Team Ratingen 08	27:32	27:16
257.	943	Robin Langer	1989	M	M35	Hot Runners Ratingen e.V.	27:52	27:18
258.	125	Johannes Heinrich	1992	M	M30		27:59	27:20
259.	126	Miriam Stricker	1994	W	W30		28:00	27:20
260.	569	Fynn Jesper Nepicks	2013	M	MJ	Triathlon Team Ratingen 08	27:23	27:21
261.	921	Alexandra Gumpertz	1997	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	27:50	27:22
262.	564	Ruth Küssner	1955	W	W70	Triathlon Team Ratingen 08	27:38	27:22
263.	2245	Philipp Schlemmer	2015	M	MK	Friedrich-Ebert-Schule	27:25	27:24

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
264.	2306	Christian Wiermann	1978	M	M45	K3-Kicks-Cancer.de	28:16	27:24
265.	907	Philip Maurmann	2015	M	MK	Gebrüder-Grimm-Schule	27:26	27:25
266.	556	Heidi Deppmeyer	1972	W	W50	Triathlon Team Ratingen 08	27:43	27:25
267.	1664	Marie Blank	2014	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	27:26	27:26
268.	451	Luisa Philippen	2002	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	27:55	27:27
269.	1822	Christina Köhler	1984	W	W40		28:15	27:28
270.	882	Uwe Seedorf	1970	M	M55	DJK Novesia Neuss	27:44	27:29
271.	281	Verena Horsch	1988	W	W35		28:18	27:30
272.	2278	Dirk Saringen	1985	M	M40	TV Ratingen	28:12	27:32
273.	969	Michael Hartmann	1974	W	W50	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	28:09	27:33
274.	505	Patrick Schüller	1994	M	M30		28:10	27:34
275.	2120	Nikolett Farkas	1990	W	W35	ASC Ratingen West	28:06	27:34
276.	2203	Sascha Brunow	1976	M	M50		27:44	27:37
277.	2082	Andreas Schmidt	1972	M	M50		28:20	27:38
278.	2143	Carsten Solbach	1972	M	M50	Kita St. Jacobus	28:26	27:39
279.	1621	Benjamin Köhler	1979	M	M45	Rheumazentrum Ratingen	28:16	27:41
280.	1623	Andreas Dormann	1981	M	M45		28:16	27:43
281.	2256	Meru Carrasquilla	2000	W	W		28:20	27:46
282.	756	Michaela Köllner	1987	W	W35	Gebrüder-Grimm-Schule	28:15	27:46
283.	1422	Markos Antonio Garcia	1989	M	M35	Liebfrauenschule	28:20	27:46
284.	768	Hannah Silberberg	1985	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	28:32	27:46
285.	1940	Kagan Aka	2000	M	M	Verisure Deutschland GmbH	28:26	27:47
286.	568	Maurice Müller	1998	M	M	Triathlon Team Ratingen 08	27:53	27:48
287.	520	Tanja Goodall	1979	W	W45	QITS GmbH	28:13	27:50
288.	996	Jessica Meier	1990	W	W35	Triathlon Team Düsseldorf	28:32	27:51
289.	1404	Felix von Platen	1962	M	M60	Liebfrauenschule	28:22	27:52
290.	2052	Reiner Lombard	1956	M	M70		28:08	27:54
291.	1720	Mattis Kleinadel	2015	M	MK	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	28:39	27:55
292.	135	Cornelia Krill	1982	W	W40	Triathlon Team Düsseldorf	28:41	27:55
293.	998	Theresa Tomczak	2010	W	WJ	ASC Düsseldorf	28:12	27:56
294.	2170	Lucia Knaup	2002	W	W	Jetzt & Immer GmbH	28:52	27:57
295.	1733	Juliana Butenuth	2005	W	W	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	28:12	28:04
296.	923	Natascha Weibert	1983	W	W40	Hot Runners Ratingen e.V.	28:42	28:07
297.	2289	Jessica Caplan	1977	W	W45		28:14	28:08
298.	246	Nicole Erpel	1994	W	W30	Hildener AT - Triathlon	29:09	28:19
299.	63	Norman Meyer	1966	M	M60	Die Heimpläufer	29:30	28:21
300.	986	Lina Niederprüm	2002	W	W		28:46	28:22
301.	2172	Janine Sahn	1999	W	W	Jetzt & Immer GmbH	29:18	28:23
302.	522	Jonas Knüwer	2015	M	MK		28:24	28:23
303.	1409	Daniel Beine	2008	M	MJ	Liebfrauenschule	28:41	28:24
304.	449	Hanna Geis	2000	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	28:43	28:24
305.	740	Prasad Midithipati	1988	M	M35	Gebrüder-Grimm-Schule	29:16	28:25
306.	1847	Alexander Schmidt	1989	M	M35	Kita St. Jacobus und Freunde	29:32	28:25
307.	1857	Rolf Lunkenheimer	1951	M	M75		28:44	28:26

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
308.	244	Fabian Wahl	1992	M	M30		29:04	28:30
309.	2053	Sophie Bourgeois	2010	W	WJ		29:18	28:30
310.	1387	Laura Leder	2011	W	WJ	Liebfrauenschule	29:01	28:31
311.	862	Besart Krasniqi	1987	M	M35	Gebrüder-Grimm-Schule	29:44	28:36
312.	717	Christiane Salentin	1972	W	W50	Anchor Running Crew Duisburg	29:26	28:38
313.	1419	Dirk Leder	1974	M	M50	Liebfrauenschule	29:07	28:38
314.	110	Tim Buchkremer	2015	M	MK		29:11	28:39
315.	1848	Antonia Niehaus	1993	W	W30		29:43	28:39
316.	1696	Anja Danelsing	1976	W	W50	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	29:20	28:41
317.	1117	Silvian Eichler	1987	M	M35	Niterra EMEA GmbH	29:05	28:42
318.	1115	Jil Gisbertz	2000	W	W	Niterra EMEA GmbH	29:05	28:42
319.	1923	Dorit Ost	1976	W	W50		29:25	28:44
320.	720	Anna Feider	1988	W	W35		28:55	28:44
321.	2295	Nico Fuck	2001	M	M		28:45	28:44
322.	2181	Hillig Adam	2010	W	WJ		29:32	28:45
323.	978	Maximilian Weber	1998	M	M	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	29:06	28:45
324.	718	Holger Schildberg	1975	M	M50	Anchor Running Crew Duisburg	29:33	28:45
325.	101	Katharina Mai	1998	W	W	VfL Benrath	29:31	28:46
326.	572	Celina Pasch	2000	W	W	Triathlon Team Ratingen 08	29:31	28:48
327.	1403	Nathalie Kunkel	1977	W	W45	Liebfrauenschule	28:53	28:49
328.	525	Burkhard Westphal	1979	M	M45	Albert-Schweitzer-Schule	29:02	28:50
329.	2171	Jan Kaldewey	1995	M	M30	Jetzt & Immer GmbH	29:44	28:50
330.	1640	Sebastian van der Voort	1979	M	M45		29:52	28:52
331.	1723	Ben Wedding	2014	M	MJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	29:02	28:54
332.	1895	Frederike Möllers	1998	W	W		29:06	28:54
333.	2257	Friedrich Nowas	1957	M	M65		29:22	28:56
334.	2065	Johanna Berghaus	2011	W	WJ		29:52	28:56
335.	1836	Nora Gebhardt	2011	W	WJ	SV Socksonfire	29:07	28:58
336.	2214	Lukas Schier	1994	M	M30	Jetzt & Immer GmbH	29:57	29:00
337.	278	Paula Haardt	2015	W	WK	ASV Duisburg	29:11	29:00
338.	59	Marcel Bödecker	1987	M	M35		29:41	29:01
339.	1833	Daniel Haardt	1980	M	M45		29:13	29:01
340.	1553	Lara Matulina	2002	W	W	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	30:02	29:03
341.	926	Adam Langer	1981	M	M45	Hot Runners Ratingen e.V.	29:46	29:04
342.	1554	Julia Beine	2010	W	WJ	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	29:54	29:04
343.	578	Katja Sander	1967	W	W55	Triathlon Team Ratingen 08	29:36	29:07
344.	1580	Cornelia Diening-Neuhaus	1978	W	W45		29:22	29:08
345.	1850	Achim Berein	1964	M	M60		30:13	29:08
346.	2157	Marco Bradtke	1979	M	M45	Cobra Bräu	30:02	29:17
347.	433	Thomas Winter	1970	M	M55	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	29:37	29:18
348.	448	Matthias Tull	1967	M	M55	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	29:37	29:18
349.	1008	Alina Richer	1994	W	W30		30:09	29:19
350.	207	Justin Plettner	1990	M	M35	DeLäufer/innen	29:56	29:19
351.	2193	Sonja Hafenrichter	2000	W	W		29:50	29:19

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
352.	1582	Josef Janssen	1973	M	M50	meLÄUFT	29:38	29:21
353.	1701	Sandra Schönhoff	1985	W	W40	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	29:50	29:22
354.	2169	Felix Große	1996	M	M30	Jetzt & Immer GmbH	30:20	29:25
355.	645	Yasmin Beyer	1984	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	30:16	29:26
356.	1901	Zoran Andelic	1989	M	M35		30:22	29:27
357.	2325	Leokadia Zajac	2007	W	WJ		29:28	29:27
358.	41	Patrick Scheibel	1984	M	M40		30:09	29:33
359.	1832	Juliane Göttke	1974	W	W50	Team Göttke	29:45	29:35
360.	50	Justus Kraye	2005	M	M	TuS Breitscheid	30:36	29:36
361.	1824	Nele Bertram	2004	W	W	TV Ratingen	29:43	29:36
362.	624	Michael Jawor	1986	M	M40	Agaplesion Wohnen und Pflege Ratingen /	30:30	29:40
363.	2200	Selina Herbrand	1998	W	W		29:56	29:41
364.	1773	Nina Arnold	2004	W	W		30:19	29:43
365.	610	Dirk Wirtz	1972	M	M50	Anchor Running Crew Duisburg	30:32	29:44
366.	609	Natalie Theis	1974	W	W50	Anchor Running Crew Duisburg	30:32	29:44
367.	240	Nele Marie Schmidt	1996	W	W30		30:09	29:45
368.	1101	Patrick Kosch	1991	M	M35	Regiobahn Fahrbetriebsgesellschaft mbH	30:11	29:46
369.	2147	Julia Bongers	1993	W	W30	Ratingen Marketing	30:27	29:50
370.	1897	Isabella Kobienia	1969	W	W55		30:33	29:52
371.	1084	Aaron Zahlten	1992	M	M30	Regiobahn Fahrbetriebsgesellschaft mbH	30:18	29:53
372.	438	Thomas Lischka	1980	M	M45	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	30:05	29:53
373.	521	Melanie Dräbing	1985	W	W40	QITS GmbH	30:21	29:58
374.	581	Lotta Sowa	2010	W	WJ	Triathlon Team Ratingen 08	30:03	29:58
375.	1746	Antje Kemmesies	2004	W	W	Team Arezen	30:37	29:59
376.	1751	Anke Krämer	1985	W	W40		30:19	29:59
377.	1092	Clara Strerath	1999	W	W	Regiobahn Fahrbetriebsgesellschaft mbH	30:25	30:00
378.	434	Marlon Verstappen	2007	M	MJ	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	30:19	30:02
379.	922	Tamara Gumpertz	2001	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	30:36	30:09
380.	2227	Henry Regh	2001	M	M	Jetzt & Immer GmbH	31:07	30:11
381.	519	Markus Sirenko	1997	M	M	QITS GmbH	30:34	30:12
382.	2091	Niklaas Boddem	2000	M	M		30:25	30:15
383.	205	Jan Döringer	1990	M	M35	DeLäufer/innen	31:01	30:19
384.	961	Celina Klem	1996	W	W30	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	30:41	30:20
385.	1776	Katharina Bollmann	1988	W	W35	Anchor Running Crew Duisburg	31:09	30:22
386.	119	Cassian Thöring	2009	M	MJ		30:33	30:24
387.	966	Katrin Sperb	1988	W	W35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	30:40	30:25
388.	957	Lena Limberg	1999	W	W	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	30:46	30:26
389.	1412	Ursula Hofer	1986	W	W40	Liebfrauenschule	30:45	30:28
390.	2099	Dirk Gebhardt	1959	M	M65		31:21	30:30
391.	1418	Yvonne Goldmann	1984	W	W40	Liebfrauenschule	31:14	30:32
392.	1968	Astrid Roßmeier	1983	W	W40		31:24	30:40
393.	13	Tina Klobusek	1971	W	W55	Kita St. Jacobus und Freunde	31:06	30:42
394.	2128	Beatrix Gebhardt	1988	W	W35		31:34	30:43
395.	745	Fabian Sarafin	1986	M	M40	Gebrüder-Grimm-Schule	31:26	30:43

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
396.	1060	Zsolt Kadar	1983	M	M40	Gebrüder-Grimm-Schule	31:40	30:44
397.	1789	Jan Esser	1983	M	M40		31:23	30:45
398.	489	Teresa Kwasniewska	1956	W	W70	Angerland LT Lintorf	30:48	30:46
399.	2204	Katrin Stieglitz	1977	W	W45		31:16	30:48
400.	1740	Michael Golle	1977	M	M45	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	31:57	30:52
401.	219	Laura Niekamp	2008	W	WJ	TC Grunewald Duisburg e.V.	31:26	30:52
402.	1721	Simone Kleinadel	1982	W	W40	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	31:47	31:02
403.	108	Wiebke Buchkremer	1979	W	W45		31:43	31:10
404.	2228	Nick Häfner	2000	M	M	Jetzt & Immer GmbH	32:06	31:10
405.	2175	Simon Klein	1998	M	M	Jetzt & Immer GmbH	32:06	31:12
406.	1017	Maika Kölle	1979	W	W45	Team-Essen 1999 e.V.	31:39	31:13
407.	2076	Olaf Schlüter	1950	M	M75	Lintorfer TC 1972 e.V.	31:39	31:14
408.	1070	Anke Koschate	1983	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	32:09	31:18
409.	1629	Stephan Prinz	1970	M	M55		32:08	31:21
410.	1402	Markus Kunkel	1976	M	M50	Liebfrauenschule	31:30	31:25
411.	557	Jörg Deppmeyer	1971	M	M55	Triathlon Team Ratingen 08	32:09	31:26
412.	105	Christopher Huken	1997	M	M		31:52	31:27
413.	566	Ivette Mata Ruiz	1984	W	W40	Triathlon Team Ratingen 08	32:26	31:27
414.	103	Markus Fischer	1971	M	M55		31:53	31:27
415.	241	Oliwer Walocha	1997	M	M		31:52	31:27
416.	1579	Markus Horvat	1970	M	M55		32:14	31:27
417.	621	Katja Nollen	1981	W	W45	Agaplesion Wohnen und Pflege Ratingen /	32:19	31:28
418.	189	Siegfried Kalweit	1942	M	M80	TSV Viktoria Mülheim	31:47	31:39
419.	1678	Miriam Datki	1986	W	W40	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	32:13	31:42
420.	1849	Julien Piepiora	1986	M	M40		32:23	31:43
421.	2301	Kevin Thomas	1981	M	M45		32:33	31:45
422.	2122	Yara Markus	2016	W	WK	ASC Ratingen West	32:09	31:46
423.	968	Chiara-Sophie Blau	2003	W	W	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	32:06	31:46
424.	1823	Jake Schurse	2002	M	M		32:39	31:46
425.	2079	Katharina Sowa	1976	W	W50	FSV Düsseldorf/ NordbahnExpress	32:01	31:51
426.	575	Kai Richter	1976	M	M50	Triathlon Team Ratingen 08	32:15	31:52
427.	1987	Angela Kiefer	1960	W	W65	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V.	32:45	31:53
428.	691	Türkan Unsöld	1973	W	W50	Gebrüder-Grimm-Schule	32:47	31:54
429.	1077	Ruth Wirth	1971	W	W55	Mitsubishi Electric Europe, Niederlassung	33:00	31:57
430.	444	Sina Oberwinster	2001	W	W	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	32:55	31:57
431.	962	Ronja Kram	1999	W	W	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	32:19	31:57
432.	696	Janina Schmid	1984	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	32:51	31:58
433.	1929	Christina Wappner	1995	W	W30	Verisure Deutschland GmbH	32:39	31:59
434.	960	Marina Hambloch	1996	W	W30	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	32:19	31:59
435.	1574	Vanessa Freudenberg	1983	W	W40		32:26	32:00
436.	1592	Julia Bink	1984	W	W40		32:26	32:00
437.	55	Sina Braun	1992	W	W30		32:46	32:00
438.	1737	Fiona Scheidt	2010	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	32:07	32:00
439.	1736	Luna Scheidt	2012	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	32:07	32:01

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
440.	58	Mark Bender	1987	M	M35		32:41	32:01
441.	920	Tania Rost	1972	W	W50	Gebrüder-Grimm-Schule	32:36	32:05
442.	919	Linda Miarka	1990	W	W35	Gebrüder-Grimm-Schule	32:37	32:05
443.	52	Patrick Huth	1993	M	M30		33:06	32:06
444.	53	Lena Seidler	1996	W	W30		33:06	32:06
445.	975	Muriel Heitbrink	2012	W	WJ	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	32:18	32:09
446.	974	Melina Jeschkies	2013	W	WJ	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	32:19	32:10
447.	1984	Birgit Schötz	1966	W	W60		32:25	32:12
448.	1078	Peter Wolniczak	1970	M	M55	Mitsubishi Electric Europe, Niederlassung	33:14	32:13
449.	706	Agnieszka Meijer	1986	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	33:03	32:14
450.	61	Femke Hahn	2002	W	W	Die Heimpläufer	32:30	32:16
451.	2291	Angele Hansmaennel	1970	W	W55		32:44	32:18
452.	980	Jörg Kögler	1967	M	M55	Physio-& Ergotherapie Heitbrink	33:20	32:18
453.	759	Lioba Bermes	1985	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	33:09	32:19
454.	497	Annika Schulte	2014	W	WJ		33:19	32:19
455.	2044	Henning Schmitz	1962	M	M60	LC Duisburg	33:14	32:21
456.	1571	Alexander Khortiuk	2012	M	MJ		32:35	32:26
457.	2135	Anna Pilz	1979	W	W45	BRIDGERUNNERS Düsseldorf	33:29	32:27
458.	2046	Tanja Theunißen	1974	W	W50	LC Duisburg	33:21	32:28
459.	2134	Thorsten Pilz	1976	M	M50	BRIDGERUNNERS Düsseldorf	33:30	32:28
460.	2015	Merle Muß	1995	W	W30		33:00	32:30
461.	1002	Pedro Miguel Brito Da	1984	M	M40		33:05	32:33
462.	1535	Lukas Lammertz	2015	M	MK	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	32:41	32:35
463.	1609	Martina Kroll-Herbig	1969	W	W55		32:57	32:36
464.	439	Yoseph Manna	1995	M	M30	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	32:59	32:40
465.	898	Marie Fießer	2015	W	WK	Gebrüder-Grimm-Schule	33:17	32:42
466.	1787	Nadine Arbeiter	1980	W	W45		33:35	32:45
467.	689	Julia Disselborg	1975	W	W50	Gebrüder-Grimm-Schule	33:39	32:45
468.	243	Lars Tuscher	1986	M	M40		33:22	32:48
469.	2026	Gerhard Rott	1969	M	M55	TuS Breitscheid	33:52	32:52
470.	2163	Helena Berens	2008	W	WJ		33:10	32:53
471.	104	Darleen Jansen	1999	W	W		33:17	32:54
472.	239	Marie Prokopowicz	1991	W	W35		33:18	32:54
473.	2070	Friederike Ebrecht	1999	W	W		33:37	32:55
474.	60	Carina Meyer	2004	W	W	Die Heimpläufer	33:08	32:55
475.	2208	Lea Leithe	2000	W	W		33:27	32:56
476.	2184	Lara Meneghinello	2000	W	W		33:27	32:57
477.	97	Reinhard Brosch	1964	M	M60		34:03	32:57
478.	580	Wiebke Samadi	1983	W	W40	Triathlon Team Ratingen 08	33:41	32:57
479.	347	Theo Niehs	1955	M	M70	Kita St. Jacobus	33:13	33:00
480.	118	Kira Thöring	1976	W	W50		33:10	33:01
481.	303	Yingbing Siemen	1984	W	W40		33:24	33:03
482.	155	Katrin Joost	1985	W	W40		33:58	33:03
483.	1394	Rosa Friebe	2010	W	WJ	Liebfrauenschule	33:24	33:04

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
484.	62	Meret Hahn	2001	W	W	Die Heimpläufer	33:18	33:04
485.	924	Andreas Wolokitin	1976	M	M50	Hot Runners Ratingen e.V.	33:36	33:06
486.	2215	Maike Kloos	2003	W	W	Jetzt & Immer GmbH	34:07	33:11
487.	1414	Silke Hanisch	1981	W	W45	Liebfrauenschule	34:19	33:13
488.	2066	Katharina Berghaus-Moll	1978	W	W45		34:11	33:14
489.	1122	Claus Köster	2003	M	M	Hot Runners Ratingen e.V.	33:51	33:16
490.	2088	Ann-Kristin Berns	1993	W	W30		33:49	33:16
491.	2089	Carina Grote	1987	W	W35		33:49	33:16
492.	1724	Tilda Lindstädt	2014	W	WJ	Turnverein Ratingen 1865 e.V.	34:09	33:17
493.	897	Nikita Tkatchenko	1982	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	33:51	33:19
494.	814	Denise Egenberger	1983	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	34:11	33:21
495.	504	Sinan Albayrak	1990	M	M35	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	33:22	33:22
496.	1946	Lucia Emma Baierl	2000	W	W	Verisure Deutschland GmbH	34:00	33:22
497.	810	Mareike Schröter	1986	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	34:12	33:22
498.	880	Sina Puhe	1982	W	W40	Gebrüder-Grimm-Schule	34:12	33:22
499.	1930	Ibrahim Hafez	1995	M	M30	Verisure Deutschland GmbH	34:00	33:22
500.	1577	Natalija Späh	1995	W	W30		34:21	33:31
501.	1764	Jihad Maai	1990	M	M35	Regiobahn Fahrbetriebsgesellschaft mbH	33:58	33:32
502.	999	Rajka Tomczak	1974	W	W50		33:49	33:32
503.	1495	Elisabeth Reins	1988	W	W35		33:54	33:33
504.	603	Michaela de La Riva	1980	W	W45		34:09	33:33
505.	604	Katharina Büschken	1985	W	W40		34:09	33:34
506.	2019	Bernd Kraye	1962	M	M60	TuS Breitscheid	34:35	33:35
507.	146	Katja Schmidt	1973	W	W50	meLÄUFT	34:01	33:39
508.	1390	Fiona Schumann	2009	W	WJ	Liebfrauenschule	33:58	33:40
509.	965	Ugur Unal	1988	M	M35	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	34:03	33:41
510.	2080	Rudolf Sowa	1977	M	M45	NordbahnExpress	33:54	33:43
511.	141	Babsi Hilbig	1967	W	W55		33:58	33:58
512.	142	Marie Hilbig	1999	W	W		33:58	33:58
513.	1759	Anna Wegenaer	1998	W	W		34:45	34:02
514.	263	Nina-Sophie Eyle	1998	W	W		34:46	34:02
515.	976	Britta Averdick	1972	W	W50	Physio- & Ergotherapie Heitbrink	34:25	34:06
516.	2285	Jens Eckhardt	1965	M	M60		34:46	34:09
517.	2020	Stephanie Koch	1980	W	W45	TuS Breitscheid	35:11	34:11
518.	2237	Carina John	1993	W	W30		34:45	34:11
519.	111	Brigitte Reins	1955	W	W70	meLÄUFT	34:32	34:11
520.	2210	Eva Hoffmann	1983	W	W40	HWV	34:45	34:13
521.	157	Barbara Ennemann	1996	W	W30		35:10	34:15
522.	2014	Yasmin Imig	1989	W	W35		35:23	34:17
523.	2189	Gina Heinzmann	1988	W	W35		34:48	34:21
524.	949	Greta Strücker	2004	W	W		34:40	34:26
525.	137	Kazuko Kanuma-Kölzer	1955	W	W70	Running Team Grafenberg	35:24	34:30
526.	2177	Julia Haeger	1994	W	W30		35:22	34:30
527.	2178	Nils Wüster	1995	M	M30		35:23	34:30

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
528.	1604	Aura Stoskus	1999	W	W		35:15	34:36
529.	1399	Patrick Rumpelt	1984	M	M40	Liebfrauenschule	35:32	34:39
530.	1933	Afrodita Levchenko	1997	W	W	Verisure Deutschland GmbH	35:21	34:43
531.	1576	Magdalena Hedwig	1980	W	W45	meLÄUFT	35:07	34:45
532.	2205	Sven Stieglitz	1968	M	M55		35:14	34:46
533.	443	Stefan Oberwinster	1964	M	M60	Wilhelm Winter GmbH & Co. KG	35:53	34:54
534.	1772	Petra Arnold	1974	W	W50		35:56	34:54
535.	1753	Linda Müschen	2004	W	W		35:39	35:01
536.	1544	Suleiman Haji	2015	M	MK	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	35:22	35:22
537.	2004	Stefanie Breitenbach	1978	W	W45	R 04/19	36:44	35:34
538.	493	Monica Kok	1978	W	W45		36:13	35:45
539.	2029	Stefanie Kleuser	1973	W	W50	Barmer TV	36:35	35:46
540.	2238	Rene John	1991	M	M35		36:37	36:03
541.	1988	Elke Schnaudt	1960	W	W65	Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V.	37:11	36:19
542.	1956	Markus Schmeel	1984	M	M40	Anchor Running Crew Duisburg	37:27	36:29
543.	1957	Mia Schmeel	2011	W	WJ	Anchor Running Crew Duisburg	37:27	36:30
544.	1854	Elke Stolz	1970	W	W55	Dreamteam	37:15	36:34
545.	1855	Holger Thrien	1964	M	M60	Beckbusch-Schule,Düsseldorf	37:15	36:34
546.	40	Stephanie Gall	1985	W	W40		37:20	36:44
547.	1552	Jana Lewerenz	1972	W	W50	Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium	37:54	36:51
548.	2136	Colleen Pilz	2007	W	WJ	BRIDGERUNNERS Düsseldorf	38:02	37:00
549.	428	Uwe Deitermann	1978	M	M45		38:03	37:02
550.	310	Katja Lucas-Bingel	1983	W	W40	Wülfrather Running Group	38:03	37:03
551.	2302	Krystle Statler	1990	W	W35		38:10	37:22
552.	2061	Marie Kiel	1999	W	W		38:25	37:42
553.	1820	Andreas Leenders	1969	M	M55		38:39	37:46
554.	1651	Rüdiger Rauchholz	1953	M	M70	Lebens(T)raum gUG	38:52	38:03
555.	1626	Aylin Bisse	1981	W	W45	Rheumazentrum Ratingen	38:40	38:03
556.	1853	Jens Hedtke	1980	M	M45		38:31	38:23
557.	72	Astrid Wagner	1969	W	W55	Weseler Kanu-Club 1925 e.V.	39:23	38:31
558.	1884	Marcella Seegers	1973	W	W50	meLÄUFT	38:55	38:34
559.	1421	Dagmar Saunders	1973	W	W50	Liebfrauenschule	39:16	38:43
560.	945	Tatiana Shatskaia	1976	W	W50	Hot Runners Ratingen e.V.	39:15	38:46
561.	2036	Martin Zalewski	1980	M	M45	Fortuna Dusseldorf	39:25	39:13
562.	2037	Millian Zalewski	2016	M	MK	Fortuna Dusseldorf	39:25	39:13
563.	1606	Yu-Hsuan Lee	2010	W	WJ		39:43	39:22
564.	1608	Yanjie Wang	1983	W	W40		39:43	39:22
565.	579	Kathrin Schulze	1984	W	W40	Triathlon Team Ratingen 08	39:51	39:28
566.	1910	Heribert Hennemann	1948	M	M75	BSG DRV Rheinland	41:10	40:33
567.	409	Nicole Malcherowitz	1978	W	W45		42:28	41:35
568.	2222	Klaus Przetak	1964	M	M60		43:21	42:17
569.	2223	Tobias Przetak	1992	M	M30		43:21	42:18
570.	2224	Lea Przetak	1994	W	W30		43:51	42:47
571.	2226	Ramona Weber	1997	W	W		43:52	42:48

Ergebnisse Gesamt

Pl.	Stnr.	Name	Jg.	m/w	AK	Verein	Brutto	Netto
5 km Hauptlauf								
572.	2225	Simon Przetak	1997	M	M		43:52	42:48
573.	2221	Elke Przetak	1965	W	W60		43:52	42:48
574.	46	Ramona Ludwig	1996	W	W30		44:36	43:38
575.	47	Katharina Fromen	1998	W	W		44:36	43:38
576.	430	Petra Kels	1962	W	W60		44:37	43:39
577.	2216	Andre Bieling	1956	M	M70	Niersrunners	44:38	43:40
578.	268	Svenja Baum	1998	W	W		44:52	43:58
579.	256	Katharina Munzlinger	2001	W	W		44:53	43:58
580.	1859	Sabine Liersch	1962	W	W60		44:46	44:23
581.	1858	Heike Preukschat	1966	W	W60		44:46	44:25

Teilnehmer: 581