



9. Siegener Halbstunden-/Stunden Paarlauf mit Musik

Mittwoch, 17. Mai um 19.00 Uhr

Glück-Auf-Kampfbahn, Siegen – Weidenau

Bei dieser Veranstaltung steht der Teamgedanke und der Spaß an erster Stelle. Auf der schönen Glück-Auf-Kampfbahn wird bei bester Stimmung der Halbstunden-/Stundenlauf mit Musik als Paarlauf ausgetragen. Die Veranstaltung ist ein Angebot im Rahmen der Firmenlauf-Vorbereitung und lässt sich gut in das wöchentliche Lauftraining von Vereinen und Lauftreffs einbauen.

Modus:

Ein Paar (2 Läufer - Kategorie: männlich, weiblich oder mixed) läuft in 30 oder 60 Minuten so weit es kann. Die Läufer eines Paares wechseln sich dabei ab – mindestens nach einer, höchstens nach drei Runden. Ein Läufer muss während des Laufs immer auf der Laufbahn sein.

Das Rundenzählen erfolgt in Eigenverantwortung!

Wertung: Männer/Frauen

Siegerehrung: Die Siegerehrung erfolgt im Anschluss an die Veranstaltung.

Startgebühr: Halbstundenlaufe: 2,50 €, Stundenlauf: 5,00 €
gemeldete Firmenläufer zahlen keine Startgebühren!

Anmeldung: schriftlich (e-mail, Fax, Online) bei :anlauf bis zum 15. Mai.
Am 17. Mai bis 18.45 auf der Glück-Auf-Kampfbahn
Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung und behalten uns vor ein Starterlimit festzulegen.

Umkleidemöglichkeiten: VFB – Sportheim

Verpflegung: Wasser während und nach dem Lauf.
Bewirtung (Grillwürstchen, Krombacher u.a.) durch den VFB Weidenau

Infos & Anmeldungen: www.anlauf-siegen.de

Fotos von 2016



Ergebnisse 2016



8. Siegener Halb- /Stundenlauf

mit Musik am 11.5.2016 - Glück-Auf-Kampfbahn

Vorname	Name	Vorname1	Name2	Geschlecht	Zeit	Meter	Ergebnisse
Florian	Schneider	Marco	Göckus	männlich	1 Stunde	16800	Sieger
Heidi	Große Gehling	Jürgen	Große Gehling	mixed	1 Stunde	15950	Sieger
Dieter	Neugebauer	Sven	Gmeine	männlich	1 Stunde	15500	2. Platz Männer
Thomas	Hoffmann	Alexander	Wassmann	männlich	1 Stunde	15400	3. Platz Männer
Daniel	Hamann	Ingrid	Fuchs	mixed	1 Stunde	15400	2. Platz Mixed
Steffen	Rath	Stefan	Kosiahn	mixed	1 Stunde	15400	
Andreas	Keller	Daniel	Niesenhaus	männlich	1 Stunde	15250	
Markus	Kringe	Mirko	Kringe	männlich	1 Stunde	10800	
Jonas	Saßmannshausen	Adrian	Brück	männlich	1 Stunde	14800	
Henrike	Curdt	Tina	Lambrecht	mixed	1 Stunde	14400	Sieger
Florian	Fürstenau			männlich	1 Stunde	14400	1. Platz Männer Einzel
Jörg	Wenzelmann	Ingrid	Hoffmann	mixed	1	14100	3. Platz Mixed

					Stunde		
Dietmar	Schäfler	Dirk	Gille	männlich	1 Stunde	10075	
Ismael		Peter		männlich	1 Stunde	14000	
Reinhardt	Becker	Thorsten	Stähler	männlich	1 Stunde	13950	
Kim	Schürbusch	Jan	Hofmeister	männlich	1 Stunde	13900	
Isabelle	Star	Anna	Withake	weiblich	1 Stunde	13750	2. Platz Frauen
Michael	Kern			männlich	1 Stunde	13000	2. Platz Männer Einzel
Olaf	Giebeler	Manfred	Stender	männlich	1 Stunde	12900	
Meike	Rohne	Katja	Hinn	weiblich	1 Stunde	12800	3. Platz Frauen
Lukas	Steinseifer			männlich	1 Stunde	12350	3. Platz Männer Einzel
Annette	Riedel	André	Riedel	mixed	1 Stunde	12300	
Andreas	Fürstenau	Katharina	Fürstenau	mixed	1 Stunde	12300	
Natascha	Harlos	Ursula	Schlabach	weiblich	1 Stunde	12300	
Diana	Decker	Christina	Bachhofer	weiblich	1 Stunde	12100	
Christine	Zeve	Frank	Schaub	mixed	1 Stunde	11900	
Ernst-Otto	Trippler	Thomas	Steinseifer	männlich	1 Stunde	11700	
Melanie	Otto	Elisabeth	Müller	weiblich	1 Stunde	11700	
Marlene	Stettner	Bruno	Stettner	mixed	1 Stunde	11650	
Heike	Schürbusch	Sebastian	Hermann	mixed	1 Stunde	11600	
Monika	Hüsch	Rita	Bäcker	weiblich	1 Stunde	11150	
Gudrun	Maik	Tanja	Müller	weiblich	1 Stunde	11000	
Birgit	Müller	Brigitte	Schneider	weiblich	1 Stunde	10900	
Markus	Kringe	Mirko	Kringe	männlich	1 Stunde	10800	
Peter	Schiffmann	Gernot	Parussel	männlich	1 Stunde	10800	
Susanne	Weber	Petra	Josting	weiblich	1 Stunde	10650	
Anna	Hoof			weiblich	1 Stunde	10400	1. Platz Frauen
Hans	Lersch	Renate	Damm	mixed	1 Stunde	10350	
Frank	Burmeister			männlich	1 Stunde	10330	
Maik	Kohlmetz			männlich	1 Stunde	10250	
Dietmar	Schäfler	Dirk	Gille	männlich	1 Stunde	10075	
Daniela	Dickel			weiblich	1	10000	2. Platz Frauen

					Stunde	
Berthold	Strake			männlich	1 Stunde	9700
Monika	Frank			weiblich	1 Stunde	9500
Christine	Stötzel-Ditsche	Reimund	Ditsche	mixed	1 Stunde	9000
Angelika	Berg			weiblich	1 Stunde	8750
Karin	Rohleder			weiblich	1 Stunde	8750
Klaus	Holthoff-Frank			männlich	1 Stunde	8400
Dirk	Mühlhof	Julian	Manderbach	männlich	1 Stunde	4000
Bianca	Siebel	Andreas	Siebel	mixed	1/2 Stunde	7200
Willeke	van Eenige			weiblich	1/2 Stunde	7000
Artur	Friesen	Carlo	Hoffmann		1/2 Stunde	6600
Ute	Meier	Markus	Meier		1/2 Stunde	6000
Daniel	Mockenhaupt	Maja	Andreas		1/2 Stunde	6000
Ari	Dittmann			männlich	1/2 Stunde	5852
Daniela	Sting	Andreas	Sting		1/2 Stunde	5800
Katrin	Buttler			weiblich	1/2 Stunde	5600
Renate	Hoffmann			weiblich	1/2 Stunde	5600
Sandra	Schroeren			weiblich	1/2 Stunde	5600
Rüdiger	Schneider			männlich	1/2 Stunde	5600
Samuel	Bosch			männlich	1/2 Stunde	5600
Torsten	Berg			männlich	1/2 Stunde	5200
Walter	Krumnow	Ulla	Baum		1/2 Stunde	5200
Volker	Bäumener			männlich	1/2 Stunde	5200
Tim	Weber	Krista	Preckel	mixed	1/2 Stunde	5200
Renate	Müller			weiblich	1/2 Stunde	4800
Anke	Panthöfer			weiblich	1/2 Stunde	4800
Niclas	Schneider			männlich	1/2 Stunde	4800
Luca	Brandt			männlich	1/2 Stunde	4300
Carolyn	Lelk	Silke	Meutsch		1/2 Stunde	4000
Reimund	Märker			männlich	1/2 Stunde	3600
Anne	Nawroth			weibliche	1/2	3600

3. Platz Frauen

Sieger mixed 1/2 Stunde

Sieger weiblich 1/2 Stunde

Sieger Paar männlich 1/2 Stunde

Sieger männlich 1/2 Stunde

Sieger Paar weiblich 1/2 Stunde

					Stunde	
Lisa	Bender			weiblich	1/2 Stunde	3600
Maximilian	Zeig			männlich	1/2 Stunde	3600
Sven	Reuter			männlich	1/2 Stunde	3400
Jörg	Zeig			männlich	1/2 Stunde	2400
Tim	Kattwinkel			männlich	1/2 Stunde	2400
Miriam	Daub			weiblich	1/2 Stunde	2000
Dieter	Lichtenthäler	Rebekka	Hereker	mixed	1/2 Stunde	2000

Abgabetermin: 11.5. bis 20.30 Uhr

rund 10 Teams und etwa 10 EinzelläuferInnen haben ihre Ergebnisse nicht abgegeben