

Vereinsmeisterschaft Laufen 2017			Dani Starck			Bettina Menden			Julia Weisenhaus			Angelika Baller			Bea Schulte-Unger			Katrin Schmitz			Daniela Raab			Anke Blume			Andrea Morawe			Julia Höller		
Datum	Veranstaltung	Distanzen	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte			
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 1. Lauf	5km; 10km	10	00:54:13	3,5																											
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 2. Lauf	5km; 10km; 15km	15	01:22:05	4,5																											
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 3. Lauf	5km; 10km; HM	21,1	02:02:01	3,5																											
05.03.2017	3. Belgenbach-Trail	5,7km; 10km																														
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatussee"	5km; 10km; HM				10	00:48:30	6,0	10	00:58:37	3,0																					
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße, V	10km																														
26.03.2017	Dürener Stadtlaf	5km; 10km																														
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen	10000m																														
01.04.2017	20. Strassenlauf Titz	5km; 10km																														
02.04.2017	13. Zülpicher Chlodwiglauf KM 10km	5km; 10km	10	00:53:42	4,5																											
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlaf	5km; 10km	10	00:53:48	3,5				10	00:57:16	3,0	10	00:55:29	5,0																		
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf	5,4km; 10,8km																														
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen	5km; 10km	10	00:51:53	4,5																											
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, H	5km; 10km; HM	21,1	02:05:18	2,5				21,1	02:18:15	2,0	21,1	02:13:14	3,0	10	01:10:29	0,0															
16.05.2017	5000m Bahn, Aachen	5000m																														
20.05.2017	5. Stadtlaf Gemünd	5km; 10km	10	00:58:47	2,5																											
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf	5km; 10km																														
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf	5km; 10km; HM																														
27.05.2017	19. Brühler Stadtlaf	5km; 10km	10	00:59:06	2,5				10	01:04:18	1,0	10	00:59:21	4,0				10	00:50:49	3,0												
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen	3000m																														
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf	5,5km; 10km; HM				21,1	01:54:31	5,0							5,5	00:36:43	0,5															
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen	5km; 10km	10	00:59:22	2,5																											
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweing	4,6km; 10,4km	10,4	00:58:36	3,5																											
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßena	6km; 11,2km; 19,4km	19,4	02:08:58	0,5																											
29.06.2017	7. Kölner Leselauf	5km; 10km				10	00:48:38	6,0																								
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5km; 10km										10	00:56:12	5,0				10	00:48:04	4,0	5	00:26:32	3,5									
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier	5,3km; 10km; 28,1km	28,1	02:59:34	2,5				28,1	03:13:19	1,0																					
20.08.2017	42. Senbachtalsperrenlauf	11,3km ;21,1km ;30,9km																														
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenlauf	abgesagt!																														
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven	3km; 10,4km	10,4	00:56:57	3,5																											
09.09.2017	3. Wesseling Rheinfluf	5km; 10km; HM																														
09.09.2017	25. Dürener Rurtallauf	5km; 10km	5	00:26:10	4,5																											
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf	4km; 10km																														
22.09.2017	41. Nachtlaf 7 Meilen von Zons	5km; 11,3km																														
24.09.2017	9. Citylauf Ertstadt	5km; 10km																														
01.10.2017	21. Köln Marathon	HM; M	21,1	02:02:07	3,5													42,2	03:45:19	4,0												
28.10.2017	23. Altdorf-Ersdorfer Obstmeilenlauf	5,3km; 9,6km; 16km	16,1	01:29:42	3,5	9,6	00:43:40	7,0																								
05.11.2017	21. Rursee-Marathon	16,5km; M	16,5	01:34:38	2,5	42,2	04:04:30	5,0	42,2	05:15:36	0,0	16,5	01:49:07	1,0	16,5	01:53:17	0,5															
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon	HM																														
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon	M																														
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf	3,4km; 6,7km; 10km																														
	Auswertung		18	00:36:57	58,0	5	08:19:49	29,0	6	13:47:21	10,0	5	06:53:23	18,0	3	03:40:29	1,0	3	05:24:12	11,0	1	00:26:32	3,5	1	00:55:59	4,0	1	01:53:48	5,5	1	03:04:26	0,0
	Gesamtpunkte* ohne Bonuspunkte		W40	43		W45	34		W45	16		W55	23		W50	4		WHK	14		W40	4,5		W45	5		W50	6,5		WHK	1	
				25,0			29,0			10,0			18,0			1,0			11,0			3,5			4,0			5,5		0,0		

letzte Aktualisierung: 05.11.2017

* Gesamtpunkte: Anhand der Zeit- und Punkte-Tabelle bekommt der Teilnehmer Punkte. Für jede erfolgreiche Teilnahme gibt es einen Bonuspunkt.

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

total km	min/km
254,2	00:05:49

total km	min/km
92,9	00:05:23

total km	min/km
121,4	00:06:49

total km	min/km
67,6	00:06:07

total km	min/km
32	00:06:53

total km	min/km
62,2	00:05:13

total km	min/km
5	00:05:18

total km	min/km
10	00:05:36

total km	min/km
21,1	00:05:24

total km	min/km
21,1	00:08:44

Vereinsmeisterschaft Laufen 2017		Susanne Heinen																								
Datum	Veranstaltung	Distanzen	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 1. Lauf	5km; 10km																								
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 2. Lauf	5km; 10km; 15km																								
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 3. Lauf	5km; 10km; HM																								
05.03.2017	3. Belgenbach-Trail	5,7km; 10km																								
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatussee"	5km; 10km; HM																								
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße, V	10km																								
26.03.2017	Dürener Stadtlauf	5km; 10km																								
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen	10000m																								
01.04.2017	20. Strassenlauf Tritz	5km; 10km																								
02.04.2017	13. Zulpicher Chlodwiglauf KM 10km	5km; 10km																								
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlauf	5km; 10km																								
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf	5,4km; 10,8km																								
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen	5km; 10km																								
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, H	5km; 10km; HM																								
16.05.2017	5000m Bahn, Aachen	5000m																								
20.05.2017	5. Stadtlauf Gemünd	5km; 10km																								
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf	5km; 10km																								
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf	5km; 10km; HM																								
27.05.2017	19. Brühler Stadtlauf	5km; 10km																								
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen	3000m																								
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf	5,5km; 10km; HM																								
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen	5km; 10km																								
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweing	4,6km; 10,4km																								
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßenl	6km; 11,2km; 19,4km																								
29.06.2017	7. Kölner Leselauf	5km; 10km																								
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5km; 10km																								
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier	5,3km; 10km; 28,1km																								
20.08.2017	42. Sengbachtalsperrenlauf	11,3km ;21,1km ;30,9km																								
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenlauf	5km; 10km; HM																								
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven	3km; 10,4km																								
09.09.2017	3. Wesseling Rheinferlauf	5km; 10km; HM																								
09.09.2017	25. Dürener Runtallauf	5km; 10km																								
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf	4km; 10km																								
22.09.2017	41. Nachtlauf 7 Meilen von Zons	5km; 11,3km																								
24.09.2017	9. Citylauf Eritstadt	5km; 10km																								
01.10.2017	21. Köln Marathon	HM; M																								
28.10.2017	23. Altendorf-Ersdorfer Obstmeilenl	5,3km; 9,6km; 16km																								
05.11.2017	21. Rursee-Marathon	16,5km; M	16,5	02:08:41	0,0																					
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon	HM																								
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon	M																								
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf	3,4km; 6,7km; 10km																								
	Auswertung		1	02:08:41	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0
	Gesamtpunkte* ohne Bonuspunkte		W45	1	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0

letzte Aktualisierung: 05.11.2017

* Gesamtpunkte: Anhand der Zeit- und Punkte-Tabelle bekommt der Teilnehmer Punkte. Für jede erfolgreiche Teilnahme gibt es einen Bonuspunkt.

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

total km	min/km
16,5	00:07:48

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

Verbandsmeisterschaft Laufen 2017			Dirk Dreesbach			Dennis Hüttmann			Stefan Unger			Nils Pfannenschmidt			Timo Pfannenschmidt			Richard Heß			Pascal Michaeli			Peter Doebel			Christian v.d.Recke			Martin Preuß		
Datum	Veranstaltung	Distanzen	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte			
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 1. Lau	5km; 10km	10	00:41:57	8,0	10	00:43:45	6,0				10	00:46:20	8,0	10	00:48:46	4,0	10	00:48:47	6,5	10	00:48:31	7,0									
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 2. Lau	5km; 10km; 15km	15	01:05:38	8,0							10	00:53:37	6,0	10	00:53:37	3,0	10	00:53:39	5,5	10	00:47:25	8,0									
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz, 3. Lau	5km; 10km; HM	21,1	01:34:33	8,0							10	00:48:29	7,0	10	00:53:59	2,0	10	00:53:59	4,5	10	00:47:33	7,0									
05.03.2017	3. Belgienbach-Trail	5,7km; 10km		10:05:32	4,0							10	01:08:05	1,0							10	00:56:14	3,5	10	01:12:58	0,0	10	01:15:27	0,0			
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatussee"	5km; 10km; HM				21,1	01:42:27	5,0				10	00:48:29	7,0							10	00:45:35	6,5			10	00:54:33	5,0	10	00:41:55	8,5	
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße	10km																														
26.03.2017	Dürener Stadtlauf	5km; 10km																														
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen	10000m																														
01.04.2017	20. Strassenlauf Titz	5km; 10km																														
02.04.2017	13. Zülpicher Chlodwiglauf KM 10km	5km; 10km	10	00:45:11	7,0							10	00:45:46	8,0	10	00:54:40	2,0	10	00:54:40	4,5	10	00:43:14	7,5	10	00:52:11	6,0	10	00:50:30	7,0			
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlauf	5km; 10km	10	00:43:12	8,0	10	00:41:55	6,0	10	00:47:34	7,0																					
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf	5,4km; 10,8km												10,8	00:52:37	6,5					10,8	01:00:43	5,0									
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen	5km; 10km	10	00:40:29	9,0																10	00:41:38	7,5									
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, H	5km; 10km; HM	21,1	01:39:22	7,0	21,1	01:32:32	6,0	21,1	01:56:56	6,0																					
16.05.2017	6000m Bahn, Aachen	5000m																														
20.05.2017	5. Stadtlauf Gemünd	5km; 10km	10	00:44:58	7,0																10	00:44:29	6,5	10	00:53:50	5,0						
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf	5km; 10km																														
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf	5km; 10,3km; HM												10,3	00:53:25	5,5	10,3	01:02:01	3,0	10,3	00:49:05	5,5	10,3	00:58:50	3,5							
27.05.2017	19. Brühler Stadtlauf	5km; 10km	10	00:59:07	3,0																								10	00:41:58	8,5	
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen	3000m																														
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf	5,5km; 10km; HM	21,1	01:39:40	7,0				21,1	01:56:43	6,0										10,8	00:56:48	6,0									
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen	5km; 10km	10	00:44:17	8,0																10	00:44:13	7,5	10	00:56:04	5,0						
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweing	4,6km; 10,4km	10,4	00:45:07	8,0							10,4	00:48:44	7,5							10,4	00:45:09	7,5					10,4	00:43:46	8,5		
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßen	6km; 11,2km; 19,4km	19,4	01:35:08	7,0									11,2	01:00:54	5,0																
29.06.2017	7. Kölner Leselauf	5km; 10km												10	00:48:50	7,0																
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5km; 10km	10	00:42:22	8,0									10	00:47:26	8,0																
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier	5,3km; 10km; 28,1km	28,1	02:20:26	7,0				28,1	02:32:54	6,0										28,1	02:19:30	6,5									
20.08.2017	42. Sengbachtalsperrenlauf	11,3km ;21,1km ;30,9km																														
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenla	abgesagt!																														
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven	3km; 10,4km												10,4	00:48:33	7,5																
09.09.2017	3. Wesselingener Rheinuferlauf	5km; 10km; HM																														
09.09.2017	25. Dürener Rurtallauf	5km; 10km																														
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf	4km; 10km	10	00:41:12	9,0																											
22.09.2017	41. Nachtlauf 7 Meilen von Zons	5km; 11,3km																														
24.09.2017	9. Citylauf Erfstadt	5km; 10km	10	00:42:17	8,0																											
01.10.2017	21. Köln Marathon	HM; M	42,2	03:43:12	6,0	21,1	01:44:13	5,0																								
28.10.2017	23. Altendorf-Ersdorfer Obstmeilenl	5,3km; 9,6km; 16km	16,1	01:17:45	7,0							9,6	00:43:40	8,0							9,6	00:43:45										
05.11.2017	21. Rursee-Marathon	16,5km; M	42,2	03:52:50	6,0							42,2	04:22:48	5,0																		
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon	HM																														
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon	M																														
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf	3,4km; 6,7km; 10km																														
Auswertung			21	03:55:15	150,0	5	06:24:52	28,0	15	20:08:31	95,0	4	03:31:02	11,0	13	14:05:17	74,0	5	04:22:18	31,0	9	08:29:07	58,5	8	07:51:39	36,5	4	03:49:20	19,0	3	02:07:39	25,5
Gesamtpunkte* ohne Bonuspunkte			M45	71		MHK	33		M55	61		MHK	15		M50	54,0		M55	36		M40	52		M55	41		M55	23		M50	28,5	
				50,0			28,0			46,0			11,0			41,0			31,0			43,0			33,0			19,0			25,5	

letzte Aktualisierung: 05.11.2017

* Gesamtpunkte: Anhand der Zeit- und Punkte-Tabelle bekommt der Teilnehmer Punkte. Für jede erfolgreiche Teilnahme gibt es einen Bonuspunkt.

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

total km	min/km
347	00:04:50

total km	min/km
83,3	00:04:37

total km	min/km
223	00:05:25

total km	min/km
40	00:05:17

total km	min/km
165	00:05:08

total km	min/km
51,1	00:05:08

total km	min/km
109	00:04:41

total km	min/km
82,7	00:05:42

total km	min/km
40	00:05:44

total km	min/km
30,4	00:04:12

Verbandsmeisterschaft Laufen 2017			Marcus Zetzmann			Manfred Neuhöfer			Holger Falkenberg			Eckhard Kittlitz			Peter Raab			Ralf Weck			Georg Hüttmann			Marcel Haussner			Ralf Gerkum			Rüdiger Tontsch		
Datum	Veranstaltung	Distanzen	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte			
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 1. Lau	5km; 10km																														
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 2. Lau	5km; 10km; 15km																														
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 3. Lau	5km; 10km; HM																														
05.03.2017	3. Belgenbach-Trail	5,7km; 10km																														
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatussee"	5km; 10km; HM		10:00:51:25	4,5		10:00:52:40	5,5		10:00:56:24	3,5																					
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße	10km																														
26.03.2017	Dürener Stadtlauf	5km; 10km																														
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen	10000m																														
01.04.2017	20. Strassenlauf Titz	5km; 10km																														
02.04.2017	13. Zulpicher Chlodwiglauf KM 10km	5km; 10km																														
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlauf	5km; 10km		10:00:47:12	6,5																											
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf	5,4km; 10,8km																														
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen	5km; 10km																														
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, H	5km; 10km; HM	21,1	01:48:40	5,5				21,1	02:15:28	1,5																					
16.05.2017	6000m Bahn, Aachen	5000m																														
20.05.2017	5. Stadtlauf Gemünd	5km; 10km											5:00:36:29	0,5																		
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf	5km; 10km																														
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf	5km; 10km; HM																														
27.05.2017	19. Brühler Stadtlauf	5km; 10km		10:00:50:41	4,5					10:01:00:58	1,5				10:00:55:18	4,5																
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen	3000m																														
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf	5,5km; 10km; HM													10,8	01:01:26	5,0															
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen	5km; 10km																														
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweing	4,6km; 10,4km														10,4	00:43:17	8,5														
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßen	6km; 11,2km; 19,4km																														
29.06.2017	7. Kölner Leselauf	5km; 10km																				10	00:48:50	4,5								
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5km; 10km								10	00:56:42	3,5																				
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier	5,3km; 10km; 28,1km																														
20.08.2017	42. Sengbachtalsperrenlauf	11,3km ;21,1km ;30,9km																														
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenlau	5km; 10km; HM																														
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven	3km; 10,4km																														
09.09.2017	3. Wesselingener Rheinuferlauf	5km; 10km; HM																														
09.09.2017	25. Dürener Rurtallauf	5km; 10km																														
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf	4km; 10km																														
22.09.2017	41. Nachtlauf 7 Meilen von Zons	5km; 11,3km																														
24.09.2017	9. Citylauf Ertstadt	5km; 10km																														
01.10.2017	21. Köln Marathon	HM; M								21,1	02:02:29	3,5																				
28.10.2017	23. Altendorf-Ersdorfer Obstmeilenl	5,3km; 9,6km; 16km																														
05.11.2017	21. Rursee-Marathon	16,5km; M																														
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon	HM																														
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon	M																														
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf	3,4km; 6,7km; 10km																														
	Auswertung		4	04:17:58	21,0	1	00:52:40	5,5	7	09:46:24	18,5	1	00:36:29	0,5	1	00:55:18	4,5	1	01:01:26	5,0	1	00:43:17	8,5	1	00:48:50	4,5	5	05:56:51	38,0	2	04:07:09	4,0
	Gesamtpunkte* ohne Bonuspunkte		M40	25		M50	6,5		M40	25,0		M65	1,5		M50	5,5		M55	6		M50	9,5		M30	5,5		M45	43		M55	6	
				21,0			5,5			18,0			0,5			4,5			5,0			8,5			4,5		38,0			4,0		

letzte Aktualisierung: 05.11.2017

* Gesamtpunkte: Anhand der Zeit- und Punkte-Tabelle bekommt der Teilnehmer Punkte. Für jede erfolgreiche Teilnahme gibt es einen Bonuspunkt.

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

total km	min/km
51,1	00:05:03

total km	min/km
10	00:05:16

total km	min/km
98,3	00:05:58

total km	min/km
5	00:07:18

total km	min/km
10	00:05:32

total km	min/km
10,8	00:05:41

total km	min/km
10,4	00:04:10

total km	min/km
10	00:04:53

total km	min/km
76,1	00:04:41

total km	min/km
37,6	00:06:34

Vereinsmeisterschaft Laufen 2017			Karl-Heinz Proenen																													
Datum	Veranstaltung	Distanzen	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte	km	Zeit	Punkte			
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 1. Lau	5km; 10km																														
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 2. Lau	5km; 10km; 15km																														
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz; 3. Lau	5km; 10km; HM																														
05.03.2017	3. Belgenbach-Trail	5,7km; 10km																														
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatussee"	5km; 10km; HM																														
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße	10km																														
26.03.2017	Dürener Stadtlau	5km; 10km																														
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen	10000m																														
01.04.2017	20. Strassenlauf Titz	5km; 10km																														
02.04.2017	13. Zulpicher Chlodwiglauf KM 10km	5km; 10km																														
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlau	5km; 10km																														
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf	5,4km; 10,8km																														
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen	5km; 10km																														
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, H	5km; 10km; HM																														
16.05.2017	6000m Bahn, Aachen	5000m																														
20.05.2017	5. Stadtlau Gemünd	5km; 10km																														
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf	5km; 10km																														
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf	5km; 10km; HM																														
27.05.2017	19. Brühler Stadtlau	5km; 10km																														
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen	3000m																														
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf	5,5km; 10km; HM																														
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen	5km; 10km																														
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweing	4,6km; 10,4km																														
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßen	6km; 11,2km; 19,4km																														
29.06.2017	7. Kölner Leselauf	5km; 10km																														
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5km; 10km																														
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier	5,3km; 10km; 28,1km																														
20.08.2017	42. Sengbachtalsperrenlauf	11,3km ;21,1km ;30,9km																														
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenlau	5km; 10km; HM																														
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven	3km; 10,4km																														
09.09.2017	3. Wesselingener Rheinuferlauf	5km; 10km; HM																														
09.09.2017	25. Dürener Rurtallauf	5km; 10km																														
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf	4km; 10km																														
22.09.2017	41. Nachtlauf 7 Meilen von Zons	5km; 11,3km																														
24.09.2017	9. Citylauf Ertstadt	5km; 10km																														
01.10.2017	21. Köln Marathon	HM; M																														
28.10.2017	23. Altendorf-Ersdorfer Obstmeilenl	5,3km; 9,6km; 16km																														
05.11.2017	21. Rursee-Marathon	16,5km; M	16,5	01:55:19	0,0																											
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon	HM																														
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon	M																														
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf	3,4km; 6,7km; 10km																														
Auswertung			1	01:55:19	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0	0	00:00:00	0,0
Gesamtpunkte* ohne Bonuspunkte			1	55	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
letzte Aktualisierung: 05.11.2017																																

* Gesamtpunkte: Anhand der Zeit- und Punkte-Tabelle bekommt der Teilnehmer Punkte. Für jede erfolgreiche Teilnahme gibt es einen Bonuspunkt.

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

total km	min/km
16,5	00:06:59

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

total km	min/km
0	#DIV/0!

Vereinsmeisterschaft Laufen 2017		Caroline Raab			Johanna Michaeli																														
Datum	Veranstaltung	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz	km	Zeit	AK-Platz				
22.01.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz. 1. Lauf																																		
05.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz. 2. Lauf																																		
19.02.2017	33. Winterlaufserie LSV Porz. 3. Lauf																																		
05.03.2017	3. Belgenbach-Trail																																		
12.03.2017	13. Lauf "Rund um den Donatsee"	1,2	00:05:35	6	1,2	00:06:32	7																												
18.03.2017	LVN-Meisterschaften 10km Straße, Wegberg																																		
26.03.2017	Dürener Stadtlauf																																		
01.04.2017	10000m Bahn, Aachen																																		
01.04.2017	20. Strassenlauf Titz																																		
02.04.2017	13. Zulpicher Ohlodwiglauf KM 10km																																		
17.04.2017	16. Kerpener OBI-Stadtlauf																																		
17.04.2017	25. Internationaler Osterlauf																																		
30.04.2017	4. Stadtmauerlauf Euskirchen																																		
14.05.2017	29. VL Rund um Otto-Maigler-See, Hürth																																		
16.05.2017	5000m Bahn, Aachen																																		
20.05.2017	5. Stadtlauf Gemünd																																		
21.05.2017	24. Melpomene-Lauf																																		
27.05.2017	39. Mützenicher Vennlauf																																		
27.05.2017	19. Brühler Stadtlauf	2,1	00:09:44	4																															
31.05.2017	3000m Bahn, Aachen, nur Frauen																																		
11.06.2017	Lyondell Basell-Lauf																																		
15.06.2017	26. Rund um Köchel, Marmagen																																		
17.06.2017	23. Int. Römerkanal-VL, Kreuzweingarten																																		
24.06.2017	12. Mutscheider Volks- und Straßenlauf																																		
29.06.2017	7. Kölner Leselauf																																		
30.06.2017	10. Horremer Abendlauf	5	00:26:30	2																															
19.08.2017	XVI. Monte Sophia, Niederzier																																		
20.08.2017	42. Sengbachtalsperrenlauf																																		
26.08.2017	28. Hambacher Volks- & Strassenlauf																																		
02.09.2017	31. Volkslauf Scheven																																		
09.09.2017	3. Wesselingener Rheinuferlauf																																		
09.09.2017	25. Dürener Rurtallauf																																		
16.09.2017	16. Bedburger Citylauf																																		
22.09.2017	41. Nachtlauf 7 Meilen von Zons																																		
24.09.2017	9. Citylauf Ertstadt																																		
01.10.2017	21. Köln Marathon																																		
28.10.2017	23. Altendorf-Ersdorfer Obstmeilenlauf																																		
05.11.2017	21. Rursee-Marathon																																		
11.11.2017	40. Bonner Herbsthalbmarathon																																		
11.11.2017	2. Kölner Karnevals-Marathon																																		
03.12.2017	21. Kölner Nikolauslauf																																		
15.10.2017	1. Airfield-Run	2	00:09:52	2																															
		4			1			0			0			0			0			0			0			0			0			0			

letzte Aktualisierung:
05.11.2017

Bei Einwänden bitte Mail an:
dirk@lc-weilerswist.de

Änderungen bitte bis 31.12.2017 mitteilen.

