

# 7 Türme Triathlon am 12.06.2016

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
Frauen										
1.	555	1. W20	BETCHE, Josephin Top-Tri-Team-Hamburg	7:53 (2.)	1:04 (1.)	33:45 (1.)	0:43 (11.)	43:26 (1.)	21:02 (1.)	1:04:28 -
2.	625	1. W30	SIEGMEIER, Nele Tri-Team Neumünster	9:43 (13.)	1:24 (6.)	34:37 (2.)	1:03 (33.)	46:48 (3.)	24:02 (3.)	1:10:50 6:21
3.	916	2. W20	LÖHDEN, Jana Triathlon Team Buxtehude	7:52 (1.)	1:15 (2.)	36:49 (6.)	0:43 (9.)	46:40 (2.)	25:19 (16.)	1:11:59 7:30
4.	554	3. W20	RUFF, Anne Christin Team Isostar - PLRT	9:42 (12.)	1:36 (12.)	34:57 (3.)	1:07 (36.)	47:24 (4.)	24:42 (12.)	1:12:06 7:37
5.	592	1. W25	ELLERMANN, Sybille (Lübeck)	9:35 (11.)	1:44 (20.)	37:35 (14.)	1:15 (50.)	50:10 (7.)	24:36 (10.)	1:14:47 10:18
6.	910	1. WJU	THUM, Verena Tri-Team Neumünster	8:49 (6.)	1:20 (4.)	37:34 (13.)	0:59 (30.)	48:43 (5.)	26:14 (21.)	1:14:57 10:29
7.	604	2. W30	DÖHRN, Julia Team ERDINGER Alkoholfrei	11:27 (50.)	2:16 (44.)	37:20 (10.)	1:04 (34.)	52:09 (18.)	24:13 (5.)	1:16:22 11:54
8.	729	1. W40	REKER, Monika MC Pirate	9:52 (15.)	1:58 (26.)	37:00 (7.)	1:19 (56.)	50:12 (8.)	26:15 (22.)	1:16:27 11:58
9.	609	3. W30	KARPUS, Janine ASK 16	10:55 (34.)	1:29 (8.)	38:40 (19.)	1:13 (46.)	52:18 (20.)	24:19 (7.)	1:16:37 12:08
10.	559	4. W20	SCHUMACHER, Nina (Hamburg)	10:54 (33.)	1:34 (10.)	38:27 (17.)	1:21 (59.)	52:17 (19.)	24:28 (8.)	1:16:45 12:16
11.	740	2. W40	BADER, Annike (Buxtehude)	11:04 (41.)	2:08 (37.)	37:19 (9.)	1:27 (64.)	51:59 (16.)	24:54 (13.)	1:16:54 12:25
12.	637	4. W30	BOCK, Angela Tri-Team Neumünster	11:07 (42.)	1:58 (27.)	38:07 (16.)	0:45 (13.)	51:58 (15.)	24:59 (14.)	1:16:57 12:28
13.	705	1. W35	WAINOWSKI, Monika Top-Tri-Team-Hamburg	9:49 (14.)	1:21 (5.)	38:46 (21.)	1:17 (52.)	51:14 (13.)	26:08 (18.)	1:17:22 12:53
14.	808	1. W45	BULL, Susanne (Hamburg)	9:33 (10.)	1:43 (19.)	38:40 (20.)	1:16 (51.)	51:13 (12.)	26:28 (25.)	1:17:41 13:13
15.	647	5. W30	KRASSEK, Michaela (Herrnburg)	10:03 (17.)	1:57 (25.)	39:29 (28.)	1:00 (32.)	52:31 (22.)	25:15 (15.)	1:17:47 13:18
16.	904	1. WJA	CLASEN, Nele Post SV Uelzen	10:16 (22.)	1:48 (21.)	40:24 (40.)	1:10 (42.)	53:39 (32.)	24:13 (4.)	1:17:52 13:23
17.	646	6. W30	KÖSTER, Jelena Tri-Sport Lübeck	10:02 (16.)	2:24 (51.)	37:04 (8.)	1:15 (49.)	50:46 (10.)	27:32 (40.)	1:18:18 13:49
18.	744	3. W40	NEGEL, Kirsten TSV Bargteheide TRI	10:29 (26.)	1:50 (22.)	37:30 (11.)	1:00 (31.)	50:51 (11.)	27:31 (38.)	1:18:23 13:54

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit	
19.	615	7.	W30	STOFFELS, Hanna (Kiel)	12:09 (66.)	2:17 (45.)	36:31 (4.)	1:05 (35.)	52:03 (17.)	26:33 (27.)	1:18:36 14:08
20.	628	8.	W30	VON DER GABLENTZ, Janina (Lübeck)	10:16 (23.)	1:53 (23.)	39:33 (30.)	0:56 (23.)	52:39 (23.)	26:13 (20.)	1:18:52 14:23
21.	765	4.	W40	VON GARREL, Antje (Hamburg)	10:16 (21.)	2:31 (59.)	38:50 (22.)	1:19 (55.)	52:57 (26.)	26:46 (30.)	1:19:44 15:15
22.	596	2.	W25	NORDHAUS, Antje MSV	9:09 (8.)	1:39 (15.)	39:13 (24.)	0:40 (5.)	50:41 (9.)	29:04 (57.)	1:19:45 15:16
23.	738	5.	W40	HAMANN, Mandy Maria (Papendorf)	11:58 (63.)	2:55 (71.)	36:47 (5.)	1:38 (72.)	53:20 (28.)	26:30 (26.)	1:19:50 15:22
24.	598	3.	W25	PRÜBING, Jette (Rostock)	10:30 (27.)	4:01 (85.)	39:33 (29.)	1:54 (85.)	55:58 (45.)	23:53 (2.)	1:19:52 15:23
25.	753	6.	W40	ECKMANN, Sabrina TSV Bargteheide Tri	10:25 (24.)	1:39 (16.)	39:01 (23.)	1:23 (61.)	52:29 (21.)	27:27 (37.)	1:19:56 15:27
26.	700	2.	W35	REHDER, Miriam (Hamburg)	13:07 (76.)	2:28 (57.)	39:25 (27.)	0:43 (10.)	55:44 (42.)	24:36 (9.)	1:20:20 15:52
27.	685	3.	W35	WEGNER, Jana (Hamburg)	11:02 (38.)	2:35 (62.)	37:33 (12.)	1:34 (68.)	52:45 (24.)	27:47 (44.)	1:20:32 16:04
28.	731	7.	W40	SCHOLTEN, Christina Lübecker Marathon e.V.	10:44 (30.)	3:09 (75.)	39:49 (31.)	0:43 (12.)	54:26 (35.)	26:08 (19.)	1:20:34 16:05
29.	813	2.	W45	LENZ, Philippa Tri-Sport Lübeck	8:32 (4.)	1:38 (13.)	38:38 (18.)	1:20 (57.)	50:08 (6.)	30:30 (70.)	1:20:38 16:10
30.	742	8.	W40	KNOP, Birte (Kaltenkirchen)	10:08 (18.)	1:25 (7.)	41:07 (51.)	1:18 (53.)	53:59 (33.)	27:05 (33.)	1:21:04 16:35
31.	721	9.	W40	OHAGEN, Anne (Lübeck)	11:35 (54.)	1:42 (18.)	37:59 (15.)	2:10 (89.)	53:27 (31.)	27:40 (42.)	1:21:08 16:39
32.	666	4.	W35	HOLTZ, Kerstin Lübecker Frauen-Rudergesellschaft	11:01 (36.)	2:19 (47.)	40:57 (47.)	2:21 (90.)	56:39 (51.)	24:37 (11.)	1:21:16 16:48
33.	563	5.	W20	GLADBACH, Nele MTV Lübeck	10:31 (28.)	2:05 (33.)	40:11 (38.)	0:38 (3.)	53:26 (30.)	27:53 (46.)	1:21:20 16:51
34.	587	4.	W25	GOEDE, Julia (Hamburg)	8:17 (3.)	2:02 (29.)	40:42 (45.)	0:40 (6.)	51:42 (14.)	29:47 (67.)	1:21:29 17:00
35.	719	10.	W40	KRASKE, Melanie LTV Kiel-Ost	11:30 (51.)	2:20 (48.)	39:23 (26.)	0:56 (21.)	54:10 (34.)	27:25 (36.)	1:21:36 17:07
36.	823	3.	W45	HELING, Maren MTV							1:21:38 17:10
37.	766	11.	W40	WULKOW, Kirsten (Stockelsdorf)	11:18 (46.)	2:14 (41.)	40:31 (41.)	1:34 (69.)	55:38 (41.)	26:20 (23.)	1:21:58 17:29
38.	764	12.	W40	TIEDEKE, Sabine AMTV Hamburg	8:42 (5.)	3:13 (77.)	40:32 (43.)	0:56 (24.)	53:25 (29.)	28:38 (50.)	1:22:04 17:35

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
39.	791	4.	W45 STELLING, Inken Tri-Team Neumünster	11:45 (58.)	1:29 (9.)	41:25 (54.)	1:09 (39.)	55:49 (43.)	26:23 (24.)	1:22:13 17:44
40.	633	9.	W30 NEUMANN, Marie TRI EMTV Elmshorn	10:26 (25.)	2:03 (32.)	42:34 (65.)	1:28 (65.)	56:32 (48.)	25:55 (17.)	1:22:28 17:59
41.	561	6.	W20 BANNOW, Luisa TG TriZack Rostock	8:59 (7.)	1:35 (11.)	41:01 (48.)	1:12 (43.)	52:48 (25.)	30:03 (68.)	1:22:52 18:23
42.	572	5.	W25 GÖHLER, Rebecca (Lübeck)	13:21 (78.)	2:05 (34.)	42:41 (66.)	0:40 (4.)	58:48 (67.)	24:15 (6.)	1:23:03 18:35
43.	741	13.	W40 HINRICHSSEN, Wibke (Kaltenkirchen)	10:46 (31.)	2:27 (55.)	41:14 (53.)	1:43 (78.)	56:11 (47.)	27:04 (32.)	1:23:16 18:47
44.	874	1.	W50 DITZE, Susan (Hamburg)	9:28 (9.)	2:52 (70.)	42:08 (59.)	0:57 (27.)	55:25 (37.)	28:09 (47.)	1:23:35 19:06
45.	863	2.	W50 WITTE, Michaela Team ERDINGER Alkoholfrei	11:57 (62.)	2:13 (40.)	41:34 (55.)	1:43 (80.)	57:29 (57.)	26:36 (28.)	1:24:06 19:37
46.	861	3.	W50 PÜTTJER, Anke Spiridon Club Bad Oldesloe	11:13 (45.)	1:40 (17.)	40:18 (39.)	1:14 (48.)	54:27 (36.)	29:45 (66.)	1:24:12 19:43
47.	575	6.	W25 ROGOVA, Dina ASK 16	11:09 (43.)	3:08 (72.)	39:59 (33.)	1:21 (58.)	55:38 (40.)	28:44 (53.)	1:24:23 19:54
48.	814	5.	W45 MERCHEL, Carol (Lübeck)	13:03 (74.)	2:08 (38.)	39:57 (32.)	1:36 (70.)	56:46 (52.)	27:48 (45.)	1:24:34 20:06
49.	755	14.	W40 GILLER, Karen sportfreunde giller	11:18 (47.)	2:27 (56.)	40:55 (46.)	0:45 (14.)	55:27 (38.)	29:10 (61.)	1:24:37 20:08
50.	745	15.	W40 NEUMANN, Ramona FC St. Pauli Triathlon	13:37 (82.)	3:11 (76.)	40:04 (34.)	1:23 (62.)	58:17 (65.)	26:41 (29.)	1:24:59 20:30
51.	671	5.	W35 PÖTZSCH, Katrin (Lübeck)	13:46 (84.)	1:57 (24.)	40:07 (36.)	0:42 (8.)	56:33 (49.)	28:28 (49.)	1:25:01 20:33
52.	881	1.	W55 AHRENS, Sabine (Stelle)	12:24 (69.)	2:14 (42.)	40:35 (44.)	1:24 (63.)	56:38 (50.)	28:47 (55.)	1:25:26 20:57
53.	706	6.	W35 WEIST, Sabine (Lübeck)	11:37 (55.)	2:26 (54.)	42:55 (67.)	0:58 (28.)	57:58 (62.)	27:32 (41.)	1:25:30 21:01
54.	676	7.	W35 WEIST, Andrea (Buchholz)	11:32 (52.)	2:32 (60.)	42:56 (68.)	0:57 (26.)	57:58 (63.)	27:32 (39.)	1:25:30 21:01
55.	866	4.	W50 GRÜNBERG GILGEN, Birte MTV Leck	11:33 (53.)	2:16 (43.)	44:01 (74.)	0:54 (18.)	58:44 (66.)	26:50 (31.)	1:25:35 21:06
56.	686	8.	W35 WIRKNER-MÜNCH, Katrin SV Hof	12:08 (65.)	2:25 (52.)	41:06 (50.)	1:18 (54.)	56:59 (53.)	28:42 (51.)	1:25:41 21:12
57.	811	6.	W45 KIRCH, Maren LT Lübeck	10:39 (29.)	1:38 (14.)	42:59 (69.)	0:53 (16.)	56:09 (46.)	29:33 (63.)	1:25:43 21:14
58.	835	5.	W50 KAVEN, Nela TRlandertaler	11:39 (56.)	3:34 (81.)	40:06 (35.)	1:48 (81.)	57:08 (55.)	28:46 (54.)	1:25:54 21:26

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
59.	884	2.	W55 BÖTTGER, Martina (Lübeck)	11:52 (61.)	2:41 (63.)	42:12 (60.)	0:35 (1.)	57:21 (56.)	28:48 (56.)	1:26:10 21:41
60.	576	7.	W25 DOHNA, Victoria (Hamburg)	12:00 (64.)	3:23 (79.)	43:32 (71.)	0:37 (2.)	59:33 (71.)	27:09 (34.)	1:26:42 22:14
61.	641	10.	W30 HEYN, Claudia (Barnitz)	11:39 (57.)	2:45 (65.)	42:05 (58.)	1:39 (74.)	58:09 (64.)	28:43 (52.)	1:26:52 22:23
62.	726	16.	W40 CLASEN, Nicole Post SV Uelzen	11:27 (49.)	2:49 (68.)	40:07 (37.)	1:31 (67.)	55:56 (44.)	30:55 (75.)	1:26:52 22:23
63.	827	7.	W45 MENZEL, Jacqueline SC Itzehoe	11:02 (39.)	4:27 (87.)	42:14 (61.)	1:41 (77.)	59:25 (69.)	27:47 (43.)	1:27:12 22:43
64.	790	8.	W45 STEINHOF, Anette Tri-Team Neumünster	11:03 (40.)	2:01 (28.)	42:19 (62.)	1:38 (73.)	57:02 (54.)	30:29 (69.)	1:27:31 23:02
65.	619	11.	W30 DÖBRICH, Saskia (Mölln)	11:01 (37.)	1:17 (3.)	42:32 (64.)	0:41 (7.)	55:32 (39.)	32:46 (81.)	1:28:18 23:49
66.	784	9.	W45 IWEN, Janett (Lübeck)	12:47 (71.)	2:10 (39.)	40:32 (42.)	2:09 (88.)	57:39 (58.)	30:48 (72.)	1:28:28 23:59
67.	616	12.	W30 WÖLK, Kathi (Todendorf)	11:13 (44.)	2:19 (46.)	44:15 (77.)	1:37 (71.)	59:25 (70.)	29:07 (59.)	1:28:33 24:04
68.	727	17.	W40 HINRICHS, Sandra (Elmshorn)	13:11 (77.)	2:23 (49.)	44:59 (80.)	0:56 (22.)	1:01:30 (80.)	27:22 (35.)	1:28:52 24:24
69.	655	9.	W35 DÖRING, Martina SC Delphin Bad Schwartau	14:43 (88.)	2:03 (31.)	41:08 (52.)	1:29 (66.)	59:23 (68.)	29:43 (65.)	1:29:07 24:38
70.	656	10.	W35 ERNST, Stephanie Norderstedt	11:22 (48.)	3:55 (84.)	44:04 (75.)	1:50 (83.)	1:01:13 (77.)	28:14 (48.)	1:29:27 24:58
71.	674	11.	W35 WEBER, Stefanie (Bonn)	12:47 (72.)	2:33 (61.)	41:04 (49.)	1:22 (60.)	57:47 (59.)	31:49 (78.)	1:29:36 25:07
72.	552	7.	W20 FRESE, Lisa (Lübeck)	13:24 (80.)	2:45 (66.)	43:14 (70.)	1:09 (41.)	1:00:35 (75.)	29:07 (58.)	1:29:42 25:13
73.	639	13.	W30 GESKE, Nadine (Kiel)	10:15 (20.)	2:07 (36.)	39:23 (25.)	1:13 (45.)	52:58 (27.)	36:46 (90.)	1:29:44 25:15
74.	899	1.	W65 LAPPERT, Evelyn TSV Sankt Peter-Ording	12:09 (67.)	3:25 (80.)	43:49 (72.)	2:03 (87.)	1:01:27 (78.)	29:08 (60.)	1:30:36 26:07
75.	649	14.	W30 MÜLLER, Jessica (Kaltenkirchen)	12:58 (73.)	2:24 (50.)	44:06 (76.)	0:46 (15.)	1:00:15 (74.)	30:49 (73.)	1:31:04 26:35
76.	754	18.	W40 FREUDENTHAL, Gila (Jork)	11:49 (60.)	2:29 (58.)	42:30 (63.)	1:08 (37.)	57:57 (61.)	33:47 (85.)	1:31:45 27:16
77.	739	19.	W40 HEINSOHN, Andrea (Jork)	10:56 (35.)	3:09 (74.)	41:50 (57.)	1:53 (84.)	57:50 (60.)	33:55 (86.)	1:31:45 27:16
78.	607	15.	W30 HABAN-RACKEBRANDT, Sherazade (Lübeck)	14:58 (89.)	2:02 (30.)	41:50 (56.)	0:58 (29.)	59:50 (72.)	32:17 (79.)	1:32:08 27:39

Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
79.	841	6.	W50 SCHMIDT, Anja o.v.	12:36 (70.)	2:42 (64.)	44:23 (79.)	0:53 (17.)	1:00:35 (76.)	31:34 (77.)	1:32:10 27:41
80.	645	16.	W30 HÜBNER, Janett (Rostock)	14:28 (86.)	4:33 (88.)	43:54 (73.)	1:09 (40.)	1:04:05 (83.)	29:23 (62.)	1:33:28 28:59
81.	580	8.	W25 KOWOLL, Juliane (Hamburg)	12:14 (68.)	2:47 (67.)	47:22 (84.)	0:57 (25.)	1:03:20 (82.)	31:02 (76.)	1:34:22 29:54
82.	585	9.	W25 SCHONEBECK, Gesa (Lübeck)	10:10 (19.)	3:08 (73.)	47:18 (83.)	0:54 (19.)	1:01:30 (79.)	33:19 (82.)	1:34:49 30:20
83.	673	12.	W35 RÜMENAPF, Kristin (Lübeck)	10:50 (32.)	2:07 (35.)	46:02 (81.)	0:54 (20.)	59:53 (73.)	35:01 (88.)	1:34:55 30:26
84.	787	10.	W45 OEVEL, Anette (Großhansdorf)	13:46 (83.)	3:43 (82.)	48:37 (85.)	1:49 (82.)	1:07:56 (87.)	29:40 (64.)	1:37:36 33:07
85.	734	20.	W40 VON HEINE, Denise Tri For Fun	13:32 (81.)	4:17 (86.)	47:00 (82.)	2:27 (91.)	1:07:17 (86.)	30:49 (74.)	1:38:07 33:38
86.	725	21.	W40 BARTSCH, Monika (Würzburg)	11:45 (59.)	4:36 (89.)	44:18 (78.)	1:08 (38.)	1:01:50 (81.)	36:30 (89.)	1:38:20 33:52
87.	853	7.	W50 STOLZE, Heike Tri Speedys Peine	13:22 (79.)	2:50 (69.)	49:06 (87.)	1:12 (44.)	1:06:32 (85.)	34:27 (87.)	1:40:59 36:30
88.	839	8.	W50 PEREZ-PLATZ, Ursula (Hamburg)	13:05 (75.)	3:52 (83.)	49:31 (88.)	1:39 (75.)	1:08:09 (88.)	33:29 (83.)	1:41:39 37:10
89.	567	10.	W25 HOCKE, Anne (Lübeck)	14:28 (87.)	3:23 (78.)	54:36 (90.)	1:43 (79.)	1:14:12 (89.)	30:32 (71.)	1:44:44 40:15
90.	889	3.	W55 ZELLMER, Jutta (Lübeck)	15:39 (91.)	4:44 (90.)	52:20 (89.)	1:55 (86.)	1:14:39 (90.)	33:38 (84.)	1:48:17 43:48
91.	677	13.	W35 ZÜRRER, Susanne TriVelos Flensburg	14:00 (85.)	2:26 (53.)	48:45 (86.)	1:14 (47.)	1:06:26 (84.)	46:15 (91.)	1:52:41 48:12
92.	669	14.	W35 LOHSE, Christina (Lübeck)	15:26 (90.)	5:23 (91.)	1:00:47 (91.)	1:40 (76.)	1:23:17 (91.)	32:43 (80.)	1:56:00 51:32

Männer

1.	582	1.	M25 ORANIENBURG, Kim ProEnzym Tri Team Hamburg	6:47 (1.)	1:03 (1.)	31:35 (4.)	0:45 (13.)	40:12 (2.)	19:09 (2.)	59:21 -
2.	614	1.	M30 RAABE, Patrick TSV Bargteheide TRI	7:06 (2.)	1:13 (5.)	33:40 (10.)	0:51 (26.)	42:51 (4.)	18:09 (1.)	1:01:00 1:38
3.	664	1.	M35 FOKKER, Alexander (Hamburg)	10:50 (95.)	3:00 (148.)	20:29 (1.)	1:53 (175.)	36:14 (1.)	24:55 (87.)	1:01:09 1:47
4.	662	2.	M35 DEECKE, Jan (Bad Schwartau)	8:41 (25.)	1:37 (29.)	30:28 (3.)	1:01 (64.)	41:49 (3.)	21:23 (13.)	1:03:12 3:50
5.	692	3.	M35 MOHR, Andreas (Lübeck)	8:48 (32.)	1:25 (15.)	33:18 (8.)	0:52 (33.)	44:24 (7.)	20:27 (9.)	1:04:51 5:29

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
6.	819	1. M45	ZIMMERMANN, Axel Rostocker Ruderclub	8:27 (20.)	1:45 (42.)	34:18 (17.)	0:54 (37.)	45:25 (13.)	20:34 (10.)	1:05:59 6:37
7.	694	4. M35	WEBER, Frank (Ahrensburg )	7:40 (7.)	1:25 (14.)	35:00 (30.)	0:58 (55.)	45:05 (11.)	21:02 (12.)	1:06:07 6:45
8.	806	2. M45	SEMMLER, Michael HSV	10:31 (82.)	1:52 (53.)	33:06 (6.)	1:02 (68.)	46:32 (21.)	19:39 (5.)	1:06:11 6:49
9.	560	1. M20	WEGNER, Sebastian (Henstedt-Ulzburg)	8:10 (16.)	1:10 (3.)	34:56 (29.)	0:42 (8.)	45:00 (10.)	21:40 (18.)	1:06:41 7:19
10.	568	2. M25	IMHOFF, Matthias (Münster)	8:44 (26.)	1:30 (20.)	33:52 (12.)	0:52 (30.)	44:59 (9.)	21:49 (23.)	1:06:49 7:27
11.	557	2. M20	MEIER, Bent Peter Lula Racing Team	8:36 (23.)	3:02 (150.)	34:43 (24.)	0:59 (56.)	47:21 (30.)	19:33 (4.)	1:06:55 7:33
12.	767	3. M25	POTTEN, Jan-Niklas SG Wasserratten Norderstedt	9:14 (42.)	1:15 (6.)	33:02 (5.)	0:50 (22.)	44:22 (6.)	22:35 (34.)	1:06:57 7:35
13.	566	4. M25	DAHLKEMPER, Lars BSG Förde Sparkasse Kiel	7:51 (11.)	2:17 (89.)	33:29 (9.)	1:09 (98.)	44:47 (8.)	22:39 (35.)	1:07:27 8:05
14.	782	3. M45	GERHARDT, Christian Spiridon Club Bad Oldesloe	8:56 (34.)	2:20 (93.)	33:11 (7.)	0:57 (47.)	45:26 (14.)	22:20 (29.)	1:07:46 8:25
15.	556	3. M20	DAHLKEMPER, Tim BSG Förde Sparkasse Kiel	8:09 (15.)	2:18 (91.)	34:12 (16.)	1:08 (91.)	45:49 (16.)	22:12 (25.)	1:08:02 8:40
16.	684	5. M35	SCHLEGEL, Sebastian BSG Justiz Hamburg	7:33 (4.)	1:18 (7.)	35:41 (44.)	0:42 (9.)	45:16 (12.)	23:04 (45.)	1:08:21 8:59
17.	551	4. M20	MEYER, Drees (Rehhorst )	9:23 (46.)	1:31 (22.)	35:45 (45.)	0:49 (19.)	47:29 (32.)	20:54 (11.)	1:08:23 9:01
18.	732	1. M40	SIEGERT, Claus (Hamburg)	8:31 (22.)	1:41 (35.)	34:02 (14.)	1:24 (141.)	45:39 (15.)	22:43 (37.)	1:08:23 9:01
19.	821	4. M45	DÜWEL, Matthias TEAMHRO	9:36 (52.)	1:54 (56.)	36:38 (74.)	1:01 (63.)	49:11 (45.)	19:26 (3.)	1:08:38 9:16
20.	660	6. M35	AHRENS, Timo Lübecker TS	7:51 (12.)	1:39 (34.)	35:57 (49.)	0:57 (46.)	46:26 (19.)	22:15 (27.)	1:08:41 9:19
21.	605	2. M30	FRIES, Henrik LBV Phönix Lübeck	7:36 (6.)	1:22 (12.)	36:30 (69.)	0:31 (1.)	46:00 (17.)	22:50 (40.)	1:08:50 9:29
22.	586	5. M25	WESTPHAL, Moritz Lübecker Rudergesellschaft	9:16 (43.)	2:39 (126.)	34:22 (19.)	0:56 (42.)	47:14 (28.)	21:46 (22.)	1:09:01 9:39
23.	906	1. MJA	PAUL, Ole Gymnasium Schloss Torgelow	9:17 (44.)	1:42 (37.)	34:23 (20.)	1:12 (109.)	46:35 (22.)	22:27 (33.)	1:09:03 9:41
24.	594	6. M25	KÄMPER, Robert Lübecker Rudergesellschaft	9:38 (56.)	1:07 (2.)	34:37 (22.)	1:15 (117.)	46:39 (23.)	22:23 (30.)	1:09:03 9:41
25.	724	2. M40	VAN ZWOLL, Peter (Schwentinental )	7:42 (8.)	1:59 (62.)	36:06 (51.)	1:04 (75.)	46:51 (27.)	22:11 (24.)	1:09:03 9:41

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
26.	762	3.	M40 PLEIMLING, Karsten (Hamburg)	7:56 (14.)	1:58 (59.)	35:32 (39.)	0:59 (59.)	46:27 (20.)	23:14 (49.)	1:09:41 10:20
27.	728	4.	M40 HOLTZ, Nico (Lübeck)	7:18 (3.)	1:27 (18.)	33:48 (11.)	0:52 (32.)	43:26 (5.)	26:26 (124.)	1:09:52 10:30
28.	659	7.	M35 NOOR, Hamid Triabolos Hamburg	9:30 (49.)	1:35 (27.)	36:28 (68.)	0:47 (15.)	48:21 (37.)	21:43 (21.)	1:10:05 10:43
29.	836	1.	M50 KÖHN, Stefan USC Kiel	8:12 (17.)	1:46 (43.)	35:48 (46.)	0:58 (53.)	46:45 (24.)	23:21 (50.)	1:10:07 10:45
30.	597	7.	M25 NORDHAUS-KEDING, Kevin (Ratzeburg)	9:38 (55.)	1:27 (17.)	35:07 (32.)	1:15 (119.)	47:28 (31.)	22:44 (38.)	1:10:12 10:50
31.	760	5.	M40 OTTEN, Lars Luhdener SV	7:54 (13.)	1:59 (64.)	37:49 (102.)	1:00 (61.)	48:43 (43.)	21:29 (15.)	1:10:12 10:50
32.	654	8.	M35 BORNEMANN, Björn (Lübeck)	9:07 (38.)	1:51 (50.)	34:19 (18.)	1:06 (86.)	46:24 (18.)	24:20 (70.)	1:10:44 11:22
33.	610	3.	M30 KROSCHOWSKI, Jan USC Kiel	8:46 (30.)	1:54 (55.)	36:55 (85.)	0:58 (54.)	48:34 (39.)	22:15 (28.)	1:10:50 11:28
34.	860	2.	M50 JAHRMÄRKER, Dirk (HAMBURG)	8:46 (31.)	1:31 (21.)	35:22 (37.)	1:05 (83.)	46:46 (25.)	24:10 (69.)	1:10:56 11:34
35.	750	6.	M40 ZIMMERMANN, Jörg Regenbogenritter	12:49 (158.)	2:28 (107.)	34:45 (25.)	1:12 (110.)	51:15 (77.)	19:41 (6.)	1:10:56 11:35
36.	573	8.	M25 HUHN, Matthias (Hamburg)	12:05 (141.)	2:30 (110.)	35:04 (31.)	1:13 (111.)	50:52 (74.)	20:17 (7.)	1:11:10 11:48
37.	695	9.	M35 HAVEMANN, Robert Ratzeburger SV	10:34 (85.)	1:22 (11.)	34:41 (23.)	1:08 (90.)	47:46 (35.)	23:27 (54.)	1:11:14 11:52
38.	798	5.	M45 IMMER, Dirk (Bad Schwartau)	10:04 (65.)	2:32 (114.)	34:55 (28.)	1:05 (81.)	48:36 (40.)	22:57 (41.)	1:11:34 12:12
39.	579	9.	M25 HELM, Hannes (Hamburg)	8:13 (18.)	1:48 (47.)	35:38 (41.)	1:06 (88.)	46:46 (26.)	25:21 (97.)	1:12:08 12:46
40.	644	4.	M30 BAUMANN, Hannes Multisport-Adventure-Team	8:45 (27.)	2:30 (111.)	36:37 (73.)	1:05 (79.)	48:58 (44.)	23:23 (51.)	1:12:21 12:59
41.	805	6.	M45 SANDERMANN, Ralf Post SV Uelzen	8:59 (36.)	2:55 (142.)	37:11 (91.)	1:10 (105.)	50:16 (59.)	22:15 (26.)	1:12:31 13:10
42.	912	7.	M45 HABERMANN-WESTPHAL, Falco (Lüneburg)	11:34 (125.)	1:52 (52.)	35:12 (34.)	1:10 (106.)	49:49 (52.)	22:45 (39.)	1:12:35 13:13
43.	620	5.	M30 HOELL, Philipp TSR Olympia Wilhelmshaven	8:38 (24.)	1:59 (63.)	36:16 (60.)	0:49 (20.)	47:42 (33.)	24:53 (85.)	1:12:35 13:14
44.	869	3.	M50 MICHALEWSKI, DR., Artur (Altenholz)	10:51 (96.)	1:25 (16.)	35:10 (33.)	0:57 (45.)	48:24 (38.)	24:22 (71.)	1:12:46 13:25
45.	578	10.	M25 FRAHM, Christopher (Lübeck)	10:31 (83.)	1:41 (36.)	35:39 (43.)	1:21 (133.)	49:14 (46.)	23:33 (55.)	1:12:47 13:25

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
46.	780	8.	M45 FANDREY, Jörn Olympus Europa BSG	9:56 (62.)	2:04 (74.)	35:32 (40.)	1:05 (80.)	48:38 (41.)	24:09 (68.)	1:12:48 13:26
47.	672	10.	M35 REINBOTH, Thomas Norbärt Connection	13:29 (171.)	1:12 (4.)	35:51 (47.)	0:58 (50.)	51:32 (83.)	21:26 (14.)	1:12:58 13:37
48.	887	1.	M55 SKROBLIN, Joachim Team ERDINGER Alkoholfrei	9:34 (50.)	1:38 (31.)	36:59 (88.)	1:11 (107.)	49:22 (47.)	23:50 (60.)	1:13:13 13:51
49.	736	7.	M40 DOBRICK, Mathias Team ERDINGER Alkoholfrei	11:30 (124.)	1:20 (9.)	37:49 (103.)	1:04 (77.)	51:45 (94.)	21:38 (17.)	1:13:23 14:01
50.	772	9.	M45 KAHLSTATT, Harald (Salzgitter)	9:58 (63.)	2:28 (108.)	36:52 (83.)	1:14 (116.)	50:34 (69.)	22:58 (43.)	1:13:32 14:11
51.	818	10.	M45 TIETZ, Christoph SV Nobody	9:24 (47.)	3:08 (154.)	36:12 (57.)	1:47 (171.)	50:32 (68.)	23:12 (48.)	1:13:45 14:24
52.	715	8.	M40 FREUDENTHAL, Christian (Jork)	10:47 (92.)	3:10 (156.)	34:50 (26.)	1:30 (157.)	50:18 (60.)	23:27 (53.)	1:13:46 14:24
53.	710	9.	M40 RICHTER, Jan (Hamburg)	12:04 (140.)	2:02 (70.)	34:35 (21.)	1:17 (124.)	49:59 (54.)	23:48 (59.)	1:13:48 14:26
54.	803	11.	M45 MARTINI, René LG Uni Lübeck	11:11 (111.)	2:49 (137.)	36:27 (67.)	1:39 (164.)	52:07 (105.)	21:42 (20.)	1:13:50 14:28
55.	757	10.	M40 KALLIES, Dirk Blau-Weiß Concordia Lübeck	10:03 (64.)	2:20 (94.)	34:53 (27.)	1:22 (137.)	48:40 (42.)	25:20 (96.)	1:14:00 14:38
56.	789	12.	M45 SCHIERHORN, Ingo Team Triathlon Hamburger Hochschulen	10:59 (100.)	1:50 (48.)	36:31 (71.)	1:04 (74.)	50:25 (65.)	23:40 (56.)	1:14:05 14:43
57.	558	5.	M20 SCHEELE, Sören Top-Tri-Team-Hamburg	9:34 (51.)	1:47 (46.)	37:50 (104.)	0:56 (41.)	50:09 (57.)	23:56 (61.)	1:14:05 14:43
58.	636	6.	M30 BECKER, Michael Team Erdinger Alkoholfrei	11:04 (106.)	3:36 (175.)	35:39 (42.)	1:16 (121.)	51:36 (86.)	22:40 (36.)	1:14:17 14:55
59.	846	4.	M50 DIEKMANN, Goetz Tri-Sport Lübeck	11:16 (116.)	2:02 (67.)	36:51 (80.)	1:10 (102.)	51:20 (79.)	22:57 (42.)	1:14:18 14:56
60.	730	11.	M40 RODE, Steffen Lüneburger Heidehoppers	10:22 (75.)	4:27 (190.)	37:29 (95.)	1:39 (165.)	53:58 (132.)	20:20 (8.)	1:14:19 14:57
61.	621	7.	M30 JACOBSEN, Martin (Hamburg)	8:51 (33.)	1:34 (25.)	35:53 (48.)	0:59 (60.)	47:19 (29.)	27:07 (135.)	1:14:26 15:04
62.	623	8.	M30 NAYLOR, Michael (Schwerin)	10:35 (86.)	3:38 (178.)	36:15 (58.)	0:47 (17.)	51:17 (78.)	23:09 (46.)	1:14:26 15:04
63.	883	2.	M55 STRIECKER, Volker (Hamburg)	11:14 (113.)	1:44 (40.)	36:19 (63.)	1:14 (114.)	50:31 (67.)	23:58 (62.)	1:14:30 15:08
64.	799	13.	M45 JANKE, Stefan Möllner SV	9:22 (45.)	2:13 (83.)	36:51 (81.)	1:05 (78.)	49:32 (49.)	24:59 (90.)	1:14:32 15:10
65.	786	14.	M45 LUCKHARDT, Matthias (Lüneburg)	10:44 (90.)	2:46 (131.)	35:29 (38.)	1:01 (66.)	50:01 (56.)	24:31 (74.)	1:14:33 15:11



## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
66.	748	12.	M40 TIMM, Tobias TSV Grube	8:45 (28.)	1:54 (54.)	36:08 (55.)	1:31 (158.)	48:19 (36.)	26:20 (122.)	1:14:40 15:18
67.	651	9.	M30 NEUMANN, Jan TG TriZack Rostock	12:24 (151.)	1:28 (19.)	36:33 (72.)	1:06 (85.)	51:32 (84.)	23:10 (47.)	1:14:42 15:21
68.	807	15.	M45 BRANDT, Harry TEAMHRO	10:08 (67.)	3:13 (158.)	35:13 (35.)	2:00 (182.)	50:35 (71.)	24:09 (67.)	1:14:44 15:22
69.	875	5.	M50 GÖB, Johannes Spiridon Club Bad Oldesloe	11:29 (123.)	2:14 (86.)	36:21 (65.)	0:48 (18.)	50:53 (75.)	24:07 (66.)	1:14:59 15:38
70.	848	6.	M50 GRUETZKE, Tibor (Harsefeld)	11:04 (105.)	1:36 (28.)	36:49 (79.)	0:57 (44.)	50:26 (66.)	24:38 (77.)	1:15:05 15:43
71.	691	11.	M35 LÜCK, Sebastian Norbärt Connection	9:55 (61.)	2:46 (130.)	36:17 (62.)	1:22 (138.)	50:22 (61.)	24:45 (79.)	1:15:07 15:45
72.	849	7.	M50 HUNOLD, Michael (Burg)	8:45 (29.)	2:38 (125.)	37:01 (90.)	1:03 (71.)	49:28 (48.)	25:46 (109.)	1:15:15 15:53
73.	681	12.	M35 KLOOCK, Andreas Norbärt Connection	10:30 (81.)	1:58 (60.)	36:47 (78.)	1:06 (87.)	50:23 (63.)	24:59 (89.)	1:15:22 16:00
74.	601	11.	M25 TIMM, Tobias (Hamburg)	10:42 (88.)	2:04 (75.)	36:43 (75.)	1:10 (100.)	50:40 (72.)	24:43 (78.)	1:15:23 16:01
75.	774	16.	M45 SCHMIDT, Marco Team ERDINGER Alkoholfrei	11:36 (128.)	1:43 (38.)	36:07 (53.)	1:06 (84.)	50:34 (70.)	24:49 (82.)	1:15:24 16:02
76.	886	3.	M55 PINKERNEIL, Volker (Oldendorf)	11:23 (121.)	2:05 (76.)	35:14 (36.)	0:58 (52.)	49:41 (50.)	25:43 (107.)	1:15:25 16:03
77.	843	8.	M50 WEIß, Andreas (Oststeinbek)	11:07 (107.)	2:01 (66.)	39:58 (152.)	0:50 (25.)	53:58 (131.)	21:31 (16.)	1:15:29 16:07
78.	792	17.	M45 TIEDEKE, Gunnar AMTV Hamburg	7:34 (5.)	2:09 (80.)	38:57 (133.)	1:30 (154.)	50:11 (58.)	25:20 (95.)	1:15:31 16:09
79.	696	13.	M35 JENKNER, Johannes (Wien)	11:10 (110.)	2:57 (144.)	36:52 (82.)	0:45 (11.)	51:45 (95.)	23:48 (58.)	1:15:34 16:12
80.	665	14.	M35 GAETH, Steffen (Hamburg)	7:44 (9.)	2:30 (112.)	40:13 (155.)	1:10 (103.)	51:38 (89.)	23:59 (64.)	1:15:37 16:16
81.	743	13.	M40 LEHMKUHL, Björn trimily seekamp	10:10 (70.)	3:08 (155.)	37:17 (92.)	1:06 (89.)	51:43 (92.)	23:58 (63.)	1:15:41 16:20
82.	642	10.	M30 NAUDORF, Nils Multisport-Adventure-Team	11:11 (112.)	2:37 (123.)	36:44 (76.)	1:04 (76.)	51:37 (87.)	24:34 (75.)	1:16:12 16:50
83.	809	18.	M45 CORNELIUS, Stefan (Hamburg)	10:49 (93.)	1:57 (58.)	36:00 (50.)	1:34 (160.)	50:22 (62.)	25:55 (112.)	1:16:17 16:55
84.	913	19.	M45 HASNER, Mario KMTV	10:20 (73.)	1:47 (44.)	38:11 (117.)	1:15 (120.)	51:35 (85.)	24:52 (83.)	1:16:27 17:05
85.	608	11.	M30 HANTKE, Nico DRK Wasserwacht Rostock	8:59 (35.)	3:21 (162.)	36:58 (87.)	1:28 (152.)	50:48 (73.)	25:43 (106.)	1:16:32 17:10

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
86.	593	12.	M25 HILLECKE, Mark Willi ASK 16	12:01 (138.)	2:35 (118.)	37:53 (107.)	0:41 (7.)	53:12 (120.)	23:25 (52.)	1:16:37 17:15
87.	824	20.	M45 HENNES, Oliver Tri-Sport Lübeck	8:28 (21.)	2:03 (71.)	38:05 (112.)	1:15 (118.)	49:52 (53.)	26:47 (129.)	1:16:39 17:18
88.	653	12.	M30 SCHRÖDER, Hauke VSaW	9:25 (48.)	3:18 (161.)	38:49 (132.)	1:26 (146.)	52:59 (118.)	23:45 (57.)	1:16:44 17:23
89.	712	14.	M40 RUTTEN, Stefan (Heidenau)	11:16 (115.)	1:33 (23.)	36:19 (64.)	0:51 (29.)	50:01 (55.)	26:47 (130.)	1:16:48 17:26
90.	777	21.	M45 WENDTLAND, Thomas OSPA-Runner / TG Trizack Rostock e.V.	10:23 (76.)	2:05 (78.)	38:13 (118.)	1:13 (113.)	51:56 (100.)	24:54 (86.)	1:16:50 17:28
91.	682	15.	M35 KOSBAB, Sebastian (Kiel)	10:10 (68.)	2:24 (99.)	38:07 (114.)	1:20 (130.)	52:02 (103.)	25:01 (92.)	1:17:03 17:41
92.	600	13.	M25 STÜRTZ, Markus (Hamburg)	9:37 (54.)	1:58 (61.)	39:02 (138.)	1:14 (115.)	51:53 (98.)	25:13 (93.)	1:17:06 17:45
93.	804	22.	M45 MATTHIESEN, Jörg (Lübeck)	10:26 (79.)	1:38 (32.)	38:45 (131.)	0:39 (4.)	51:29 (82.)	25:45 (108.)	1:17:15 17:53
94.	885	4.	M55 GERDES, Friedrich LuST	10:19 (72.)	2:02 (69.)	38:44 (130.)	0:54 (39.)	52:01 (102.)	25:16 (94.)	1:17:17 17:55
95.	590	14.	M25 ULRICH, Felix (Zweedorf)	12:49 (159.)	2:19 (92.)	39:57 (151.)	0:39 (3.)	55:45 (144.)	21:40 (19.)	1:17:26 18:04
96.	635	13.	M30 ROMIG, Christopher (Hamburg)	10:43 (89.)	1:44 (39.)	38:19 (120.)	1:19 (127.)	52:06 (104.)	25:35 (102.)	1:17:42 18:20
97.	908	2.	MJA FRISCHGESELL, Jan (Lüneburg)	12:33 (154.)	4:10 (186.)	34:02 (13.)	0:52 (31.)	51:38 (88.)	26:06 (115.)	1:17:44 18:22
98.	779	23.	M45 DERLIN, Rene (Lübeck)	11:57 (136.)	1:19 (8.)	37:27 (94.)	0:55 (40.)	51:39 (90.)	26:06 (116.)	1:17:46 18:24
99.	584	15.	M25 SCHMIDT, Sören (Wahlstedt)	11:07 (108.)	3:05 (151.)	36:58 (86.)	0:46 (14.)	51:57 (101.)	25:58 (113.)	1:17:55 18:33
100.	759	15.	M40 MARTENS, Jan Thies (Wiemersdorf)	10:55 (98.)	2:32 (115.)	38:06 (113.)	0:58 (49.)	52:33 (113.)	25:25 (99.)	1:17:57 18:36
101.	624	14.	M30 POHL, Christian (Hamburg)	10:59 (101.)	2:03 (72.)	37:56 (110.)	0:43 (10.)	51:42 (91.)	26:17 (120.)	1:18:00 18:38
102.	857	9.	M50 WRUCK, Carsten Ratzeburger SV	11:41 (129.)	2:57 (143.)	36:16 (61.)	1:37 (163.)	52:32 (112.)	25:36 (103.)	1:18:08 18:47
103.	894	1.	M60 SANDER, Hans-Joachim (Lübeck)	8:23 (19.)	2:14 (84.)	37:56 (109.)	1:08 (92.)	49:42 (51.)	28:30 (156.)	1:18:12 18:50
104.	678	16.	M35 GAMON, Timo (Lübeck)	9:54 (60.)	3:32 (173.)	39:01 (136.)	0:57 (48.)	53:27 (125.)	24:48 (81.)	1:18:15 18:53
105.	851	10.	M50 MEIER, Dirk (Lübeck)	11:42 (131.)	1:51 (51.)	38:25 (122.)	0:41 (6.)	52:40 (115.)	25:36 (104.)	1:18:17 18:55

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
106.	893	2.	M60 LEMM, Ronald (Hamburg)	11:23 (119.)	2:59 (146.)	39:35 (145.)	1:54 (177.)	55:52 (146.)	22:25 (32.)	1:18:17 18:55
107.	638	15.	M30 GEHRHARDT, Mike (Rostock)	10:28 (80.)	1:47 (45.)	38:19 (119.)	1:10 (99.)	51:44 (93.)	26:51 (132.)	1:18:36 19:14
108.	661	17.	M35 ALBERS, Frank (Hamburg)	11:02 (104.)	2:06 (79.)	37:53 (106.)	1:09 (96.)	52:11 (107.)	26:34 (126.)	1:18:45 19:23
109.	907	3.	MJA WESTPHAL, Jan Ole (Lüneburg)	11:42 (132.)	2:35 (119.)	36:11 (56.)	0:51 (28.)	51:21 (80.)	27:28 (139.)	1:18:49 19:27
110.	711	16.	M40 RONCZKA, Stephan 180puls	11:58 (137.)	1:50 (49.)	36:54 (84.)	1:04 (72.)	51:47 (96.)	27:21 (138.)	1:19:08 19:46
111.	565	6.	M20 SIERCK, Eike Ratzeburger SV	10:20 (74.)	2:24 (100.)	38:40 (128.)	0:59 (57.)	52:25 (109.)	26:47 (131.)	1:19:12 19:51
112.	612	16.	M30 LANFERSIEK, Steffen (Hamburg)	11:41 (130.)	1:57 (57.)	36:45 (77.)	1:26 (144.)	51:50 (97.)	27:31 (141.)	1:19:21 19:59
113.	550	7.	M20 FULGIERI, Gianni (Lübeck)	10:53 (97.)	2:41 (127.)	38:08 (115.)	1:27 (148.)	53:10 (119.)	26:26 (123.)	1:19:36 20:15
114.	564	8.	M20 KAHLSTATT, Florian (Lübeck)	12:19 (148.)	2:15 (87.)	42:18 (177.)	0:41 (5.)	57:34 (159.)	22:24 (31.)	1:19:58 20:37
115.	769	24.	M45 HINRICHS, Holger FH Lübeck	11:19 (117.)	2:36 (120.)	40:24 (158.)	1:10 (104.)	55:29 (140.)	24:36 (76.)	1:20:06 20:45
116.	831	11.	M50 BUXEL, Marc (Kronshagen)	11:51 (134.)	2:01 (65.)	38:59 (135.)	1:08 (93.)	54:01 (133.)	26:18 (121.)	1:20:19 20:57
117.	783	25.	M45 GILLMEISTER, Frank run-4-fun	12:17 (146.)	2:18 (90.)	38:30 (125.)	2:29 (193.)	55:35 (142.)	24:47 (80.)	1:20:22 21:00
118.	617	17.	M30 BURCHARDT, Alexander (Hamburg)	11:20 (118.)	2:25 (102.)	39:03 (139.)	0:50 (24.)	53:39 (126.)	26:45 (128.)	1:20:25 21:03
119.	810	26.	M45 GROß, Björn (Hamburg)	12:54 (160.)	2:09 (82.)	40:05 (154.)	1:04 (73.)	56:13 (149.)	24:23 (72.)	1:20:37 21:15
120.	842	12.	M50 VOß, Michael Lübeck - Dänischburg	9:39 (57.)	3:28 (168.)	36:21 (66.)	0:54 (38.)	50:24 (64.)	30:14 (178.)	1:20:38 21:17
121.	785	27.	M45 KRÜGER, Leif GdS Lübeck Gesundheit durch Schwimmen e.V.	10:17 (71.)	3:00 (147.)	37:30 (96.)	1:30 (155.)	52:17 (108.)	28:29 (155.)	1:20:46 21:24
122.	603	16.	M25 WOKITTEL, Sven (Hamburg)	11:51 (135.)	2:23 (98.)	37:52 (105.)	1:11 (108.)	53:19 (121.)	27:28 (140.)	1:20:47 21:26
123.	914	13.	M50 PILLASCH, Frank TriFun Güstrow	10:06 (66.)	2:50 (138.)	37:40 (99.)	1:34 (159.)	52:10 (106.)	28:37 (158.)	1:20:48 21:26
124.	707	17.	M40 GRETH, Alexander (Wiemersdorf)	11:15 (114.)	2:09 (81.)	38:09 (116.)	0:56 (43.)	52:31 (111.)	28:17 (152.)	1:20:48 21:26
125.	850	14.	M50 LAB, Frank (Lübeck)	13:33 (172.)	2:22 (95.)	36:30 (70.)	1:30 (156.)	53:55 (130.)	26:53 (133.)	1:20:49 21:27

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
126.	652	18.	M30 PLAUTZ, Thomas (Hamburg)	13:19 (167.)	2:47 (132.)	34:05 (15.)	1:42 (168.)	51:54 (99.)	28:55 (165.)	1:20:49 21:28
127.	834	15.	M50 HUTH, Andreas (Lübeck)	9:07 (39.)	4:04 (182.)	36:16 (59.)	2:01 (183.)	51:29 (81.)	29:20 (168.)	1:20:50 21:28
128.	844	16.	M50 BARTL, Thomas SG Wasserratten Norderstedt	9:08 (40.)	2:49 (136.)	37:41 (101.)	1:18 (125.)	50:57 (76.)	29:58 (176.)	1:20:55 21:34
129.	698	18.	M35 KOLLMANN, Rene (Hamburg)	13:41 (178.)	4:22 (188.)	36:59 (89.)	1:35 (161.)	56:39 (154.)	24:26 (73.)	1:21:05 21:43
130.	880	5.	M55 HERMANN, Stephan LuST	10:45 (91.)	2:34 (117.)	38:39 (126.)	1:24 (143.)	53:24 (123.)	27:52 (146.)	1:21:16 21:54
131.	737	18.	M40 GRELL, Jan Tri-Sport Lübeck	10:37 (87.)	1:35 (26.)	40:18 (157.)	0:49 (21.)	53:20 (122.)	28:03 (150.)	1:21:24 22:02
132.	602	17.	M25 WESER, Matthias (Hamburg)	12:01 (139.)	2:49 (135.)	39:34 (144.)	0:37 (2.)	55:02 (137.)	26:31 (125.)	1:21:33 22:11
133.	891	6.	M55 KIRSCHTOWSKI, Jens VfL Oldesloe	10:24 (77.)	1:39 (33.)	39:31 (142.)	1:19 (129.)	52:55 (117.)	28:45 (159.)	1:21:40 22:18
134.	862	17.	M50 RADBAT, Manfred (Bad Schwartau)	13:20 (170.)	2:02 (68.)	39:36 (146.)	1:30 (153.)	56:29 (153.)	25:24 (98.)	1:21:53 22:31
135.	796	28.	M45 HARTMANN, Jörn (Pelzerhaken)	9:47 (59.)	1:34 (24.)	39:52 (148.)	1:21 (134.)	52:35 (114.)	29:25 (171.)	1:22:01 22:39
136.	890	7.	M55 ARNDT, Rudi (Preetz)	13:10 (165.)	2:16 (88.)	38:29 (124.)	1:51 (174.)	55:47 (145.)	26:17 (119.)	1:22:04 22:42
137.	683	19.	M35 NADOLLECK, Christian (Mölln)	13:20 (169.)	2:03 (73.)	40:05 (153.)	0:47 (16.)	56:16 (150.)	26:08 (117.)	1:22:24 23:02
138.	822	29.	M45 HELDT, Heino (Lübeck)	9:12 (41.)	1:45 (41.)	42:20 (179.)	1:21 (136.)	54:39 (135.)	27:48 (145.)	1:22:28 23:06
139.	775	30.	M45 STAHLHUT, Marco (Harrislee)	10:33 (84.)	2:28 (109.)	37:38 (98.)	6:22 (200.)	57:02 (155.)	25:26 (100.)	1:22:28 23:07
140.	716	19.	M40 GROTH, Bastian (Lübeck)	9:02 (37.)	4:57 (197.)	36:07 (54.)	3:46 (199.)	53:53 (129.)	28:47 (160.)	1:22:41 23:19
141.	720	20.	M40 MUUSS, Leif (Lübeck)	9:46 (58.)	4:15 (187.)	37:55 (108.)	1:56 (178.)	53:53 (128.)	28:48 (161.)	1:22:41 23:20
142.	820	31.	M45 BÜNZ, Andreas Team ERDINGER Alkoholfrei	11:23 (120.)	2:37 (122.)	37:24 (93.)	1:28 (149.)	52:53 (116.)	29:58 (177.)	1:22:51 23:29
143.	840	18.	M50 RÖHLK, Kent (Wesenberg)	13:09 (164.)	2:26 (103.)	42:29 (180.)	1:01 (65.)	59:05 (168.)	24:02 (65.)	1:23:08 23:46
144.	553	9.	M20 GLOBISCH, Aaron (Lübeck)	13:50 (180.)	2:23 (97.)	39:55 (149.)	1:00 (62.)	57:09 (157.)	26:03 (114.)	1:23:12 23:51
145.	722	21.	M40 SCHRÖDER, Andree TRIFUN Güstrow	13:52 (182.)	1:37 (30.)	38:24 (121.)	1:26 (147.)	55:21 (139.)	27:55 (148.)	1:23:16 23:54

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
146.	773	32.	M45 KRAFT, Rene 18Opuls	12:15 (145.)	1:23 (13.)	39:02 (137.)	1:09 (97.)	53:49 (127.)	29:43 (174.)	1:23:33 24:11
147.	697	20.	M35 KASPER, Marco Norbärt Connection	10:58 (99.)	3:47 (180.)	37:30 (97.)	2:23 (192.)	54:39 (134.)	28:54 (164.)	1:23:34 24:12
148.	702	21.	M35 SCHMIDT, Jan (Lübeck)	12:20 (149.)	4:05 (183.)	38:40 (129.)	1:20 (132.)	56:28 (152.)	27:07 (136.)	1:23:35 24:13
149.	800	33.	M45 KRETZSCHMAR, Thomas Saunateam Bodden-Therme RDG	13:47 (179.)	2:54 (140.)	40:13 (156.)	0:50 (23.)	57:45 (160.)	25:54 (111.)	1:23:39 24:17
150.	634	19.	M30 POLZIN, Jan-André (Kiel)	10:25 (78.)	4:06 (184.)	40:30 (160.)	2:10 (188.)	57:11 (158.)	26:41 (127.)	1:23:52 24:31
151.	879	8.	M55 HENNEBORN, Roland (Pulheim)	10:10 (69.)	2:54 (141.)	41:00 (165.)	0:59 (58.)	55:05 (138.)	28:50 (162.)	1:23:55 24:33
152.	868	19.	M50 KÖSTER, Frank CdB-Lübeck	11:27 (122.)	3:24 (164.)	36:07 (52.)	1:28 (151.)	52:28 (110.)	31:29 (184.)	1:23:57 24:35
153.	896	3.	M60 BAYERL, Eberhard Karo-Vierfach-Wankendorf	11:36 (127.)	2:42 (128.)	37:41 (100.)	1:26 (145.)	53:27 (124.)	30:32 (180.)	1:23:59 24:37
154.	829	34.	M45 OEVEL, Hendrik (Großhansdorf)	13:41 (176.)	3:29 (171.)	41:30 (171.)	1:05 (82.)	59:46 (173.)	25:00 (91.)	1:24:47 25:25
155.	606	20.	M30 GRIMM, Daniel (Hamburg)	13:19 (168.)	3:29 (169.)	40:26 (159.)	1:54 (176.)	59:09 (169.)	25:39 (105.)	1:24:48 25:26
156.	668	22.	M35 KNÜPPEL, Max (Hamburg)	13:37 (175.)	2:33 (116.)	40:58 (164.)	1:23 (139.)	58:32 (165.)	26:16 (118.)	1:24:48 25:27
157.	569	18.	M25 JOSTMANN, Karsten (Werterau )	13:13 (166.)	3:37 (176.)	38:57 (134.)	1:16 (122.)	57:04 (156.)	27:52 (147.)	1:24:57 25:35
158.	897	4.	M60 TRAMPE, Ulf NTSV Strand 08	11:00 (102.)	2:48 (134.)	39:52 (147.)	2:00 (180.)	55:41 (143.)	29:17 (167.)	1:24:58 25:37
159.	776	35.	M45 STETEFELD, Oliver TuS Haste	10:50 (94.)	2:27 (105.)	41:21 (168.)	1:28 (150.)	56:08 (148.)	28:54 (163.)	1:25:01 25:40
160.	701	23.	M35 REIMER, Andre Triabolos Hamburg	11:00 (103.)	4:28 (191.)	38:39 (127.)	1:24 (142.)	55:32 (141.)	29:39 (172.)	1:25:12 25:50
161.	901	1.	M65 RACKEBRANDT, Jürgen (Lübeck)	17:31 (202.)	4:24 (189.)	23:50 (2.)	1:57 (179.)	47:42 (34.)	37:36 (199.)	1:25:19 25:58
162.	900	2.	M65 ZIMMER, Michael (Hamburg)	15:28 (195.)	2:44 (129.)	39:05 (140.)	2:11 (189.)	59:29 (172.)	25:51 (110.)	1:25:20 25:59
163.	571	19.	M25 SCHÄFER, Urs (Lübeck)	12:55 (161.)	3:07 (152.)	43:34 (185.)	0:51 (27.)	1:00:28 (179.)	24:53 (84.)	1:25:22 26:00
164.	873	20.	M50 ULRICH, Andreas (Zweedorf)	12:13 (144.)	3:17 (160.)	39:25 (141.)	1:09 (95.)	56:04 (147.)	29:21 (169.)	1:25:25 26:03
165.	630	21.	M30 GÜNTHER, Stefan Harald (Lübeck)	13:55 (183.)	2:14 (85.)	42:48 (182.)	0:54 (36.)	59:52 (175.)	25:33 (101.)	1:25:26 26:04

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
166.	622	22.	M30 MORGENROTH, Christoph (Lübeck)	13:07 (163.)	2:23 (96.)	41:40 (173.)	0:53 (34.)	58:04 (161.)	28:01 (149.)	1:26:06 26:44
167.	657	24.	M35 HEITMANN, Steffen (Oldenburg)	13:50 (181.)	2:27 (104.)	39:32 (143.)	2:50 (197.)	58:40 (166.)	27:33 (142.)	1:26:13 26:52
168.	627	23.	M30 TIEBEL, Renaldo FZtH	14:28 (190.)	2:53 (139.)	40:52 (162.)	1:10 (101.)	59:24 (171.)	27:10 (137.)	1:26:35 27:13
169.	693	25.	M35 PISSIN, Jochen- Jan (Lübeck)	14:16 (188.)	2:48 (133.)	38:04 (111.)	1:09 (94.)	56:18 (151.)	30:20 (179.)	1:26:39 27:17
170.	735	22.	M40 BECKER, Ronald (Buxtehude)	12:23 (150.)	3:53 (181.)	39:56 (150.)	2:08 (186.)	58:21 (163.)	28:56 (166.)	1:27:17 27:55
171.	855	21.	M50 VAN DEN EIJNDEN, Janhein (Hamburg)	12:30 (153.)	4:38 (193.)	40:53 (163.)	2:09 (187.)	1:00:11 (176.)	27:06 (134.)	1:27:17 27:56
172.	871	22.	M50 STAPELFELDT, Bernd (Lübeck)	13:01 (162.)	3:13 (157.)	41:23 (169.)	1:23 (140.)	59:01 (167.)	28:28 (154.)	1:27:29 28:07
173.	626	24.	M30 STOLTE, Nico (Lübeck)	14:52 (192.)	5:19 (199.)	42:46 (181.)	1:44 (170.)	1:04:42 (194.)	23:02 (44.)	1:27:44 28:22
174.	629	25.	M30 CLAUS, Hendrik (Malente )	11:10 (109.)	3:37 (177.)	41:57 (175.)	1:40 (167.)	58:25 (164.)	29:23 (170.)	1:27:48 28:26
175.	761	23.	M40 PÄGELOW, Matthias EMX Team Rostock e.V.	13:35 (173.)	3:07 (153.)	41:17 (166.)	1:19 (128.)	59:20 (170.)	28:31 (157.)	1:27:51 28:29
176.	640	26.	M30 HEISELBETZ, Daniel ASK 16	14:24 (189.)	2:05 (77.)	40:33 (161.)	1:17 (123.)	58:20 (162.)	29:50 (175.)	1:28:10 28:49
177.	595	20.	M25 MATIS, Michael (Hamburg)	12:07 (142.)	2:37 (124.)	45:00 (194.)	0:45 (12.)	1:00:30 (181.)	28:06 (151.)	1:28:37 29:15
178.	833	23.	M50 ESCHHOLZ, Guido Vitalia Seehotel	14:08 (186.)	2:32 (113.)	41:56 (174.)	1:39 (166.)	1:00:16 (178.)	28:24 (153.)	1:28:40 29:18
179.	892	5.	M60 BAUSCH, Thomas Team ERDINGER Alkoholfrei	15:08 (193.)	4:36 (192.)	41:25 (170.)	2:41 (196.)	1:03:52 (190.)	24:57 (88.)	1:28:49 29:27
180.	888	9.	M55 ULRICH, Christian (Berlin)	12:35 (156.)	4:07 (185.)	42:08 (176.)	0:58 (51.)	59:50 (174.)	30:40 (181.)	1:30:30 31:08
181.	920	3.	M65 LOPPNOW, Reinhard (Lübeck)	11:36 (126.)	3:44 (179.)	43:48 (188.)	1:47 (172.)	1:00:56 (184.)	29:42 (173.)	1:30:38 31:16
182.	583	21.	M25 RAUHÖFT, Erik ASK 16	12:24 (152.)	3:02 (149.)	38:27 (123.)	1:02 (69.)	54:56 (136.)	36:45 (197.)	1:31:41 32:19
183.	854	24.	M50 STOLZE, Michael Tri Speedys Peine	13:35 (174.)	2:58 (145.)	41:37 (172.)	2:03 (184.)	1:00:14 (177.)	31:55 (186.)	1:32:09 32:48
184.	599	22.	M25 RIQUARTZ, Florian (Kiel)	16:07 (198.)	3:28 (167.)	43:41 (186.)	1:18 (126.)	1:04:35 (191.)	27:48 (144.)	1:32:23 33:01
185.	588	23.	M25 NOTTEBAUM, Daniel (Kiel)	16:08 (199.)	3:25 (166.)	43:47 (187.)	1:13 (112.)	1:04:35 (192.)	27:48 (143.)	1:32:23 33:01

## Volkstriathlon (0,5/20/5) - Ergebnisliste nach Geschlecht mit AK-Wertung



Platz	Snr.	AK	Name	Schwimmen	T1	Rad	T2	n. Rad	Lauf	Zeit
186.	650	27.	M30 NEUMANN, Christoph Norbärt Connection	14:04 (185.)	2:24 (101.)	43:06 (183.)	1:43 (169.)	1:01:18 (185.)	31:14 (183.)	1:32:33 33:11
187.	878	25.	M50 SEIFERT, Charles (Norderstedt)	9:37 (53.)	4:52 (196.)	43:49 (189.)	2:34 (195.)	1:00:53 (182.)	34:15 (191.)	1:35:08 35:47
188.	858	26.	M50 BETH, Frank Running Turtles	13:41 (177.)	3:22 (163.)	41:21 (167.)	2:04 (185.)	1:00:29 (180.)	35:07 (194.)	1:35:36 36:14
189.	812	36.	M45 KRULL, Jan SV Nobody	12:37 (157.)	4:46 (195.)	43:52 (190.)	1:21 (135.)	1:02:37 (188.)	33:13 (188.)	1:35:50 36:29
190.	756	24.	M40 HÖRCHERT, Lars (Krummesse)	12:33 (155.)	2:36 (121.)	42:19 (178.)	3:27 (198.)	1:00:56 (183.)	34:54 (193.)	1:35:51 36:29
191.	877	27.	M50 PETERSEN, Richard (Wohltorf)	12:18 (147.)	4:40 (194.)	46:01 (196.)	2:15 (190.)	1:05:16 (195.)	30:53 (182.)	1:36:09 36:47
192.	570	24.	M25 KRANZ, Tobias ASK 16	14:14 (187.)	2:27 (106.)	44:01 (192.)	1:36 (162.)	1:02:19 (187.)	33:56 (190.)	1:36:15 36:54
193.	859	28.	M50 HEILKENBRINKER-SCHÄFER, Christof (Lübeck)	11:49 (133.)	6:20 (201.)	43:55 (191.)	1:20 (131.)	1:03:25 (189.)	33:15 (189.)	1:36:40 37:18
194.	688	26.	M35 JOHANNISSON, Martin (Pansdorf)	14:02 (184.)	3:36 (174.)	43:09 (184.)	1:03 (70.)	1:01:51 (186.)	36:29 (196.)	1:38:20 38:58
195.	562	10.	M20 BETH, Maximilian Running Turtles	14:49 (191.)	3:13 (159.)	48:09 (199.)	1:02 (67.)	1:07:14 (197.)	32:33 (187.)	1:39:48 40:26
196.	903	1.	M75 ROTHER, Klaus (Ratzeburg)	15:57 (197.)	3:29 (170.)	44:28 (193.)	2:30 (194.)	1:06:25 (196.)	34:33 (192.)	1:40:59 41:37
197.	852	29.	M50 MICHEL, Frank (Lübeck)	15:29 (196.)	3:25 (165.)	48:24 (200.)	2:00 (181.)	1:09:20 (199.)	31:49 (185.)	1:41:09 41:48
198.	828	37.	M45 MÜLLER, Frank (Kaltenkirchen)	12:08 (143.)	5:04 (198.)	45:10 (195.)	2:15 (191.)	1:04:37 (193.)	36:54 (198.)	1:41:31 42:10
199.	895	6.	M60 BAYER, Gerhardt Tri For Fun	16:32 (200.)	5:50 (200.)	46:08 (197.)	1:51 (173.)	1:10:22 (200.)	35:19 (195.)	1:45:42 46:20
200.	752	25.	M40 BUBLITZ, Ronny Segeberger Kliniken	15:22 (194.)	3:30 (172.)	47:41 (198.)	0:53 (35.)	1:07:27 (198.)	39:20 (200.)	1:46:47 47:25
a.k.	917	1.	917, N.N.	10:45 (203.)	2:20 (202.)	38:04 (202.)	1:16 (201.)	52:26 (201.)	23:44 (202.)	1:16:10 16:48
a.k.	518	38.	M45 SCHRÖDER, Lars Mauritz Race Team	13:23:32 (204.)	2:24 (203.)	30:42 (201.)	1:16 (202.)	13:57:56 (202.)	20:56 (201.)	14:18:53 799:31
	919		M50 HECKER, Markus Post SV Uelzen	7:48 (10.)	1:20 (10.)					
	709		M40 JOHANSEN, Kenneth TriVelos Flensburg	16:51 (201.)						

Anzahl Teilnehmer: 296