

Bestzeiten des SCO 2006

| <i>Strecke</i> | <i>Zeit</i> | <i>Nachname</i> | <i>Vorname</i> | <i>Datum</i> | <i>Wettkampf</i> |
|----------------|-------------|-----------------|----------------|--------------|--|
| 1000 m | | | | | |
| 1 | 00:03:42,00 | Reipen | Lena | 06.02.2005 | Winterlaufserie Porz 2.Lauf 2005 |
| 2 | 00:04:00,72 | Höhne | Caroline | 14.05.2005 | Deuzer Pfingstlauf 2005 |
| 3 | 00:04:49,29 | Siewer | Daniela | 26.03.2005 | Freiengrunder Osterlauf 2005 |
| 4 | 00:05:25,00 | Fuchs | Eileen | 23.01.2005 | Winterlaufserie Porz 1.Lauf 2005 |
| 1 | 00:02:55,47 | Reipen | Lukas | 01.09.2005 | Bergisch Gladbacher Bahnlaufserie 2005 |
| 2 | 00:03:17,13 | Giese | Marco | 01.09.2005 | Bergisch Gladbacher Bahnlaufserie 2005 |
| 3 | 00:03:19,00 | Schulte | Kevin | 16.01.2005 | Hallensportfest des DJK SuS Brambauer 2005 |
| 4 | 00:03:22,90 | Schulte | Mario | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 5 | 00:03:26,10 | Rähles | David | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 6 | 00:03:26,10 | Reipen | Paul | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 7 | 00:03:27,50 | Hanschke | Thomas | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 8 | 00:03:28,90 | Hanschke | Stefan | 16.01.2005 | Hallensportfest des DJK SuS Brambauer 2005 |
| 9 | 00:03:30,10 | Jörissen | Jan-David | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 10 | 00:03:30,80 | Vossel | Oliver | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 11 | 00:03:36,80 | Bock | Johannes | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 12 | 00:03:38,30 | Fuchs | Robin | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 13 | 00:03:46,10 | Höhne | Fabian | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 14 | 00:03:47,20 | Zeppenfeld | Julius | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 15 | 00:03:49,00 | Ohm | Sebastian | 06.02.2005 | Winterlaufserie Porz 2.Lauf 2005 |
| 16 | 00:03:49,47 | Giese | Thomas | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 17 | 00:03:49,52 | Ehrengrubler | Till | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 18 | 00:03:52,40 | Rähles | Simon | 25.08.2005 | Läuferabend des BV Teutonia Lanstrop 2005 |
| 19 | 00:04:08,40 | Gleue | Moritz | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 20 | 00:04:15,90 | Nosiadek | Felix | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 21 | 00:04:17,00 | Willmes | Lukas | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 22 | 00:04:31,70 | Ohm | Fabian | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 23 | 00:04:38,30 | Hagemeyer | Paul | 21.06.2005 | Kreismittelstreckenmeisterschaft 2005 |
| 24 | 00:05:19,39 | Siewer | Jan | 26.03.2005 | Freiengrunder Osterlauf 2005 |

| <i>Strecke</i> | <i>Zeit</i> | <i>Nachname</i> | <i>Vorname</i> | <i>Datum</i> | <i>Wettkampf</i> |
|----------------|-------------|-----------------|----------------|--------------|--|
| 10000 m | | | | | |
| 1 | 00:42:24,00 | Gaedt | Wibke | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 2 | 00:42:46,00 | Gerlach | Anne | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 3 | 00:42:57,00 | Baumbach | Sonja | 06.03.2005 | Rund ums Bayerkreuz 2005 |
| 4 | 00:45:06,00 | Scheschoff | Hildegard | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 5 | 00:47:15,00 | Fuchs | Simone | 23.01.2005 | Winterlaufserie Porz 1.Lauf 2005 |
| 6 | 00:47:41,00 | Gaedt | Juliane | 05.06.2005 | Sport-Scheck-Lauf Köln 2005 |
| 7 | 00:48:28,00 | Bock | Sabine | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 8 | 00:48:32,10 | Rüsche | Conny | 26.08.2005 | Lady-Night-Cup 2005 |
| 9 | 00:49:40,50 | Erwes | Malene | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 10 | 00:50:20,30 | Giese | Ulrike | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 11 | 00:51:10,00 | Eschholz | Eva | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 12 | 00:52:17,20 | Stuff | Simone | 23.04.2005 | Schloßparklauf Moers 2005 |
| 13 | 00:52:18,00 | Penkin | Lydia | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 14 | 00:53:48,82 | Münker | Ute | 17.09.2005 | Herbstwaldlauf Alsdorf 2005 |
| 15 | 00:54:48,20 | Huber | Manuela | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 16 | 00:55:57,00 | Lücking | Ursula | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 17 | 00:58:52,00 | Bovelet | Heike | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 18 | 00:59:49,90 | Besting | Dorothee | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 19 | 01:02:28,20 | Epe | Gerda | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 20 | 01:02:51,00 | Feldmann | Anja | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 21 | 01:04:27,60 | Bödefeld | Irene | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 22 | 01:04:35,10 | Schwickart | Ellen | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| | | | | | |
| 1 | 00:35:53,00 | Niemann | Ruben | 26.08.2005 | Detmolder Residenzlauf 2005 |
| 2 | 00:36:05,00 | Schneider | Björn | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 3 | 00:36:20,00 | Heuel | Sven | 28.08.2005 | Westdeutsche Meisterschaften 10km 2005 |
| 4 | 00:37:38,60 | Muckenhaupt | Oliver | 23.04.2005 | Schloßparklauf Moers 2005 |
| 5 | 00:37:47,00 | Begemann | Christian | 06.03.2005 | Rund ums Bayerkreuz 2005 |
| 6 | 00:38:26,00 | Gaedt | Jürgen | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 7 | 00:39:24,00 | Baumbach | Stefan | 06.03.2005 | Rund ums Bayerkreuz 2005 |
| 8 | 00:39:30,60 | Grebe | Rüdiger | 03.05.2005 | Mittelrhein Volkslauf 2005 |
| 9 | 00:40:17,00 | Hunold | Wolfgang | 02.10.2005 | Köln Fühlinger See 2005 |
| 10 | 00:40:58,00 | Menne | Manfred | 06.03.2005 | Rund ums Bayerkreuz 2005 |
| 11 | 00:41:38,00 | Besting | Karl-Heinz | 06.03.2005 | Rund ums Bayerkreuz 2005 |
| 12 | 00:41:40,00 | Greß | Thomas | 25.06.2005 | Bilstein Staffel 2005 |
| 13 | 00:42:44,00 | Biermann | Sebastian | 25.06.2005 | Bilstein Staffel 2005 |
| 14 | 00:43:49,00 | Nemenz | Edgar | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 15 | 00:44:13,00 | Reipen | Andreas | 23.01.2005 | Winterlaufserie Porz 1.Lauf 2005 |
| 16 | 00:44:26,00 | Ohm | Klaus Martin | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 17 | 00:44:30,00 | Giese | Matthias | 23.01.2005 | Winterlaufserie Porz 1.Lauf 2005 |
| 18 | 00:44:52,00 | Bauer | Tobias | 25.06.2005 | Bilstein Staffel 2005 |
| 19 | 00:45:44,00 | Kaufmann | Gerd | 23.01.2005 | Winterlaufserie Porz 1.Lauf 2005 |
| 20 | 00:46:51,00 | Reipen | Lukas | 25.06.2005 | Bilstein Staffel 2005 |
| 21 | 00:47:00,20 | Hagemeyer | Carl | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 22 | 00:48:06,70 | Rogge | Michael | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 23 | 00:48:41,00 | Bock | Christian | 05.11.2005 | Südsauerland-Lauf Wenden 2005 |
| 24 | 00:48:56,70 | Engels | Bernd | 23.04.2005 | Schloßparklauf Moers 2005 |
| 25 | 00:50:21,80 | Strahlenbach | Gerd | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 26 | 00:52:16,60 | Bork | Dietmar | 23.04.2005 | Schloßparklauf Moers 2005 |
| 27 | 00:55:09,60 | Fretter | Michael | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 28 | 00:56:24,60 | Epe | Siegbert | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |

| <i>Strecke</i> | <i>Zeit</i> | <i>Nachname</i> | <i>Vorname</i> | <i>Datum</i> | <i>Wettkampf</i> |
|----------------|-------------|-----------------|----------------|--------------|---|
| 21098 m | | | | | |
| 1 | 01:37:27,00 | Baumbach | Sonja | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 2 | 01:38:57,40 | Schumacher | Nadine | 17.09.2005 | Herbstwaldlauf Alsdorf 2005 |
| 3 | 01:40:28,00 | Scheschoff | Hildegard | 27.02.2005 | Winterlaufserie Refrath 3.Lauf 2005 |
| 4 | 01:44:30,58 | Fuchs | Simone | 17.09.2005 | Herbstwaldlauf Alsdorf 2005 |
| 5 | 01:45:02,00 | Eschholz | Eva | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 6 | 01:45:32,00 | Gaedt | Juliane | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 7 | 01:49:09,00 | Grünwald | Gerlinde | 28.08.2005 | Hunsrück-Marathon 2005 |
| 8 | 01:53:39,00 | Rüsche | Conny | 16.07.2005 | Halbmarathon Köln 2005 |
| 9 | 01:55:02,00 | Münker | Ute | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 10 | 01:57:29,00 | Pascheke | Bettina | 02.10.2005 | Köln Fühlinger See 2005 |
| 11 | 02:02:36,00 | Giese | Ulrike | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 12 | 02:11:32,80 | Huber | Manuela | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 13 | 02:13:16,00 | Wolff | Ulrike | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 14 | 02:13:36,00 | Fest | Maria | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 15 | 02:23:27,00 | Haustein | Bärbel | 16.07.2005 | Halbmarathon Köln 2005 |
| 16 | 02:24:06,00 | Kunst | Mathilde | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 17 | 02:24:06,00 | Lücking | Ursula | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 1 | 01:20:54,70 | Niemann | Ruben | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 2 | 01:22:40,00 | Hömberg | Klaus | 26.03.2005 | Paderborner Osterlauf 2005 |
| 3 | 01:25:30,10 | Muckenhaupt | Oliver | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 4 | 01:26:56,00 | Greß | Thomas | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 5 | 01:27:11,00 | Gaedt | Jürgen | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 6 | 01:28:49,00 | Grebe | Rüdiger | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 7 | 01:29:13,00 | Menne | Manfred | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 8 | 01:29:16,00 | Baumbach | Stefan | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 9 | 01:29:32,00 | Hunold | Wolfgang | 21.08.2005 | Rund um die Aabachtalsperre 2005 |
| 10 | 01:33:33,80 | Rüsche | Jan | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 11 | 01:33:54,00 | Teusch | Frank | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 12 | 01:34:40,00 | Besting | Karl-Heinz | 20.02.2005 | Winterlaufserie Porz 3.Lauf 2005 |
| 13 | 01:37:20,30 | Giese | Matthias | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 14 | 01:40:36,00 | Grünwald | Diethard | 28.08.2005 | Hunsrück-Marathon 2005 |
| 15 | 01:41:01,00 | Gehlen | Gerold | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 16 | 01:45:25,10 | Richter | Jan | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 17 | 01:48:37,00 | Olthoff | Thomas | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 18 | 01:53:37,50 | Rogge | Michael | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 19 | 01:57:15,30 | Bork | Dietmar | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 20 | 01:57:23,00 | Fretter | Michael | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 21 | 01:59:48,50 | Muth | Jörg | 31.12.2004 | Silvesterlauf Obernau 2004 |
| 22 | 02:01:01,30 | Engels | Bernd | 12.03.2005 | Königsforst Marathon 2005 |
| 23 | 02:02:28,00 | Hilchenbach | Christoph | 19.06.2005 | Mittelrhein-Marathon 2005 |
| 24 | 02:02:36,00 | Moritz | Horst | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 25 | 02:07:01,00 | Werner | Willy | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 26 | 02:12:15,00 | Brück | Günther | 21.05.2005 | Champenoise de la Vallée de La Marne 2005 |
| 27 | 02:23:27,00 | Haustein | Jürgen | 16.07.2005 | Halbmarathon Köln 2005 |
| 28 | 02:25:53,00 | Siewer | Hajo | 19.06.2005 | Mittelrhein-Marathon 2005 |

| <i>Strecke</i> | <i>Zeit</i> | <i>Nachname</i> | <i>Vorname</i> | <i>Datum</i> | <i>Wettkampf</i> |
|----------------|-------------|-----------------|----------------|--------------|----------------------------|
| 42195 m | | | | | |
| 1 | 03:21:36,00 | Baumbach | Sonja | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 2 | 03:32:32,20 | Gerlach | Anne | 15.10.2005 | Rothaarsteig-Marathon 2005 |
| 3 | 03:40:13,00 | Scheschoff | Hildegard | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 4 | 03:43:32,00 | Reipen | Marita | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 5 | 03:44:33,00 | Gaedt | Juliane | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 6 | 03:48:03,00 | Hütte | Angi | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 7 | 04:11:39,00 | Fuchs | Simone | 09.10.2005 | Marathon Essen 2005 |
| 8 | 05:06:15,00 | Kunst | Mathilde | 25.09.2005 | Berlin-Marathon 2005 |
| 1 | 02:54:47,29 | Heuel | Sven | 18.09.2005 | US Air Force Marathon 2005 |
| 2 | 02:58:36,00 | Hömborg | Klaus | 30.10.2005 | Frankfurt-Marathon 2005 |
| 3 | 03:05:57,60 | Begemann | Christian | 03.04.2005 | Marathon Zürich 2005 |
| 4 | 03:16:28,00 | Baumbach | Stefan | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 5 | 03:17:36,00 | Nies | Horst | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 6 | 03:18:52,00 | Hunold | Wolfgang | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 7 | 03:23:52,00 | Haustein | Jürgen | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 8 | 03:25:58,00 | Rüsche | Jan | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 9 | 03:32:33,10 | Muckenhaupt | Oliver | 15.10.2005 | Rothaarsteig-Marathon 2005 |
| 10 | 03:36:27,00 | Hütte | Dirk | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 11 | 03:41:23,00 | Gitzen | Christoph | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 12 | 03:43:32,00 | Reipen | Andreas | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 13 | 03:44:10,00 | Menne | Manfred | 30.10.2005 | Frankfurt-Marathon 2005 |
| 14 | 03:44:33,00 | Gaedt | Jürgen | 11.09.2005 | Köln-Marathon 2005 |
| 15 | 04:08:04,00 | Mesewinkel | Uwe | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 16 | 04:11:57,00 | Tippmann | Thomas | 17.04.2005 | Ruhrmarathon 2005 |
| 17 | 04:16:53,00 | Schneider | Björn | 15.10.2005 | Rothaarsteig-Marathon 2005 |
| 18 | 04:40:10,00 | Voigtländer | Dietmar | 24.04.2005 | Hamburg Marathon 2005 |
| 19 | 04:42:56,00 | Moritz | Horst | 25.09.2005 | Berlin-Marathon 2005 |