

**Abraham, Jonas**
**M20**


---

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km | 01:16:47 | 2 M20 |
|------------|---|----------|-------|

**Ambrozova, Irena**
**W35**


---

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 26.02.2023 | 15. Kristallmarathon, Merkers, 21,0975 km                    | 01:44:51 | 1 W35 |
| 04.03.2023 | 27. Berglauf "Auf die Platte", Wiesbaden, 9 km               | 00:41:14 | 1 W35 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km              | 00:41:56 | 2 W35 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km      | 00:47:04 | 2 W35 |
| 24.09.2023 | Trail Marathon Heidelberg, Heidelberg, 42,195 km             | 04:15:06 | 2 W35 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                     | 00:41:49 | 2 W35 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km               | 00:40:13 | 1 W35 |
| 18.11.2023 | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 1, Seligenstadt, 5 km  | 00:19:45 | 1 W35 |
| 02.12.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 2. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km  | 00:39:22 | 1 W35 |
| 03.12.2023 | 8. Argenthaler Quarzit Adventstrail, Argenthal, 17,6 km      | 01:26:07 | 1 W35 |
| 10.12.2023 | 23. Siebengebirgsmarathon, Bad Honnef, 21,0975 km            | 01:40:23 | 1 W35 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:39:56 | 2 W35 |

**Arnold, Daniel**
**M30**


---

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 16.04.2023 | 1. Wetzlarer Drachen-Trail-Run, Wetzlar, 35,4 km  | 02:56:53 | 2 M30 |
| 06.05.2023 | 8. Vogelsberger Vulkan-Trail, Schotten, 71 km     | 07:38:41 | 1 M30 |
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 40 km | 03:07:35 | 1 M30 |

**Bachmann, Winfried**
**M70**


---

|            |                             |          |       |
|------------|-----------------------------|----------|-------|
| 03.09.2023 | Canyon RUN, Mühlheim, 10 km | 00:59:25 | 1 M70 |
|------------|-----------------------------|----------|-------|

**Baltruschat, Gabi**
**W55**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 28.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:05:07 | 1 W55 |
| 29.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:10:52 | 1 W55 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 0,8 km            | 00:02:36 | 1 W55 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 3 km              | 00:11:17 | 1 W55 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km                      | 00:41:01 | 1 W55 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 5 km                       | 00:18:54 | 1 W55 |
| 22.04.2023 | Hessische Meisterschaften Langstrecke, Mengerskirchen, 10 km            | 00:39:55 | 1 W55 |
| 06.05.2023 | Deutsche Meisterschaften Langstrecke, Mittweida, 5 km                   | 00:18:54 | 1 W55 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km               | 00:40:07 | 1 W55 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 1,5 km                         | 00:05:13 | 1 W55 |
| 12.07.2023 | Abendsportfest Trebur 2023, Trebur, 3 km                                | 00:10:59 | 1 W55 |
| 05.11.2023 | Hessische Crosslaufmeisterschaften, Trebur, 4,2 km                      | 00:17:51 | 1 W55 |
| 25.11.2023 | DM Cross, Perl, Saarland, 4,35 km                                       | 00:16:59 | 1 W55 |

**Barcarolo, Pier**
**M20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km | 01:29:09 | 2 M20 |
|------------|--|----------|-------|

**Baum, Anna**
**W35**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 18.06.2023 | 10. Eschathlon, Eschborn, 21,0975 km                         | 01:37:12 | 2 W35 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:44:22 | 3 W35 |

**Bernardi, Clemens**
**MU16**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 5 km | 00:29:21 | 3 MU16 |
|------------|--|----------|--------|

**Biedermann, Wolfgang**
**M80**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 21.05.2023 | 31. andre-media Marathon, Regensburg, 42,195 km              | 06:35:00 | 1 M80 |
| 08.10.2023 | Generali München Marathon, München, 42,195 km                | 06:32:36 | 2 M80 |
| 29.10.2023 | 40. Mainova Frankfurt Marathon, Frankfurt am Main, 42,195 km | 06:36:03 | 3 M80 |

| <b>Bijok, Jana</b> |  | <b>W30</b> |   |     |
|--------------------|--|------------|---|-----|
| 07.01.2023         | 42. Winterlaufserie Rodgau 3. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km  | 00:41:01   | 3 | W30 |
| 26.03.2023         | 27. Schneller Zehner, Rodenbach, 10 km                       | 00:40:38   | 2 | W30 |
| 02.04.2023         | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km           | 00:41:00   | 1 | W30 |
| 02.04.2023         | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 5 km            | 00:18:57   | 2 | W30 |
| 12.07.2023         | Abendsportfest Trebur 2023, Trebur, 3 km                     | 00:11:02   | 1 | W30 |
| 09.08.2023         | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km                | 00:10:45   | 1 | W30 |
| 03.09.2023         | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km            | 00:38:54   | 3 | W30 |
| 15.10.2023         | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km               | 00:38:35   | 2 | W30 |
| 18.11.2023         | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 1, Seligenstadt, 10 km | 00:38:03   | 1 | W30 |

| <b>Bittlingmaier, Hans</b> |  | <b>M70</b> |   |     |
|----------------------------|--|------------|---|-----|
| 18.05.2023                 | 22. HK-Kreisstadt-Lauf, Hofheim, 10 km                     | 00:54:29   | 3 | M70 |
| 10.09.2023                 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km                | 00:24:35   | 2 | M70 |
| 24.09.2023                 | 16. LIONS Dietzenbacher Stadtlauf, Dietzenbach, 10 km      | 00:53:35   | 1 | M70 |
| 08.10.2023                 | 14. Preungesheimer Dorflauf, Frankfurt-Preungesheim, 10 km | 00:58:18   | 2 | M70 |

| <b>Bloss, Luisa</b> |                                  | <b>WU8</b> |   |     |
|---------------------|----------------------------------|------------|---|-----|
| 18.06.2023          | 10. Eschathlon, Eschborn, 1,5 km | 00:06:17   | 1 | WU8 |

| <b>Boden, Wiebke</b> |   | <b>W30</b> |   |     |
|----------------------|---|------------|---|-----|
| 15.10.2023           | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km         | 01:30:39   | 2 | W30 |
| 04.11.2023           | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:41:18   | 3 | W30 |

| <b>Bohn, Birgitt</b> |  | <b>W50</b> |   |     |
|----------------------|--|------------|---|-----|
| 31.12.2023           | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:44:25   | 2 | W50 |

| <b>Bohr, Werner</b> |   | <b>M70</b> |   |     |
|---------------------|---|------------|---|-----|
| 19.03.2023          | 40. Syltlauf, Tinum auf Sylt, 33,333 km | 03:09:55   | 2 | M70 |

**Borra, Chiara**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km                  | 00:43:11 | 2 W30 |
| 23.04.2023 | 10. i-Lauf für Inklusion, Gelnhausen, 10 km                         | 00:44:04 | 2 W30 |
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 10 km | 00:43:39 | 1 W30 |
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 5 km  | 00:21:51 | 1 W30 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km       | 00:43:47 | 1 W30 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km           | 00:43:54 | 1 W30 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km                     | 00:46:14 | 1 W30 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                             | 00:45:10 | 2 W30 |

**Breitenöder, Simon**
**MU18**

|            |   |          |        |
|------------|---|----------|--------|
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km        | 02:02:31 | 1 MU18 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km | 01:49:27 | 2 MU18 |

**Breitenöder, Sophie**
**WU20**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 10 km | 00:52:28 | 1 WU2 |
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 5 km  | 00:25:29 | 1 WU2 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km       | 00:54:48 | 2 WU2 |
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 21,0975 km             | 02:02:14 | 1 WU2 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km           | 00:51:58 | 3 WU2 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km                         | 00:21:40 | 2 WU2 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km             | 00:52:07 | 3 WU2 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km                        | 01:48:10 | 1 WU2 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                            | 00:48:46 | 2 WU2 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km                      | 00:48:14 | 1 WU2 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km                 | 01:52:22 | 2 WU2 |

**Brendemühl, Heike**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km           | 00:11:28 | 3 W30 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km           | 00:11:46 | 2 W30 |
| 24.08.2023 | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km               | 00:19:32 | 1 W30 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km | 00:46:58 | 3 W30 |

**Buch, Oliver**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 23.04.2023 | 50. Griesheimer Straßenlauf, Griesheim, 5 km  | 00:17:23 | 3 M30 |
| 24.06.2023 | 2. Ikano Bank City Marathon, Wiesbaden, 10 km | 00:35:52 | 2 M30 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km | 00:09:53 | 2 M30 |

| <b>Butt, Miriam</b> |   | <b>W40</b> |   |     |
|---------------------|---|------------|---|-----|
| 12.02.2023          | 45. Halbmarathon der SKV Mörfelden, Mörfelden, 21,0975 km   | 01:40:11   | 2 | W40 |
| 21.05.2023          | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km          | 00:47:37   | 2 | W40 |
| 17.09.2023          | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km     | 00:47:43   | 2 | W40 |
| 25.11.2023          | 41. Lindensee Laufserie 2023/2024, Rüsselsheim, 15 km       | 01:07:48   | 1 | W40 |
| 02.12.2023          | 43. Winterlaufserie Rodgau 2. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:44:35   | 3 | W40 |
| 10.12.2023          | 11. Adventlauf, Mörfelden, 10 km                            | 00:44:11   | 1 | W40 |

| <b>Coelho, Carlos</b> |  | <b>M60</b> |   |     |
|-----------------------|--|------------|---|-----|
| 26.05.2023            | 38. Straßenlauf des TSV 03, Riedstadt-Wolfskehlen, 10 km | 00:39:14   | 1 | M60 |
| 03.09.2023            | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km        | 00:39:04   | 1 | M60 |
| 15.10.2023            | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km           | 00:39:04   | 1 | M60 |

| <b>Costadura, Clara</b> |   | <b>W20</b> |   |     |
|-------------------------|---|------------|---|-----|
| 14.01.2023              | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km | 00:16:26   | 1 | W20 |
| 30.07.2023              | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 5 km            | 00:18:30   | 1 | W20 |
| 17.09.2023              | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 5 km    | 00:19:17   | 1 | W20 |
| 03.10.2023              | 7. Kranlauf, Offenbach, 8 km                              | 00:33:19   | 1 | W20 |
| 15.10.2023              | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 5 km             | 00:19:01   | 1 | W20 |
| 25.11.2023              | 41. Lindensee Laufserie 2023/2024, Rüsselsheim, 5 km      | 00:19:02   | 1 | W20 |

| <b>De Almeida, Carlos</b> |                                      | <b>MU18</b> |   |      |
|---------------------------|--------------------------------------|-------------|---|------|
| 26.02.2023                | 15. Kristallmarathon, Merkers, 10 km | 00:50:43    | 2 | MU18 |

| <b>De Almeida, Rui</b> |   | <b>M55</b> |   |     |
|------------------------|---|------------|---|-----|
| 26.02.2023             | 15. Kristallmarathon, Merkers, 10 km                          | 00:43:18   | 1 | M55 |
| 07.05.2023             | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km | 00:42:25   | 3 | M55 |
| 27.05.2023             | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km     | 00:42:46   | 3 | M55 |
| 17.09.2023             | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km       | 00:47:04   | 3 | M55 |
| 23.09.2023             | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                       | 00:43:25   | 1 | M55 |
| 03.10.2023             | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                      | 00:41:42   | 1 | M55 |

| <b>Deifel, Rainer</b> |   | <b>M55</b> |   |     |
|-----------------------|---|------------|---|-----|
| 07.05.2023            | 21. Gutenberg Marathon Mainz, Mainz, 21,0975 km | 01:28:57   | 3 | M55 |
| 25.06.2023            | 29. Hella Halbmarathon, Hamburg, 21,0975 km     | 01:32:53   | 2 | M55 |
| 05.07.2023            | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,8 km | 00:02:28   | 3 | M55 |

**Dinges, Ursula**
**W80**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 27.05.2023 | 24h Lauf Deutsche Meisterschaft, Braunschweig, 129,261 km      | 24:00:00 | 1 W80 |
| 09.06.2023 | 64. Bieler Lauftage, Biel, Schweiz, 100 km                     | 19:45:36 | 1 W80 |
| 15.07.2023 | 18. Burginsellauf, Delmenhorst, 118,845 km                     | 24:00:00 | 1 W80 |
| 02.09.2023 | 13. Lebacher 12-Stunden Lions Lauf, Lebach, 70,876 km          | 12:00:00 | 1 W80 |
| 15.09.2023 | 4. 48-Stundenlauf Aare Insel Brugg, Brugg, Schweiz, 197,106 km | 48:00:00 | 1 W80 |
| 01.10.2023 | 6 Stunden-Lauf DUV Meisterschaft, Kleinmachnow, 39,185 km      | 06:00:00 | 1 W80 |
| 29.10.2023 | 40. Mainova Frankfurt Marathon, Frankfurt am Main, 42,195 km   | 06:21:40 | 1 W80 |

**Drews, Franz**
**M60**

|            |                                   |          |       |
|------------|-----------------------------------|----------|-------|
| 07.05.2023 | 15. wumboR-Lauf, Rödermark, 10 km | 00:52:49 | 2 M60 |
|------------|-----------------------------------|----------|-------|

**Drosdow, Eugen**
**M45**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 18.06.2023 | 10. Eschathlon, Eschborn, 21,0975 km                 | 01:26:19 | 2 M45 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 21,0975 km | 01:24:47 | 2 M45 |

**Duymelinck, Uwe**
**M70**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 01.10.2023 | 6 Stunden-Lauf DUV Meisterschaft, Kleinmachnow, 51,963 km | 06:00:00 | 2 M70 |
| 22.10.2023 | 17. Müggelsee-Halbmarathon, Berlin, 21,0975 km            | 02:03:55 | 2 M70 |

**Ebeling, Johanna**
**W30**

|            |                            |          |       |
|------------|----------------------------|----------|-------|
| 03.09.2023 | Canyon RUN, Mühlheim, 5 km | 00:24:29 | 1 W30 |
|------------|----------------------------|----------|-------|

**Emundts, Arndt**
**M50**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 02.07.2023 | 20. Oberstedter Mühlenlauf, Oberursel-Oberstedten, 5 km | 00:21:58 | 2 M50 |
|------------|---|----------|-------|

**Esser, Lothar**
**M60**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 0,8 km         | 00:03:54 | 1 M60 |
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km           | 00:18:52 | 2 M60 |
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 8 km           | 00:38:57 | 1 M60 |
| 28.01.2023 | 23. 50km Ultramarathon des RLT Rodgau, Rodgau-Dudenhofen, 50 km     | 03:56:17 | 1 M60 |
| 12.02.2023 | 45. Halbmarathon der SKV Mörfelden, Mörfelden, 21,0975 km           | 01:32:38 | 1 M60 |
| 18.02.2023 | 37. Frühjahrslauf Groß-Gerau, Groß-Gerau, 10 km                     | 00:41:48 | 1 M60 |
| 25.02.2023 | 2. HaWei 50 Ultramarathon, Ubstadt-Weiher, 50 km                    | 03:51:02 | 1 M60 |
| 04.03.2023 | 29. Marburger Lahntallauf, Marburg, 50 km                           | 04:21:24 | 1 M60 |
| 12.03.2023 | 48. Bienwald-Marathon Kandel, Kandel, 42,195 km                     | 03:12:05 | 2 M60 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:30:32 | 1 M60 |
| 01.04.2023 | 2. Ultralauf HaWei100/ 35. DM 100k Straße, Ubstadt-Weiher, 100 km   | 08:54:01 | 1 M60 |
| 15.04.2023 | Eresburglauf 2023, Marsberg, 21,0975 km                             | 01:40:40 | 1 M60 |
| 23.04.2023 | 50. Griesheimer Straßenlauf, Griesheim, 21,0975 km                  | 01:34:36 | 2 M60 |
| 28.04.2023 | 16. Mainuferlauf, Rüsselsheim, 10 km                                | 00:43:06 | 1 M60 |
| 06.05.2023 | 8. Vogelsberger Vulkan-Trail, Schotten, 101 km                      | 11:33:05 | 1 M60 |
| 27.05.2023 | 24h Lauf Deutsche Meisterschaft, Braunschweig, 185,271 km           | 24:00:00 | 2 M60 |
| 02.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 1. Etappe, Hanau, 16 km                       | 01:09:22 | 1 M60 |
| 03.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 2. Etappe, Rodenbach, 14 km                   | 00:56:41 | 1 M60 |
| 03.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 3. Etappe, Neuenhasslau, 16 km                | 01:13:10 | 1 M60 |
| 04.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 4. Etappe, Gelnhausen, 17 km                  | 01:19:16 | 1 M60 |
| 04.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 5. Etappe, Bad Orb, 18 km                     | 01:21:38 | 1 M60 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:31:52 | 2 M60 |
| 21.06.2023 | Darmstädter Stadtlauf 2023, Darmstadt, 5 km                         | 00:20:45 | 2 M60 |
| 24.06.2023 | 10. Sachsentrail mit Ultratrail-DM, Breitenbrunn, 75,5 km           | 08:06:09 | 1 M60 |
| 15.07.2023 | 8. Regattabahnlauf/ Ultralauf-DM 50km, Duisburg, 50 km              | 03:55:15 | 3 M60 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 21,0975 km                | 01:31:47 | 1 M60 |
| 13.08.2023 | 32. Karbener Stadtlauf, Karben, 21,0975 km                          | 01:31:37 | 1 M60 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km                        | 01:35:02 | 1 M60 |
| 01.10.2023 | 6 Stunden-Lauf DUV Meisterschaft, Kleinmachnow, 64,9647 km          | 06:00:00 | 2 M60 |
| 01.10.2023 | ENTEGA Nightrun, Darmstadt, 10 km                                   | 00:39:30 | 1 M60 |
| 03.10.2023 | 33. Herbert-Fürböck-Lauf, Mühlthal, 10 km                           | 00:50:17 | 1 M60 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                            | 00:43:01 | 2 M60 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km                 | 01:34:08 | 1 M60 |
| 05.11.2023 | Hessische Crosslaufmeisterschaften, Trebur, 5,6 km                  | 00:25:24 | 3 M60 |
| 25.11.2023 | 41. Lindensee Laufserie 2023/2024, Rüsselsheim, 15 km               | 01:04:56 | 1 M60 |
| 10.12.2023 | 37. Weiterstädter Nikolauslauf, Weiterstadt, 10 km                  | 00:44:20 | 1 M60 |

**Fabian, David Nikolaus**
**MU12**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 2 km | 00:08:14 | 3 MU12 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 2,5 km     | 00:10:28 | 3 MU12 |

**Fischer, Christian**
**M20**

|            |                                      |          |       |
|------------|--------------------------------------|----------|-------|
| 28.04.2023 | 16. Mainuferlauf, Rüsselsheim, 10 km | 00:37:45 | 1 M20 |
|------------|--------------------------------------|----------|-------|

**Galahn, Cora**
**W40**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 15.04.2023 | Ender Berglauf, Emden, 5 km                                  | 00:38:42 | 1 W40 |
| 23.04.2023 | 10. i-Lauf für Inklusion, Gelnhausen, 5 km                   | 00:37:09 | 1 W40 |
| 14.05.2023 | 16. Freigerichter Lauf und Walking Event, Freigericht, 5 km  | 00:41:43 | 1 W40 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit - Walking, Frankfurt am Main, 5 km        | 00:35:27 | 1 W40 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 5 km       | 00:39:22 | 1 W40 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 5 km                       | 00:38:04 | 1 W40 |
| 08.10.2023 | Offenbacher Kartoffellauf, Offenbach, 6 km                   | 00:45:32 | 1 W40 |
| 12.11.2023 | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 3 km | 00:21:23 | 1 W40 |

**Galahn, Hendrik**
**MU18**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 21.01.2023 | Kahler Wald- und Crosslauf 2023, Kahl am Main, 2,8 km        | 00:13:37 | 3 MU18 |
| 05.02.2023 | 18.LuT Crosslauf, Sulzbach, 3,2 km                           | 00:18:08 | 3 MU18 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km           | 00:56:21 | 2 MU20 |
| 10.04.2023 | 26. Störtebeker Straßenlauf, Upgant Schott, 5 km             | 00:25:35 | 3 MU20 |
| 14.05.2023 | 16. Freigerichter Lauf und Walking Event, Freigericht, 5 km  | 00:30:12 | 1 MU20 |
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km           | 01:03:49 | 2 MU20 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km    | 01:05:05 | 3 MU20 |
| 16.06.2023 | 61. Schinderwaldlauf, Hofheim-Lorsbach, 10 km                | 01:10:22 | 3 MU20 |
| 21.06.2023 | 23. Sommernachtslauf am Hufeisen, Linsengericht, 7 km        | 00:39:11 | 1 MU20 |
| 25.06.2023 | 13. Volkslauf Sport gegen Armut, Schwalbach, 3 km            | 00:13:12 | 1 MU20 |
| 02.07.2023 | 22. Dieburger Stadtlauf, Dieburg, 4 km                       | 00:18:45 | 3 MU20 |
| 16.07.2023 | 18. Vogelsberger Südbahnlauf, Birstein, 4,4 km               | 00:22:26 | 1 MU20 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                      | 00:58:01 | 3 MU20 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                     | 01:00:32 | 3 MU20 |
| 12.11.2023 | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 6 km | 00:36:43 | 3 MU20 |



**Galahn, Silas**
**MU16**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 21.01.2023 | Kahler Wald- und Crosslauf 2023, Kahl am Main, 2,8 km        | 00:13:25 | 3 MU16 |
| 05.02.2023 | 18.LuT Crosslauf, Sulzbach, 3,2 km                           | 00:20:55 | 3 MU16 |
| 04.03.2023 | Haibacher Crosslauf 2023, Haibach, 3,3 km                    | 00:16:59 | 3 MU16 |
| 18.03.2023 | EMS Crosslauf 2023, Stockstadt, 3,2 km                       | 00:16:47 | 2 MU18 |
| 10.04.2023 | 26. Störtebeker Straßenlauf, Upgant Schott, 5 km             | 00:24:34 | 2 MU18 |
| 15.04.2023 | Emder Berglauf, Emden, 5 km                                  | 00:24:34 | 1 MU18 |
| 23.04.2023 | 10. i-Lauf für Inklusion, Gelnhausen, 5 km                   | 00:24:37 | 1 MU18 |
| 14.05.2023 | 16. Freigerichter Lauf und Walking Event, Freigericht, 5 km  | 00:28:22 | 1 MU18 |
| 16.06.2023 | 61. Schinderwaldlauf, Hofheim-Lorsbach, 3 km                 | 00:13:36 | 2 MU18 |
| 21.06.2023 | 23. Sommernachtslauf am Hufeisen, Linsengericht, 7 km        | 00:36:24 | 3 MU18 |
| 25.06.2023 | 13. Volkslauf Sport gegen Armut, Schwalbach, 3 km            | 00:13:04 | 2 MU18 |
| 02.07.2023 | 22. Dieburger Stadtlauf, Dieburg, 4 km                       | 00:17:06 | 3 MU18 |
| 16.07.2023 | 18. Vogelsberger Südbahnlauf, Birstein, 4,4 km               | 00:20:43 | 1 MU18 |
| 03.09.2023 | 15. Öko-Run, Wächtersbach, 5 km                              | 00:24:07 | 2 MU18 |
| 12.11.2023 | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 6 km | 00:29:14 | 2 MU18 |
| 10.12.2023 | 37. Weiterstädter Nikolauslauf, Weiterstadt, 2 km            | 00:08:52 | 1 MU18 |

**Galahn, Tara**
**WU8**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 21.01.2023 | Kahler Wald- und Crosslauf 2023, Kahl am Main, 0,8 km        | 00:04:04 | 1 WU8 |
| 05.02.2023 | 18.LuT Crosslauf, Sulzbach, 0,55 km                          | 00:03:22 | 2 WU8 |
| 04.03.2023 | Haibacher Crosslauf 2023, Haibach, 0,8 km                    | 00:03:05 | 2 WU8 |
| 18.03.2023 | EMS Crosslauf 2023, Stockstadt, 0,72 km                      | 00:03:21 | 2 WU8 |
| 10.04.2023 | 26. Störtebeker Straßenlauf, Ugant Schott, 1 km              | 00:05:19 | 1 WU8 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 1 km     | 00:04:55 | 2 WU8 |
| 16.06.2023 | 61. Schinderwaldlauf, Hofheim-Lorsbach, 1 km                 | 00:05:41 | 2 WU8 |
| 21.06.2023 | 23. Sommernachtslauf am Hufeisen, Linsengericht, 1,2 km      | 00:06:00 | 1 WU8 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 1 km                  | 00:05:03 | 1 WU8 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 0,15 km                    | 00:00:39 | 1 WU8 |
| 08.10.2023 | Offenbacher Kartoffellauf, Offenbach, 0,4 km                 | 00:01:33 | 1 WU8 |
| 12.11.2023 | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 1 km | 00:04:08 | 3 WU8 |
| 10.12.2023 | 37. Weiterstädter Nikolauslauf, Weiterstadt, 1 km            | 00:05:11 | 2 WU8 |

**Galahn, Timon**
**MU12**

|            |   |          |        |
|------------|---|----------|--------|
| 05.02.2023 | 18.LuT Crosslauf, Sulzbach, 1,6 km                            | 00:07:39 | 3 MU12 |
| 04.03.2023 | Haibacher Crosslauf 2023, Haibach, 2,2 km                     | 00:09:19 | 1 MU14 |
| 18.03.2023 | EMS Crosslauf 2023, Stockstadt, 1,6 km                        | 00:06:42 | 1 MU14 |
| 10.04.2023 | 26. Störtebeker Straßenlauf, Ugant Schott, 1 km               | 00:04:10 | 1 MU14 |
| 15.04.2023 | Emder Berglauf, Emden, 5 km                                   | 00:22:39 | 1 MU14 |
| 14.05.2023 | 16. Freigerichter Lauf und Walking Event, Freigericht, 1,2 km | 00:04:49 | 3 MU14 |
| 02.06.2023 | 26. Wallauer Mittsommerlauf, Wallau, 1 km                     | 00:03:49 | 2 MU14 |
| 04.06.2023 | 16. Brunnenfestlauf, Oberursel, 2,5 km                        | 00:10:24 | 3 MU14 |
| 16.06.2023 | 61. Schinderwaldlauf, Hofheim-Lorsbach, 3 km                  | 00:13:16 | 3 MU14 |
| 21.06.2023 | 23. Sommernachtslauf am Hufeisen, Linsengericht, 1,2 km       | 00:04:41 | 1 MU14 |
| 25.06.2023 | 13. Volkslauf Sport gegen Armut, Schwalbach, 1 km             | 00:03:58 | 1 MU14 |
| 16.07.2023 | 18. Vogelsberger Südbahnlauf, Birstein, 4,4 km                | 00:19:43 | 1 MU14 |
| 03.09.2023 | 15. Öko-Run, Wächtersbach, 5 km                               | 00:23:48 | 1 MU14 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 1 km                   | 00:03:55 | 2 MU14 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 3 km                        | 00:13:38 | 3 MU14 |
| 08.10.2023 | Offenbacher Kartoffellauf, Offenbach, 3 km                    | 00:12:59 | 2 MU14 |

**Galahn-Schenck, Frank**
**M50**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.05.2023 | 16. Freigerichter Lauf und Walking Event, Freigericht, 5 km | 00:32:50 | 2 M50 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 5 km    | 00:25:54 | 3 M50 |

**Gastmann, Daniel**
**M45**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 03.09.2023 | 6. Schneller Heiner by Espresso Ferrarese, Darmstadt, 10 km | 00:43:18 | 3 M45 |
| 15.09.2023 | 4. Bienwald Backyard Ultra, Kandel, 107,296 km              | 16:00:00 | 3 M45 |

**Gelsema, Astrid**
**W55**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km | 01:38:08 | 1 W55 |
| 12.08.2023 | 26. Güttersbacher Volkslauf, Güttersbach, 21,0975 km        | 01:46:49 | 2 W55 |
| 27.08.2023 | 43. Koberstädter Waldmarathon, Egelsbach, 21,0975 km        | 01:41:58 | 2 W55 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km         | 01:33:58 | 1 W55 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:44:40 | 1 W55 |

**Giffoni, Perrine**
**W20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km | 02:09:10 | 2 W20 |
|------------|--|----------|-------|

**Gollan, Sarah Maria**
**W40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 11.03.2023 | 39. Urmitzer Volkslauf, Urmitz, 10 km                 | 00:39:34 | 1 W40 |
| 10.04.2023 | 42. Rodgauer Osterlauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km       | 00:40:28 | 1 W40 |
| 23.04.2023 | 20. Ochsner Sport Zürich Marathon, Zürich, 21,0975 km | 01:28:58 | 3 W40 |
| 07.05.2023 | 21. Gutenberg Marathon Mainz, Mainz, 42,195 km        | 03:18:03 | 1 W40 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,8 km       | 00:02:41 | 1 W40 |
| 14.07.2023 | 16. Deichlauf, Neuwied, 5 km                          | 00:20:02 | 1 W40 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km         | 00:11:27 | 1 W40 |
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km     | 00:39:53 | 1 W40 |

**Golovitsyn, Nikita**
**M40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:33:20 | 2 M40 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km              | 00:34:24 | 1 M40 |
| 02.12.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 2. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:36:14 | 3 M40 |

**Gomez-Ruhland, Marisa**
**W65**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 05.03.2023 | 18. Offenbacher Rosenhöhe-Waldlauf, Offenbach, 10 km                | 00:47:15 | 1 W65 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:43:44 | 1 W65 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km                  | 00:46:51 | 1 W65 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:44:40 | 1 W65 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km                     | 00:47:36 | 1 W65 |
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km                   | 00:46:42 | 1 W65 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km                      | 00:49:32 | 1 W65 |

**Graf, Jutta**
**W60**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 27.08.2023 | 43. Koberstädter Waldmarathon, Egelsbach, 21,0975 km | 02:00:52 | 2 W60 |
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km    | 00:52:56 | 2 W60 |

**Grebe, Jessica**
**W35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 27.08.2023 | 5. Burgwald Märchen Marathon, Rauschenberg, 10 km | 00:54:03 | 1 W35 |
|------------|---|----------|-------|

**Häfner, Guido**
**M60**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 16.06.2023 | 61. Schinderwaldlauf, Hofheim-Lorsbach, 10 km | 00:56:22 | 2 M60 |
|------------|---|----------|-------|

**Hanisch, Clara**
**WU16**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 5 km            | 00:21:58 | 1 WU1 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 5 km | 00:21:26 | 1 WU1 |
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 5 km            | 00:21:11 | 1 WU1 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 5 km     | 00:21:23 | 1 WU1 |
| 18.06.2023 | 10. Eschathlon, Eschborn, 10 km                              | 00:53:48 | 1 WU1 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 5 km               | 00:19:46 | 1 WU1 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 10 km                 | 00:41:34 | 1 WU1 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 5 km                | 00:20:42 | 1 WU1 |

**Häuser, Wolfgang**
**M65**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km | 00:49:52 | 3 M65 |
|------------|--|----------|-------|

**Heidl, Markus**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.01.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 3. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km         | 00:35:10 | 3 M30 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:16:45 | 3 M35 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km                      | 00:34:37 | 3 M35 |

**Heller, Aylene**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km | 00:46:45 | 2 W30 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km          | 00:42:56 | 3 W30 |

**Hemmer, Nico**
**M20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 08.10.2023 | 14. Preungesheimer Dorflauf, Frankfurt-Preungesheim, 10 km | 00:39:43 | 2 M20 |
|------------|--|----------|-------|

**Hempel, Karl**
**M35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km | 00:34:47 | 1 M35 |
| 02.06.2023 | 26. Wallauer Mittsommerlauf, Wallau, 10 km                    | 00:34:18 | 1 M35 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km               | 00:33:34 | 1 M35 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km       | 00:34:05 | 1 M35 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km                | 00:33:15 | 1 M35 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km   | 00:33:15 | 1 M35 |
| 02.12.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 2. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km   | 00:33:27 | 2 M35 |

**Henne, Hermann Dr.**
**M70**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 28.01.2023 | 42. Alten-Busecker Winterlaufserie, Alten-Buseck, 5 km         | 00:24:50 | 1 M70 |
| 18.02.2023 | 46. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 4, Seligenstadt, 5 km | 00:26:07 | 1 M70 |
| 29.04.2023 | 11. DAV Skinfit Frankensteinlauf, Darmstadt-Eberstadt, 7 km    | 00:38:37 | 2 M70 |
| 24.06.2023 | 17. Ketteler-Lauf, Offenbach, 5 km                             | 00:25:03 | 1 M70 |
| 14.10.2023 | 41. Lindensee Laufserie 2023/2024, Rüsselsheim, 5 km           | 00:26:51 | 2 M70 |

**Henseler, Olaf**
**M55**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 25 km           | 01:57:28 | 3 M55 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 21,0975 km         | 01:33:26 | 3 M55 |
| 27.08.2023 | 43. Koberstädter Waldmarathon, Egelsbach, 21,0975 km         | 01:34:44 | 2 M55 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km                  | 00:19:31 | 1 M55 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 10 km                 | 00:43:38 | 2 M55 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km | 01:34:00 | 2 M55 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km                 | 01:34:20 | 1 M55 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 21,0975 km                | 01:30:52 | 1 M55 |

**Herrmann, Michael**
**M40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 24.09.2023 | 16. LIONS Dietzenbacher Stadtlauf, Dietzenbach, 10 km | 00:38:32 | 2 M40 |
|------------|---|----------|-------|

**Herzberg, Anna**
**W35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km             | 00:39:17 | 1 W35 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:43:13 | 2 W35 |

**Hofstetter, Hanna**
**W20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:39:34 | 3 W20 |
|------------|--|----------|-------|

**Holesch, Nora**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:38:05 | 3 W30 |
| 29.04.2023 | Deutsche Berglaufmeisterschaften 2023, Bühlertal, 9,9 km    | 00:51:36 | 3 W30 |
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km           | 00:37:05 | 2 W30 |
| 06.09.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 5 km               | 00:17:35 | 1 W30 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 21,0975 km               | 01:20:00 | 1 W30 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km              | 00:36:54 | 1 W30 |

**Holljesiefken, Anke, Dr.**
**W50**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:44:25 | 3 W50 |
|------------|--|----------|-------|

|                               |   |             |        |
|-------------------------------|---|-------------|--------|
| <b>Hunzinger, Nadine</b>      |   | <b>W35</b>  |        |
| 04.06.2023                    | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 40 km                   | 03:46:49    | 1 W35  |
| <b>Ilzarbe Bartels, David</b> |   | <b>MU18</b> |        |
| 27.05.2023                    | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 5 km            | 00:21:53    | 1 MU18 |
| <b>Irlle, Max</b>             |   | <b>M30</b>  |        |
| 28.01.2023                    | 23. 50km Ultramarathon des RLT Rodgau, Rodgau-Dudenhofen, 50 km     | 03:09:26    | 1 M30  |
| <b>Jégou, Jean-Louis</b>      |   | <b>M60</b>  |        |
| 23.09.2023                    | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                             | 00:52:56    | 3 M60  |
| <b>Jochum, Peter</b>          |   | <b>M65</b>  |        |
| 26.03.2023                    | 27. Schneller Zehner, Rodenbach, 10 km                              | 01:03:24    | 3 M65  |
| 01.04.2023                    | 19. Engelberglauf, Großheubach, 10 km                               | 01:11:35    | 3 M65  |
| 23.04.2023                    | 50. Griesheimer Straßenlauf, Griesheim, 10 km                       | 01:05:32    | 3 M65  |
| 07.05.2023                    | 15. wumboR-Lauf, Rödermark, 21,0975 km                              | 02:31:39    | 1 M65  |
| <b>Kahl, Niklas</b>           |   | <b>M20</b>  |        |
| 17.09.2023                    | Rund um den Fühlinger See, Köln, 5 km                               | 00:18:15    | 2 M20  |
| 31.12.2023                    | 28. Griesheimer Rewe Silvesterlauf, Griesheim, 10 km                | 00:36:45    | 3 M20  |
| <b>Kaltenbach, Florian</b>    |   | <b>M40</b>  |        |
| 14.01.2023                    | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km           | 00:16:58    | 2 M40  |
| 14.01.2023                    | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 8 km           | 00:35:26    | 2 M40  |
| 14.01.2023                    | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 0,8 km         | 00:03:28    | 1 M40  |
| 28.01.2023                    | 23. 50km Ultramarathon des RLT Rodgau, Rodgau-Dudenhofen, 50 km     | 03:44:27    | 3 M40  |
| 25.02.2023                    | 2. HaWei 50 Ultramarathon, Ubstadt-Weiher, 50 km                    | 03:36:53    | 3 M40  |
| 12.03.2023                    | 45. Volkslauf "Rund um den Winterstein", Friedberg, 42,195 km       | 03:03:29    | 1 M40  |
| 01.04.2023                    | 2. Ultralauf HaWei100/ 35. DM 100k Straße, Ubstadt-Weiher, 100 km   | 08:20:31    | 1 M40  |
| 01.05.2023                    | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 10 km | 00:39:57    | 2 M40  |
| 15.07.2023                    | 8. Regattabahnlauf/ Ultralauf-DM 50km, Duisburg, 50 km              | 03:44:45    | 3 M40  |
| 27.08.2023                    | 5. Burgwald Märchen Marathon, Rauschenberg, 52 km                   | 04:09:56    | 1 M40  |
| 10.09.2023                    | Hessische Meisterschaften Berglauf, Meißner-Abterode, 9,4 km        | 00:47:38    | 1 M40  |
| 18.11.2023                    | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 1, Seligenstadt, 5 km         | 00:19:11    | 1 M40  |
| 16.12.2023                    | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 2, Seligenstadt, 5 km         | 00:18:45    | 1 M40  |

| <b>Kaptur, Ralph</b> |  | <b>M50</b> |   |     |
|----------------------|--|------------|---|-----|
| 02.04.2023           | 6-Stunden-Lauf Mörfelden, Mörfelden-Walldorf, 59,921 km      | 06:00:00   | 2 | M50 |
| 04.06.2023           | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 40 km            | 03:44:07   | 1 | M50 |
| 12.11.2023           | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 6 km | 00:25:48   | 2 | M50 |

| <b>Kistner, Sarah</b> |  | <b>W20</b> |   |     |
|-----------------------|--|------------|---|-----|
| 01.04.2023            | Ötzi Trailrun, Naturns, Italien, 30 km                       | 03:28:38   | 1 | W20 |
| 29.04.2023            | Deutsche Berglaufmeisterschaften 2023, Bühlertal, 9,9 km     | 00:50:48   | 2 | W20 |
| 31.12.2023            | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:37:49   | 1 | W20 |

| <b>Klinkert, Benjamin</b> |   | <b>M45</b> |   |     |
|---------------------------|---|------------|---|-----|
| 18.11.2023                | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 1, Seligenstadt, 5 km | 00:21:30   | 1 | M45 |
| 16.12.2023                | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 2, Seligenstadt, 5 km | 00:20:23   | 1 | M45 |

| <b>Kollmeyer, Katrin</b> |   | <b>W45</b> |   |     |
|--------------------------|---|------------|---|-----|
| 26.02.2023               | Crossmeisterschaften Kreis Frankfurt am Main, Frankfurt-Enkheim, 5 km | 00:20:35   | 1 | W45 |
| 18.06.2023               | 10. Eschathlon - Staffel, Eschborn, 21,0975 km                        | 01:35:16   | 1 | W45 |
| 15.10.2023               | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 5 km                         | 00:20:34   | 2 | W45 |

| <b>Kraft, Thilo</b> |  | <b>M55</b> |   |     |
|---------------------|--|------------|---|-----|
| 24.08.2023          | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km    | 00:22:44   | 2 | M55 |
| 23.09.2023          | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km | 01:41:02   | 3 | M55 |

| <b>Küchler, Anna Emilia</b> |   | <b>W20</b> |   |     |
|-----------------------------|---|------------|---|-----|
| 18.06.2023                  | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km | 01:35:34   | 3 | W20 |

| <b>Kuhn, Peter</b> |   | <b>M60</b> |   |     |
|--------------------|---|------------|---|-----|
| 04.11.2023         | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:47:14   | 3 | M60 |

| <b>Künnemann, Katharina</b> |   | <b>W30</b> |   |     |
|-----------------------------|---|------------|---|-----|
| 28.01.2023                  | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:04:57   | 2 | W30 |
| 29.01.2023                  | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:10:54   | 2 | W30 |
| 10.09.2023                  | Hessische Meisterschaften Berglauf, Meißner-Abterode, 9,4 km            | 00:53:29   | 1 | W30 |

| <b>Licht, Johannes</b> |  | <b>M30</b> |   |     |
|------------------------|--|------------|---|-----|
| 30.07.2023             | 14. Rheingauer Halbmarathon, Oestrich-Winkel, 21,0975 km | 01:20:59   | 2 | M30 |

**Margulies, Marian**
**M60**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 30 km        | 03:17:20 | 3 M60 |
| 30.07.2023 | 14. Rheingauer Halbmarathon, Oestrich-Winkel, 21,0975 km | 01:49:25 | 3 M60 |

**Mehlmann, Alois**
**M70**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km | 01:52:08 | 2 M70 |
|------------|---|----------|-------|

**Menk, Andreas**
**M50**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 0,8 km           | 00:03:29 | 3 M50 |
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km             | 00:18:20 | 3 M50 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 0,4 km          | 00:01:11 | 3 M50 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 3 km            | 00:11:44 | 3 M50 |
| 26.02.2023 | Crossmeisterschaften Kreis Frankfurt am Main, Frankfurt-Enkheim, 5 km | 00:21:07 | 1 M50 |
| 27.05.2023 | 43. Senioren-Sportfest, Edenkoben, 0,4 km                             | 00:01:12 | 3 M50 |
| 27.05.2023 | 43. Senioren-Sportfest, Edenkoben, 1,5 km                             | 00:05:48 | 3 M50 |
| 17.06.2023 | Kreis-Einzelmeisterschaft, Erbach, 0,2 km                             | 00:00:34 | 2 M50 |
| 17.06.2023 | Kreis-Einzelmeisterschaft, Erbach, 1,5 km                             | 00:05:52 | 1 M50 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,4 km                       | 00:01:12 | 2 M50 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,4 km                       | 00:01:13 | 1 M50 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 1,5 km                       | 00:05:51 | 1 M50 |
| 10.09.2023 | HM Senioren, Offenbach, 0,1 km  | 00:00:17 | 3 M50 |

**Menne, Stephan**
**M60**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km | 01:44:02 | 3 M60 |
|------------|---|----------|-------|

**Minet, Johannes**
**M35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 21,0975 km     | 01:25:23 | 1 M35 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km   | 00:38:44 | 3 M35 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km | 01:25:39 | 3 M35 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 21,0975 km        | 01:24:43 | 1 M35 |
| 27.08.2023 | 43. Koberstädter Waldmarathon, Egelsbach, 21,0975 km        | 01:25:32 | 1 M35 |

**Molina Molina, Julian Andres**
**M45**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 24.08.2023 | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km   | 00:16:38 | 1 M45 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km | 00:15:29 | 1 M45 |



**Moser, Tania**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.01.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 3. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km             | 00:35:28 | 1 W30 |
| 28.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:04:39 | 1 W30 |
| 29.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:09:53 | 1 W30 |
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km             | 00:34:46 | 1 W30 |
| 22.04.2023 | Hessische Meisterschaften Langstrecke, Mengerskirchen, 10 km            | 00:36:40 | 1 W30 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km                           | 00:09:54 | 1 W30 |
| 01.10.2023 | 25. Generali Köln Marathon, Köln, 21,0975 km                            | 01:17:52 | 1 W30 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km             | 00:36:50 | 1 W30 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km            | 00:36:43 | 2 W30 |

**Muck, Sebastian**
**M20**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.08.2023 | 1. Düsseldorfer Laufnacht, Düsseldorf, 5 km | 00:15:52 | 2 M20 |
|------------|---|----------|-------|

**Mühler, Franziska**
**W20**

|            |                                       |          |       |
|------------|---------------------------------------|----------|-------|
| 01.04.2023 | 19. Engelberglauf, Großheubach, 10 km | 00:52:14 | 1 W20 |
|------------|---------------------------------------|----------|-------|

**Müller, Arne**
**MU10**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 2 km | 00:09:18 | 2 MU10 |
|------------|--|----------|--------|

**Müller, Hannelore**
**W70**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 01.05.2023 | 39. Nieder-Erlenbacher Volkslauf, Frankfurt-Nieder Erlenbach, 10 km | 01:08:54 | 1 W70 |
| 18.05.2023 | 22. HK-Kreisstadt-Lauf, Hofheim, 10 km                              | 01:05:05 | 3 W70 |

**Müller, Tim Nikolas**
**M40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km          | 00:38:32 | 3 M40 |
| 03.09.2023 | 6. Schneller Heiner by Espresso Ferrarese, Darmstadt, 10 km | 00:39:17 | 2 M40 |

**Nohe, Daniel**
**M20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 01.04.2023 | 19. Engelberglauf, Großheubach, 10 km        | 00:37:36 | 1 M20 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 10 km | 00:34:00 | 2 M20 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km | 01:22:28 | 1 M20 |

**Ohme, Katrin**
**W60**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km            | 00:46:23 | 1 W60 |
| 10.09.2023 | DM Straße 2023, Bad Liebenzell, 10 km                        | 00:47:02 | 3 W60 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 21,0975 km                 | 01:42:43 | 1 W60 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 21,0975 km                | 01:40:23 | 1 W60 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km          | 01:41:59 | 1 W60 |
| 29.10.2023 | 40. Mainova Frankfurt Marathon, Frankfurt am Main, 42,195 km | 03:38:56 | 3 W60 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:46:46 | 1 W60 |

**Osterhoff, Stella**
**W40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 40 km | 03:46:17 | 2 W40 |
| 03.07.2023 | Al Andalus Ultimate Trail, Loja, Spanien, 234 km  | 30:45:43 | 1 W40 |
| 03.09.2023 | Canyon RUN, Mühlheim, 21,0975 km                  | 01:43:08 | 3 W40 |

**Pamuk, Ulrike Dr.**
**W65**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 06.05.2023 | 39. Internationaler Kandel-Berglauf, Waldkirch, 12,2 km      | 01:28:10 | 2 W65 |
| 14.05.2023 | 37. Internationaler Schluchseeauf, Schluchsee, 18,2 km       | 01:38:25 | 2 W65 |
| 21.05.2023 | 4- Rainforestrun, Freiburg, 7,8 km                           | 00:38:17 | 1 W65 |
| 29.10.2023 | 40. Mainova Frankfurt Marathon, Frankfurt am Main, 42,195 km | 03:52:42 | 2 W65 |
| 31.12.2023 | 19. Britzinger Silvesterlauf, Britzingen, 10 km              | 00:54:36 | 1 W65 |

**Poggendorff, Frank**
**M55**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km   | 00:20:14 | 2 M55 |
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 30 km           | 02:41:10 | 3 M55 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:44:15 | 2 M55 |

**Poggendorff, Paulina**
**WU20**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km               | 00:16:46 | 1 WU2 |
| 28.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:05:00 | 2 WU2 |
| 29.01.2023 | Hessische Hallenmeisterschaften Aktive 2023, Frankfurt am Main-Kalbach, | 00:10:51 | 1 WU2 |
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km             | 00:39:58 | 1 WU2 |
| 22.04.2023 | Hessische Meisterschaften Langstrecke, Mengerskirchen, 5 km             | 00:19:04 | 1 WU2 |
| 23.04.2023 | 32. SÜWAG-Energie-Feldberglauf, Oberursel, 9,7 km                       | 00:54:20 | 1 WU2 |

**Pracht, Stefan**
**M55**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 25.02.2023 | VRU Trail, Totana, Spanien, 34,4 km                       | 03:39:52 | 2 M55 |
| 14.04.2023 | Istria 100 by UTMB, Labin/ Italien, 168 km                | 24:18:10 | 1 M55 |
| 24.06.2023 | 10. Sachsentrail mit Ultratrail-DM, Breitenbrunn, 75,5 km | 07:39:32 | 1 M55 |
| 01.09.2023 | 100M UTMB, Chamonix, 172,2 km                             | 29:10:50 | 2 M55 |

**Raab, Hubert**
**M75**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km | 02:25:52 | 3 M75 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km               | 00:59:42 | 3 M75 |

**Reichert, Michael**
**M40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 4 km | 00:18:19 | 3 M40 |
| 14.01.2023 | 13. Offenbacher Suppenschüssel-Crosslauf, Offenbach, 8 km | 00:42:15 | 3 M40 |

**Rezagholinia, Sandra**
**W35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km | 00:48:17 | 3 W35 |
|------------|---|----------|-------|

**Richter, Tobias**
**M45**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 18.02.2023 | 46. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 4, Seligenstadt, 10 km | 00:42:40 | 3 M45 |
| 16.12.2023 | 47. Winterlaufserie Seligenstadt Lauf 2, Seligenstadt, 10 km    | 00:42:45 | 3 M45 |

**Röckle, Silas**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 12.02.2023 | 45. Halbmarathon der SKV Mörfelden, Mörfelden, 21,0975 km     | 01:21:32 | 1 M30 |
| 28.04.2023 | 16. Mainuferlauf, Rüsselsheim, 10 km                          | 00:37:22 | 2 M30 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km | 00:37:30 | 3 M30 |
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 21,0975 km       | 01:22:52 | 2 M30 |
| 02.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 1. Etappe, Hanau, 16 km                 | 01:03:21 | 1 M30 |
| 03.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 2. Etappe, Rodenbach, 14 km             | 00:51:13 | 1 M30 |
| 03.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 3. Etappe, Neuenhasslau, 16 km          | 01:06:44 | 1 M30 |
| 04.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 4. Etappe, Gelnhausen, 17 km            | 01:13:28 | 2 M30 |
| 04.06.2023 | 37. Brüder Grimm Lauf 5. Etappe, Bad Orb, 18 km               | 01:15:57 | 2 M30 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km  | 01:23:20 | 3 M30 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km                | 00:36:36 | 3 M30 |
| 25.11.2023 | 41. Lindensee Laufserie 2023/2024, Rüsselsheim, 15 km         | 00:56:15 | 1 M30 |
| 10.12.2023 | 11. Adventlauf, Mörfelden, 10 km                              | 00:36:53 | 2 M30 |

**Schießer, Christina**
**W45**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 08.01.2023 | 39. Goldbacher Wintercross Lauf 7, Goldbach, 10 km           | 00:48:02 | 1 W45 |
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km  | 00:42:38 | 1 W45 |
| 02.06.2023 | 26. Wallauer Mittsommerlauf, Wallau, 10 km                   | 00:42:34 | 1 W45 |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km  | 00:45:02 | 3 W45 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:43:40 | 2 W45 |

**Schmitt, Sebastian**
**M50**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 03.05.2023 | Abendsportfest Pfungstadt, Pfungstadt, 3 km     | 00:12:36 | 2 M50 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,2 km | 00:00:31 | 2 M50 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,2 km | 00:00:31 | 2 M50 |
| 09.08.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 0,8 km | 00:02:44 | 1 M50 |

**Schneider, Katja**
**W35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:42:37 | 3 W35 |
|------------|---|----------|-------|

**Schöler, Marc**
**M60**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 24.08.2023 | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km | 00:24:34 | 1 M60 |
|------------|---|----------|-------|

**Schreiber, Susanne**
**W55**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:46:52 | 2 W55 |
|------------|--|----------|-------|

**Seit, Manfred**
**M80**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km        | 01:06:24 | 1 M80 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km | 01:03:57 | 3 M80 |
| 18.06.2023 | 10. Eschathlon, Eschborn, 10 km                           | 01:03:07 | 1 M80 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km           | 01:01:43 | 2 M80 |
| 13.08.2023 | 32. Karbener Stadtlauf, Karben, 10 km                     | 01:04:02 | 2 M80 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km   | 00:58:45 | 1 M80 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                   | 01:05:23 | 1 M80 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 10 km            | 00:59:03 | 3 M80 |

**Sippel, Mark Andree**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km | 00:36:21 | 3 M30 |
|------------|---|----------|-------|

**Stahl, Bastian-Dominic**
**M30**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:33:57 | 3 M30 |
|------------|--|----------|-------|

**Starostzik, Anna**
**W35**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.01.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 3. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km         | 00:37:59 | 1 W35 |
| 04.02.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 4. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km         | 00:36:46 | 1 W35 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:21:57 | 2 W35 |
| 10.04.2023 | 42. Rodgauer Osterlauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km                     | 00:37:27 | 1 W35 |
| 29.05.2023 | 35. Volkslauf des TSV Krofdorf-Gleiberg, Wettenberg, 10 km          | 00:37:38 | 1 W35 |
| 29.07.2023 | Adidas Runners City Night, Berlin, 10 km                            | 00:35:41 | 2 W35 |
| 17.09.2023 | Kassel Marathon, Kassel, 21,0975 km                                 | 01:19:24 | 2 W35 |
| 29.10.2023 | 40. Mainova Frankfurt Marathon, Frankfurt am Main, 42,195 km        | 02:46:40 | 2 W35 |

**Steinbach, Joachim**
**M70**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 3 km  | 00:16:37 | 3 M70 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km | 02:17:34 | 3 M70 |
| 06.09.2023 | Abendsportfest der LG Dornburg, Westerburg, 3 km            | 00:16:54 | 2 M70 |
| 10.09.2023 | HM Senioren, Offenbach, 0,8 km                              | 00:03:48 | 3 M70 |

**Steinbach, Lothar**
**M75**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 3 km   | 00:16:37 | 2 M75 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 10 km           | 00:58:49 | 2 M75 |
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km           | 01:01:06 | 2 M75 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km    | 01:00:35 | 2 M75 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km  | 02:17:33 | 1 M75 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km              | 01:00:08 | 2 M75 |
| 06.09.2023 | Abendsportfest der LG Dornburg, Westerburg, 3 km             | 00:16:36 | 2 M75 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km      | 01:00:44 | 2 M75 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 01:01:51 | 1 M75 |

**Stenzel, Marcel**
**MU20**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 01.07.2023 | 10. Bergischer 6 Stundenlauf, Remscheid, 47,5 km | 06:00:00 | 1 MU20 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 50 km         | 05:58:54 | 2 MU20 |

**Stillger, Nadine**
**W40**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.01.2023 | 42. Winterlaufserie Rodgau 3. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km         | 00:41:42 | 2 W40 |
| 04.03.2023 | 27. Berglauf "Auf die Platte", Wiesbaden, 26 km                     | 02:16:10 | 1 W40 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:29:48 | 2 W40 |
| 23.04.2023 | 32. SÜWAG-Energie-Feldberglauf, Oberursel, 9,7 km                   | 00:55:59 | 1 W40 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:30:54 | 1 W40 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km        | 00:39:50 | 2 W40 |

**Teufel, Valentin**
**M20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km                  | 00:18:31 | 2 M20 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km | 01:30:16 | 3 M20 |
| 24.09.2023 | 16. LIONS Dietzenbacher Stadtlauf, Dietzenbach, 10 km        | 00:38:59 | 3 M20 |
| 08.10.2023 | 14. Preungesheimer Dorflauf, Frankfurt-Preungesheim, 10 km   | 00:41:27 | 3 M20 |
| 12.11.2023 | 50. Offenbacher Behörden- und Volkswaldlauf, Offenbach, 6 km | 00:22:09 | 1 M20 |

**Tolsdorf, Josh**
**M20**

|            |   |          |        |
|------------|---|----------|--------|
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                    | 00:33:28 | 3 M20  |
| 04.11.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 1. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:33:57 | 2 M20  |
| 10.12.2023 | Malaga Marathon, Malaga, 21,0975 km                         | 01:12:53 | 2 MU23 |

**Unger, Robert**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 12.02.2023 | 45. Halbmarathon der SKV Mörfelden, Mörfelden, 21,0975 km           | 01:11:22 | 1 M30 |
| 18.02.2023 | 37. Frühjahrslauf Groß-Gerau, Groß-Gerau, 10 km                     | 00:32:35 | 1 M40 |
| 12.03.2023 | 48. Bienwald-Marathon Kandel, Kandel, 42,195 km                     | 02:32:17 | 1 M40 |
| 19.03.2023 | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:11:08 | 1 M40 |
| 23.04.2023 | 50. Griesheimer Straßenlauf, Griesheim, 10 km                       | 00:32:56 | 1 M40 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km       | 00:33:03 | 1 M40 |
| 18.05.2023 | 22. HK-Kreisstadt-Lauf, Hofheim, 10 km                              | 00:32:46 | 1 M40 |
| 27.05.2023 | 29. Schwanheimer Pfingstlauf, Frankfurt-Schwanheim, 10 km           | 00:33:02 | 1 M40 |
| 02.06.2023 | 26. Wallauer Mittsommerlauf, Wallau, 10 km                          | 00:32:53 | 1 M40 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:14:21 | 3 M40 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 21,0975 km                | 01:13:24 | 1 M40 |
| 19.08.2023 | BMW Helsinki Marathon, Helsinki, 42,195 km                          | 02:35:16 | 1 M40 |
| 03.09.2023 | 10 km Hessische Meisterschaften, Darmstadt, 10 km                   | 00:33:25 | 2 M40 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km        | 01:14:29 | 1 M40 |
| 23.09.2023 | 31. Rodheimer Volkslauf, Rodheim, 10 km                             | 00:35:07 | 1 M40 |
| 01.10.2023 | 25. Generali Köln Marathon, Köln, 42,195 km                         | 02:28:58 | 1 M40 |

**Uphoff, Tinka**
**W40**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:38:52 | 1 W40 |
|------------|--|----------|-------|

**Vahl, Jochen**
**M70**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 07.05.2023 | 15. wumboR-Lauf, Rödermark, 10 km                           | 01:03:30 | 3 M70 |
| 03.09.2023 | 6. Schneller Heiner by Espresso Ferrarese, Darmstadt, 10 km | 01:00:02 | 2 M70 |

**Velando Escobar, Mauricio**
**M45**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 30 km | 02:20:59 | 2 M45 |
|------------|---|----------|-------|

**Vetter, Tilbert**
**M60**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 19.03.2023 | 40. Syltlauf, Tinum auf Sylt, 33,333 km | 02:41:21 | 1 M60 |
| 13.08.2023 | 32. Karbener Stadtlaf, Karben, 10 km    | 00:42:29 | 1 M60 |
| 27.08.2023 | 11. Lahnparklauf, Wetzlar, 10 km        | 00:40:56 | 1 M60 |
| 10.09.2023 | 20. Nibelungenlauf, Worms, 21,0975 km   | 01:30:10 | 1 M60 |

**Vormwald, Ursula**
**W65**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 18.06.2023 | 10. Eschathlon, Eschborn, 21,0975 km                         | 02:07:25 | 1 W65 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km | 02:09:55 | 1 W65 |

**Warnecke, Hannes**
**MU16**

|            |  |          |        |
|------------|--|----------|--------|
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 5 km | 00:21:24 | 1 MU16 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 5 km                | 00:20:17 | 2 MU16 |

**Weber, Christian**
**M50**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 18.02.2023 | 37. Frühjahrslauf Groß-Gerau, Groß-Gerau, 10 km                    | 00:38:56 | 1 M50 |
| 26.02.2023 | 25. Wallernhäuser Wintercrosslauf, Nidda-Wallernhausen, 21,0975 km | 01:33:43 | 2 M50 |
| 04.03.2023 | 27. Berglauf "Auf die Platte", Wiesbaden, 26 km                    | 02:12:24 | 2 M50 |
| 12.03.2023 | 45. Volkslauf "Rund um den Winterstein", Friedberg, 10 km          | 00:39:06 | 2 M50 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 25 km                 | 01:43:36 | 1 M50 |
| 08.04.2023 | 43. Rotenburger Osterlauf, Rotenburg an der Fulda, 10 km           | 00:40:16 | 1 M50 |
| 15.04.2023 | 13. Polderlauf, Mainz-Laubenheim, 10 km                            | 00:37:35 | 1 M50 |
| 23.04.2023 | 32. SÜWAG-Energie-Feldberglauf, Oberursel, 9,7 km                  | 00:50:50 | 3 M50 |
| 07.05.2023 | 32. Frankfurter Lauf am Riedstadion, Frankfurt-Enkheim, 10 km      | 00:38:59 | 2 M50 |
| 04.06.2023 | Frankfurter Runden 2023, Frankfurt am Main, 20 km                  | 01:24:32 | 1 M50 |
| 30.07.2023 | 45. Hausener Volkswaldlauf, Obertshausen, 10 km                    | 00:39:23 | 3 M50 |
| 10.09.2023 | HM Senioren, Offenbach, 0,8 km                                     | 00:02:28 | 2 M50 |
| 10.09.2023 | HM Senioren, Offenbach, 5 km                                       | 00:18:45 | 1 M50 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km       | 01:25:52 | 2 M50 |
| 15.10.2023 | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km                | 01:23:05 | 2 M50 |

| <b>Wetzenstein, Wiltrud</b> |   | <b>W50</b> |   |     |
|-----------------------------|---|------------|---|-----|
| 18.06.2023                  | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:45:33   | 3 | W50 |
| 17.09.2023                  | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 21,0975 km        | 01:43:27   | 2 | W50 |
| 15.10.2023                  | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km                 | 01:39:46   | 2 | W50 |
| <b>Weyhknecht, Dagmar</b>   |   | <b>W70</b> |   |     |
| 14.01.2023                  | 46. Pohlheimer Limes-Winterlaufserie Lauf 2, Pohlheim, 5 km         | 00:39:04   | 3 | W70 |
| <b>Wiegele, Stefan</b>      |   | <b>M45</b> |   |     |
| 19.03.2023                  | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:12:52   | 1 | M45 |
| <b>Wiegerling, Michael</b>  |   | <b>M30</b> |   |     |
| 18.02.2023                  | 46. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 4, Seligenstadt, 10 km     | 00:33:17   | 1 | M30 |
| 05.03.2023                  | 18. Offenbacher Rosenhöhe-Waldlauf, Offenbach, 10 km                | 00:33:27   | 1 | M30 |
| 19.03.2023                  | 21. Frankfurter Mainova Halbmarathon, Frankfurt am Main, 21,0975 km | 01:11:25   | 1 | M30 |
| 04.06.2023                  | 16. Brunnenfestlauf, Oberursel, 10 km                               | 00:33:30   | 2 | M30 |
| 18.06.2023                  | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km         | 01:12:02   | 1 | M30 |
| 30.06.2023                  | 8. Internationaler Stadtlauf, Saarburg, 10 km                       | 00:33:12   | 1 | M30 |
| 24.08.2023                  | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km                           | 00:15:43   | 1 | M30 |
| 24.09.2023                  | Remich, Luxemburg, ING Route du Vin, 10 km                          | 00:31:52   | 2 | M30 |
| 03.10.2023                  | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 21,0975 km                       | 01:10:14   | 2 | M30 |
| 15.10.2023                  | 30. Offenbacher Mainuferlauf, Offenbach, 21,0975 km                 | 01:10:42   | 1 | M30 |



**Winter, Mona**
**W30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 0,8 km  | 00:02:36 | 1 W30 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 3 km    | 00:11:20 | 1 W30 |
| 05.02.2023 | Hessische Senioren Hallenmeisterschaften 2023, Hanau, 0,4 km  | 00:01:08 | 1 W30 |
| 12.03.2023 | 45. Volkslauf "Rund um den Winterstein", Friedberg, 30 km     | 02:13:01 | 1 W30 |
| 26.03.2023 | 46. Frühjahrslauf der LGV Marathon Gießen, Gießen, 21,0975 km | 01:25:29 | 1 W30 |
| 02.04.2023 | 41. Seligenstädter Wasserlauf, Seligenstadt, 25 km            | 01:44:26 | 1 W30 |
| 08.04.2023 | 75.Paderborner Osterlauf, Paderborn, 21,0975 km               | 01:25:28 | 1 W30 |
| 07.05.2023 | 21. Gutenberg Marathon Mainz, Mainz, 21,0975 km               | 01:30:56 | 2 W30 |
| 03.06.2023 | 17. Heusenstammer Kirchenlauf, Heusenstamm, 16,6 km           | 01:10:17 | 1 W30 |
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km   | 01:26:19 | 1 W30 |
| 05.07.2023 | Pfungstädter Abendsportfest, Pfungstadt, 3 km                 | 00:10:51 | 2 W30 |
| 24.08.2023 | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km                     | 00:20:16 | 2 W30 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 10 km                  | 00:39:18 | 1 W30 |
| 10.09.2023 | Lauf für mehr Zeit, Frankfurt am Main, 5 km                   | 00:18:17 | 1 W30 |
| 01.10.2023 | 20. Aschaffener Halbmarathon, Aschaffenburg, 21,0975 km       | 01:30:37 | 1 W30 |
| 05.11.2023 | Hessische Crosslaufmeisterschaften, Trebur, 4,2 km            | 00:18:17 | 1 W30 |
| 05.11.2023 | 40. Goldbacher Wintercross Lauf 1, Goldbach, 10 km            | 00:46:10 | 1 W30 |
| 12.11.2023 | 40. Goldbacher Wintercross Lauf 2, Goldbach, 10 km            | 00:42:49 | 1 W30 |
| 19.11.2023 | 40. Goldbacher Wintercross Lauf 3, Goldbach, 10 km            | 00:43:48 | 1 W30 |

**Wittig, Jens**
**M45**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 21.05.2023 | 46. Steinberger Wald-Volkslauf, Dietzenbach, 10 km      | 00:42:49 | 3 M45 |
| 24.08.2023 | 9. Bürostadtlauf, Frankfurt am Main, 5 km               | 00:20:00 | 2 M45 |
| 17.09.2023 | 46. Internationaler Hugenottenlauf, Neu-Isenburg, 10 km | 00:46:43 | 3 M45 |
| 03.10.2023 | 4. Rodenbacher Lauftag, Rodenbach, 10 km                | 00:42:27 | 3 M45 |

**Wittmann, Kosha**
**M30**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 28.10.2023 | Weserbergland Backyard Ultra, Höxter-Lütmarsen, 73,766 km | 11:00:00 | 1 M30 |
|------------|---|----------|-------|

**Zein, Laura**
**W20**

|            |  |          |       |
|------------|--|----------|-------|
| 18.06.2023 | Hessische Halbmarathonmeisterschaften, Eschborn, 21,0975 km  | 01:31:19 | 2 W20 |
| 31.12.2023 | 45. Spiridon Mainova Silvesterlauf, Frankfurt am Main, 10 km | 00:39:19 | 2 W20 |

**Zeiss, Michaela**
**W55**

|            |   |          |       |
|------------|---|----------|-------|
| 02.12.2023 | 43. Winterlaufserie Rodgau 2. Lauf, Rodgau-Jügesheim, 10 km | 00:50:41 | 3 W55 |
|------------|---|----------|-------|