

## Jahresbestenlisten im 3.000 Meter lauf des LV-Rheinessen

	Seite
<b>Männer</b>	<b>01</b>
<b>Frauen</b>	<b>03</b>
<b>Männliche Jugend U20</b>	<b>05</b>
<b>Männliche Jugend U20 M19</b>	<b>07</b>
<b>Männliche Jugend U20 M18</b>	<b>07</b>
<b>Weibliche Jugend U20</b>	<b>09</b>
<b>Weibliche Jugend U20 W19</b>	<b>10</b>
<b>Weibliche Jugend U20 W18</b>	<b>11</b>
<b>Männliche Jugend U18</b>	<b>12</b>
<b>Männliche Jugend U18 M17</b>	<b>15</b>
<b>Männliche Jugend U18 M16</b>	<b>17</b>
<b>Weibliche Jugend U18</b>	<b>18</b>
<b>Weibliche Jugend U18 W17</b>	<b>20</b>
<b>Weibliche Jugend U18 W16</b>	<b>20</b>
<b>Männliche Jugend U16 M15</b>	<b>22</b>
<b>Männliche Jugend U16 M14</b>	<b>24</b>
<b>Weibliche Jugend U16 W15</b>	<b>25</b>
<b>Weibliche Jugend U16 W14</b>	<b>26</b>
<b>Männliche Jugend U14 M13</b>	<b>27</b>
<b>Männliche Jugend U14 M12</b>	<b>28</b>
<b>Weibliche Jugend U14 W13</b>	<b>Keine</b>
<b>Weibliche Jugend U14 W12</b>	<b>28</b>
<b>Top Liste Männer</b>	<b>28</b>
<b>Top Liste Frauen</b>	<b>31</b>
<b>Top Liste Männliche Jugend U20</b>	<b>36</b>
<b>Top Liste Weibliche Jugend U20</b>	<b>40</b>
<b>Top Liste Männliche Jugend U18</b>	<b>43</b>
<b>Top Liste Weibliche Jugend U18</b>	<b>47</b>

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinessen im 3.000 Meter Lauf der Männer

7:38,89	Wessinghage, Dr. Thomas	1952	USC Mainz	Di.01.07.1980	Oslo/NOR
7:52,5	Karst, Michael	1952	USC Mainz	Di.20.06.1978	Köln
7:56,6	Hildenbrand, Klaus-Peter	1952	USC Mainz	Di.20.05.1980	Troisdorf
8:01,99	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Fr.18.09.1998	Sonderhausen
8:07,6	Miko, Wolfgang	1958	USC Mainz	Di.20.05.1980	Troisdorf
8:07,80	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Fr.08.06.1984	Mannheim
8:10,2	Stucky, Günter	1947	USC Mainz	So.12.07.1970	München
8:13,9	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Fr.24.06.1977	Ludwigshafen
8:20,0	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Mo.12.06.1978	Raunheim
8:22,0	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	Sa.01.05.1976	Frankfurt
			11.		
8:22,0	Seck, Carlo	1954	USC Mainz	Sa.23.04.1977	Ludwigshafen
8:23,87	Spindler, Michael	1965	USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:24,2	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	Di.15.07.1969	Fulda
8:24,50	Riker, Tobias	1991	TSV Schott Mainz	So.12.05.2013	Pliezhausen
8:24,6	Allmer, Henning	1940	USC Mainz	Sa.14.05.1966	Koblenz
8:25,4	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
8:25,62	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Fr.08.06.1984	Mannheim
8:25,8	Becker, Helmut	1938	USC Mainz	Mi.16.05.1962	Mainz
8:25,8	Schmidt, Helmut	1944	Ingelheimer LG	So.05.09.1965	Neustadt

8:25,92	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz 21.	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:25,8	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Di.24.04.1990	Darmstadt
8:26,01	Verez Sola, Carlos	1977	USC Mainz	Mi.07.06.2000	Pfungstadt
8:25,9	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.13.07.1977	Raunheim
8:27,11	Baumgarten, Markus	1966	DJK-BSC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:29,27	Sarter, Andreas	1967	USC Mainz	Mi.04.06.2003	Pfungstadt
8:30,6	Gosewinkel, Werner	1947	USC Mainz	Mi.28.05.1969	Geseke
8:31,0	Rössel, Arnd	1954	Ingelheimer LG	Do.29.07.1982	Ludwigshafen
8:31,4	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:32,91	Lee, Anthony	1991	TSV Schott Mainz	So.06.05.2012	Pliezhausen
8:34,6	Werner, Rudi		USC Mainz 31.	Mi.16.08.1961	Mainz
8:35,3	Läpple, Gerhard	1952	USC Mainz	Fr.24.06.1977	Ludwigshafen
8:35,8	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:36,12	Stohr, Hubert	1963	USC Mainz	Mi.16.05.1984	Koblenz
8:37,6	Leimbach, Theodor	1949	USC Mainz	Do.09.06.1977	Obersuhl
8:37,7	Weingärtner, Thomas	1967	USC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:38,9	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.29.05.1977	Ludwigshafen
8:39,0	Brantsch, Klaus	1971	USC Mainz	Do.16.05.1991	Mainz
8:39,2	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	Sa.20.07.1963	Trier
8:39,6	Zimmermann, Werner	1941	USC Mainz	So.14.05.1972	Bensheim
8:40,21	Härle, Martin	1967	USC Mainz 41.	Fr.01.05.1987	Ingelheim
8:41,4	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.29.07.1982	Ludwigshafen
8:41,8	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen
8:42,34	Klopp, Andreas	1962	TG 1846 Worms	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:43,00	Stephens, Justin	1966	USC Mainz	Fr.23.06.1995	Meckenheim
8:43,27	Becker, Tim	1970	USC Mainz	Fr.26.08.1994	Troisdorf
8:43,4	Meißner, Jochen	1939	USC Mainz	Di.25.09.1962	Bremerhaven
8:43,4	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	Di.24.04.1990	Darmstadt
8:44,6	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:45,0	Müller, Jürgen	1966	USC Mainz	Do.10.05.1990	Koblenz
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen 51.	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:45,7	Kossorotow, Michael	1959	LC Bingen	Do.19.08.1982	Ludwigshafen
8:45,9	Priebe, Alex	1962	USC Mainz	Di.27.05.1986	Mainz
8:46,1	Hebecker, Jan	1972	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:47,1	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Mi.11.07.1979	Raunheim
8:47,2	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Mi.18.08.1976	Raunheim
8:47,4	Judas, Uwe	1963	USC Mainz	Sa.28.04.1984	Darmstadt
8:47,9	Klag, Paul	1953	USC Mainz	Sa.30.04.1983	Ludwigshafen
8:48,0	Boddenberg, R.	1937	USC Mainz	Do.23.06.1966	Mainz
8:48,75	Süs, Jürgen	1963	USC Mainz	Do.01.05.1986	Ingelheim
8:48,8	Weingärtner, Otto	1947	USC Mainz 61.	Mi.21.09.1966	Hanau
8:49,0	Chladek, Wolfgang	1940	LC Bingen	Fr.05.07.1974	Bingen
8:49,8	Schupp, Heinz	1935	Ingelheimer LG	Di.25.06.1963	Darmstadt
8:49,8	Schleifer, Harald	1942	USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:49,8	Schmitz, Gustav	1937	USC Mainz	Mi.13.09.1967	Hanau
8:49,8	Ulrich, Hermann	1967	SC Lerchenberg	Mi.24.08.1988	Mainz
8:50,8	Bock, Peter	1959	TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:51,03	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfront	Do.01.05.1986	Ingelheim
8:51,2	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Di.22.08.1978	Stuttgart
8:52,4	Fröhlig, Bernd	1948	Ingelheimer LG	Do.23.06.1983	Ludwigshafen
8:52,6	Weitzel, Wilfried	1940	Ingelheimer LG 71.	Sa.24.06.1967	Bingen
8:53,0	Mathes, Norbert	1945	TuS Wendelsheim	So.08.05.1966	Ludwigshafen

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Frauen

8:57,30	Wessinghage, Ellen	1948	USC Mainz	Mi.27.08.1980	Koblenz
9:50,5	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Sa.21.07.1979	Schweinfurt
9:50,95	Hoffmann, Kerstin	1971	USC Mainz	Sa.27.05.2006	Istanbul/TÜR
9:55,8	Leukel, Christiane	1968	USC Mainz	Sa.10.06.1989	Sindelfingen
9:58,05	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.30.05.1987	Weinheim
10:02,7	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.27.09.1981	Ingelheim
10:03,38	Dollmann, Erika	1954	USC Mainz	Sa.11.06.1988	Ludwigshafen
10:11,17	Wicker, Angelika	1959	DJK-BSC Mainz	Mi.02.07.1997	Pfungstadt
10:12,41	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Do.06.08.1992	Ludwigshafen
10:16,57	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Mi.06.07.1994	Pfungstadt
			11.		
10:17,86	Wirsing, Regina	1987	USC Mainz	Mi.04.07.2012	Pfungstadt
10:18,1	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Do.01.09.1988	Ludwigshafen
10:18,89	Schmidt, Heike	1967	DJK-BSC Mainz	So.29.06.1986	Koblenz
10:24,02	Pohl, Anna-Lena	1990	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
10:24,94	Struss, Kathrin	1960	USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
10:25,28	Fischer, Sarah	1976	USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
10:27,4	Gabel, Claudia	1957	USC Mainz	Sa.21.06.1980	Göttingen
10:27,68	Prokopowicz, Bianca	1993	TSV Schott Mainz	So.12.05.2013	Pliezhausen
10:28,7	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:29,3	Dürsch, Hildegard	1960	Ingelheimer LG	Mi.04.08.1982	Ludwigshafen
			21.		
10:30,17	Brückmann, Mechthild	1955	USC Mainz	So.16.05.1982	Ludwigshafen
10:31,27	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	So.19.09.1999	Taiflingen
10:31,4	Wagner, Erika	1954	USC Mainz	Mi.25.05.1977	Ingelheim
10:31,71	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:31,6	Thelen, Karin	1964	TG Worms	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:33,2	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
10:34,8	Kiermeier, Gerhild	1944	USC Mainz	Do.27.06.1974	Mainz
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,60	Staudinger, Anette	1953	USC Mainz	Sa.28.05.1983	Sindelfingen
10:40,71	Kuhlmann, Gaby	1957	USC Mainz	Sa.13.06.1998	Ludwigshafen
			31.		
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:43,50	Huber, Anne	1977	USC Mainz	Sa.22.05.2004	Minden
10:43,72	Renner, Vanessa	1981	USC Mainz	Sa.22.05.2004	Minden
10:44,12	Wittmann, Tanja	1981	USC Mainz	Sa.22.05.2004	Minden
10:44,30	Mayer, Paula	1997	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:44,75	Schmitz, Maren	1992	LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
10:46,5	Schmidt, Inge	1938	USC Mainz	Sa.02.07.1977	Ingelheim
10:47,04	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	Sa.09.06.1990	Recklinghausen
10:47,40	Bühler, Sigrid	1979	USC Mainz	Sa.20.05.2006	Halberstadt
			41.		
10:47,9	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Mi.24.05.2000	Westerburg
10:48,48	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:49,92	Hahn, Andrea	1978	Uni Mainz	Sa.17.06.2000	Stuttgart
10:51,70	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	Mi.01.05.1996	Ingelheim
10:51,8	Fisch, Erika	1937	USC Mainz	So.31.08.1975	Obersuhl
10:53,0	Bellgardt, Sabine	1956	USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
10:53,26	Minden, Friederike	1985	USC Mainz	Sa.19.05.2007	Hannover
10:53,32	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.15.05.1993	Worms
10:53,89	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:53,9	Rössel, Hildegard	1960	LG Rheinfront	Do.08.05.1986	Trier
			51.		
10:55,34	Pieper, Julia	1992	LC Bingen	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
10:55,6	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Do.09.07.1998	Oberwesel
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972	USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier

10:56,6	Pfeifer, Lore	1958 LC Bingen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:56,6	Braun, Sabine	1963 DJK-BSC Mainz	Mi.13.04.1988	Wetzlar
10:59,4	Kalt, Ulrike	1952 USC Mainz	Do.04.06.1981	Koblenz
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,87	Müller, Susanne	1982 USC Mainz 61.	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:03,1	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
11:06,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:08,47	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Do.19.05.1994	Mainz
11:09,19	Martin, Marika	1956 SVT Bechtheim	Di.03.09.1996	Wiesbaden
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:12,1	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Sa.01.07.1978	Ludwigshafen
11:12,4	Schulz, Heike	1966 Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
11:16,99	Jacob, Alexandra	1979 USC Mainz	Mi.27.05.1998	Pfungstadt
11:17,0	Kutzsche, Gabi	1955 Ingelheimer LG	Mi.25.05.1977	Ingelheim
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968 SC Lerchenberg 71.	So.13.10.1985	Ingelheim
11:18,18	Bachmann, Sabine	1983 USC Mainz	Sa.17.05.2008	Saarbrücken
11:18,65	Trostmann, Ulrike	1950 DJK-BSC Mainz	Mi.05.07.1995	Pfungstadt
11:21,0	Kellermann, Evi	1961 USC Mainz	So.10.05.1981	Darmstadt
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:21,7	Steidl, Hannelore	1939 Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
11:22,2	Schmitt, Inge	1938 USC Mainz	So.11.05.1980	Bielefeld
11:22,52	Schuler, Meike	1995 TSV Schott Mainz	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
11:23,4	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim 81.	So.28.09.1980	Ingelheim
11:24,2	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:24,49	Müller, Frieda	1951 LLG Wonnegau	Sa.27.06.1981	Ludwigshafen
11:25,75	Stoltenberg, Jessica	1975 USC Mainz	Sa.13.06.1998	Ludwigshafen
11:25,76	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	Sa.19.06.1982	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:28,61	Sarter, Sabine	1972 USC Mainz	Mi.02.07.2003	Pfungstadt
11:29,5	Klümper, Susi	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:32,2	Zell, Beate	1958 LC Bingen	Do.01.05.1980	Ingelheim
11:33,6	Schmitt, Heike	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz 91.	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:35,6	Kuhne, Martina	1960 USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:35,94	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
11:37,01	Ritschel, Nora	1983 USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
11:38,74	Paulus, Katharina	1986 LC Bingen	Do.05.05.2005	Saulheim
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
11:40,75	Sottmann, Claudia	1981 USC Mainz	Mi.02.07.2003	Pfungstadt
11:41,0	Berg, Ingrid	1943 LLG Wonnegau 101.	Do.18.08.1983	Ludwigshafen
11:41,3	Kordy, Steffi	1969 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,80	Sieben, Hanah	1981 USC Mainz	So.06.06.1999	Landau
11:43,90	Helmer, Christine	1965 TV Bodenheim	So.09.06.1996	Heidesheim
11:43,8	Röper, Koosje	1942 LG Rheinfront	Sa.30.06.1979	Ingelheim
11:44,89	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:45,03	Tentrup, Corinna	1959 Ingelheimer LG	Do.01.05.1986	Ingelheim

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20

8:20,4	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Sa.25.09.1976	Frankfurt
8:21,6	Wessinghage, Thomas	1952	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:29,0	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
8:31,4	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:34,1	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
8:34,39	Baumgarten, Markus	1966	LC Bingen	Fr.16.08.1985	Fulda
8:37,7	Weingärtner, Thomas	1967	USC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:38,91	Verez Sola, Carlos	1977	DJK-BSC Mainz	Sa.07.09.1996	Daun
8:41,4	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:41,8	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen
			11.		
8:42,02	Härle, Martin	1967	USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:42,2	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	Sa.08.09.1973	Aschaffenburg
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:48,8	Weingärtner, Otto	1947	USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:50,8	Bock, Peter	1959	TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:54,8	Gottschy, Roger	1976	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:56,8	Almeroth, Gerd	1953	LG Rheinhessen-Mitte	Fr.31.12.1971	???
8:56,8	Schultz, Peter	1966	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
8:57,46	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	So.22.06.1986	Ingelheim
9:00,1	Stohr, Hubert	1963	USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
			21.		
9:02,40	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.01.07.1984	Koblenz
9:02,66	Augello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.22.06.1991	Koblenz
9:03,9	Klingenmeier, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
9:04,1	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Sa.14.10.1967	Bingen
9:04,1	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Mi.11.07.1979	Raunheim
9:05,03	Comagic, Slobodan	1972	USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
9:05,4	Brockschmidt, Gerhard	1952	TG 46 Worms	Sa.17.10.1970	Heidelberg
9:05,78	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	Sa.10.05.1986	Bensheim
9:08,8	Lutz, Jürgen	1968	DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:08,9	Mohr, Markus	1969	USC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
			31.		
9:09,2	Schick, Armin	1957	TG 46 Worms	Sa.19.04.1975	Bonn
9:09,40	Jeckel, Daniel	1997	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.06.2014	Pfungstadt
9:09,52	Görke, Christoph	1991	USC Mainz	Di.28.04.2009	Darmstadt
9:09,7	Dinges, Stefan	1961	LLG Wonnegau	So.01.07.1979	Ludwigshafen
9:10,5	Kirchey, Thomas	1961	LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:10,8	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:11,41	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	TG 1846 Worms	Do.01.08.1991	Limburgerhof
9:12,0	Reinhardt, Axel	1944	TuS Biebelnheim	Sa.25.05.1963	Worms
9:12,18	Judas, Uwe	1963	USC Mainz	Sa.19.09.1981	Wunstorf
9:12,6	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	So.14.07.1968	Mainz
			41.		
9:13,36	Kimser, Paul	1973	LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:13,4	Kunst, Ernst	1937	TuS 48 Ober-Ingelheim	Fr.05.08.1955	Frankfurt
9:13,84	Adomat, Tim	1989	USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:15,27	Schessler, Andreas	1985	USC Mainz	Mi.04.08.2004	Pfungstadt
9:15,4	Grünberg, Kai-Uwe	1956	Ingelheimer LG	Fr.20.06.1975	Frankfurt
9:16,00	Knobloch, Steffen	1970	Ingelheimer LG	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:16,2	Jüngling, Gunter	1943	TG 46 Worms	So.06.08.1961	Kiel
9:16,51	Germei, Matthias	1974	USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
9:16,4	Vater, Udo	1963	Ingelheimer LG	Di.04.05.1982	Mainz
9:16,6	Krebs, Georg	1950	USC Mainz	Mi.16.07.1969	Bingen
			51.		
9:17,4	Zimmermann, Werner	1941	FSV Mainz 05	Mo.30.03.1959	Paderborn
9:18,14	Steiner, Patrick	1978	TSG Heidesheim	Sa.19.07.1997	Nieder-Olm
9:18,7	Sprenger, Norbert	1969	Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim

9:19,4	Giese, Rainer	1954 TG Worms	Sa.19.05.1973	Bensheim
9:19,6	Aurin, Jürgen	1955 USC Mainz	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:20,0	Werle, Franz Karl	1944 USC Mainz	So.16.09.1962	Würzburg
9:20,3	Schölles, Uwe	1965 ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:21,2	Willig, Volker	1962 USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
9:22,2	Moritz,	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:22,3	Eiermann, Michael	1961 LG Heidesheim/Gau Algesh. 61.	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:22,9	Papenfuß, Mathias	1965 USC Mainz	Sa.28.04.1984	Darmstadt
9:23,6	Edelmann, Benno	1954 USC Mainz	Sa.21.10.1972	Ingelheim
9:23,79	Werner, Axel	1966 LC Bingen	Sa.16.06.1984	Mainz
9:23,8	Hochheiden, Gunar	1953 USC Mainz	So.05.07.1970	Andernach
9:23,95	Riker, Tobias	1991 USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:24,05	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
9:25,2	Renth, Rudolf	1944 Ingelheimer LG	Sa.30.06.1962	Mainz
9:25,44	Al Schehabi, Mohamed	1996 USC Mainz	Sa.17.05.2014	Mannheim
9:25,4	Schätzel, Dirk	1982 USC Mainz	Mi.22.09.1999	Frankfurt
9:26,2	Herzbach, Horst	TuS Heidesheim 71.	Mo.31.12.1951	???
9:26,2	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,4	Diehl, Christoph	1956 TG 46 Worms	Sa.08.06.1974	Worms
9:27,26	Baumgarten, Günter	1969 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:27,49	Ripp, Matthias	1964 SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:27,8	Zell, Ulrich	1961 LC Bingen	Sa.25.08.1979	Mörfelden
9:27,9	Keuper, Wolfgang	1960 LAZ Nieder-Olm	Sa.02.09.1978	Schwetzingen
9:28,6	Härle, Peter	1969 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
9:29,1	Schell, Marcus	1968 DJK-BSC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
9:29,47	Barzen, Erik	1996 TSG Heidesheim	Sa.08.06.2013	Ingelheim
9:29,53	Heinz, Oliver	1973 TV 1846 Alzey 81.	Sa.18.07.1987	Worms
9:30,0	Bender, Rainer	1945 USC Mainz	So.19.05.1963	Schweinfurt
9:30,0	Becker, Stephan	1964 USC Mainz	Sa.08.05.1982	Bensheim
9:30,67	Dollmann, Björn	1980 USC Mainz	So.01.10.1995	Koblenz
9:30,89	Wagner, Lars	1997 USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
9:31,1	Kürten, Andreas	1977 TSG Heidesheim	Di.23.05.1995	Mainz
9:32,26	Reiss, Frank	1979 LAZ Nieder-Olm	Do.05.09.1996	Ludwigshafen
9:32,5	Hellmann, Jochen	1965 USC Mainz	So.15.05.1983	Dormagen
9:32,6	Werle, Stefan	1964 LAZ Nieder-Olm	Di.01.05.1979	Ingelheim
9:32,76	Stimmel, Linus	1996 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:34,4	Euchler, Markus	1967 TSG Pfeddersheim 91.	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:34,93	Wolf, Christian	1968 USC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:35,4	Kappesser, Lothar	1954 LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
9:36,56	Stimmel, Paul	1995 Stimmel Sports e.V.	Sa.18.06.2011	Trier
9:37,0	Grünberg, Jens	1958 Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
9:37,2	Weiß, Ferdi	1936 1860 Mainz	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:37,56	Nowak, Nurman	1988 USC Mainz	Mi.20.09.2006	Trebur
9:37,9	Glatz, Thomas	1966 Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:38,2	Rossel, Michael	1972 LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:39,00	Neu, Heiko	1973 LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:39,0	Schowalter, Klaus	1944 TG 46 Worms 101.	Sa.30.06.1962	Mainz
9:39,30	Stern, Silvio	1966 LC Bingen	Sa.16.06.1984	Mainz
9:39,6	Bingenheimer, Werner.	1950 LG Nierstein-Oppenheim	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,0	Aurin, Werner	1951 USC Mainz	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:41,0	Jäger, Norbert	1962 TG Worms	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Kusserow, Peter	1963 LC Bingen	Mi.13.08.1980	Bingen

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20 M19

8:20,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Sa.25.09.1976	Frankfurt
8:21,6	Wessinghage, Thomas	1952 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:31,4	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:34,1	Eckert, Ralf	1959 TG Worms	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
8:34,39	Baumgarten, Markus	1966 LC Bingen	Fr.16.08.1985	Fulda
8:37,2	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Do.14.07.1983	Ludwigshafen
8:37,7	Weingärtner, Thomas	1967 USC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:38,91	Verez Sola, Carlos	1977 DJK-BSC Mainz	Sa.07.09.1996	Daun
8:41,4	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:41,8	Raabe, Jürgen	1958 TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen
		11.		
8:42,02	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:42,2	Gemünden, Claude von	1954 USC Mainz	Sa.08.09.1973	Aschaffenburg
8:48,8	Weingärtner, Otto	1947 USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:54,8	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:57,0	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	Do.01.06.1972	Stuttgart
8:59,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Di.24.04.1990	Darmstadt
9:00,1	Stohr, Hubert	1963 USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
9:04,1	Zell, Christoph	1960 LC Bingen	Mi.11.07.1979	Raunheim
9:07,84	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
9:08,8	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
		21.		
9:09,14	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Fr.01.05.1987	Ingelheim
9:10,4	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Sa.21.09.1968	Erlangen
9:12,0	Reinhardt, Axel	1944 TuS Biebelnheim	Sa.25.05.1963	Worms
9:15,27	Schessler, Andreas	1985 USC Mainz	Mi.04.08.2004	Pfungstadt
9:15,4	Grünberg, Kay-Uwe	1956 Ingelheimer LG	Fr.20.06.1975	Frankfurt
9:16,00	Knobloch, Steffen	1970 Ingelheimer LG	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:16,4	Vater, Udo	1963 Ingelheimer LG	Di.04.05.1982	Mainz
9:16,6	Krebs, Georg	1950 USC Mainz	Mi.16.07.1969	Bingen
9:17,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Fr.01.05.1992	Ingelheim
9:18,14	Steiner, Patrick	1978 TSG Heidesheim	Sa.19.07.1997	Nieder-Olm
		31.		
9:19,4	Giese, Rainer	1954 TG Worms	Sa.19.05.1973	Bensheim
9:22,9	Papenfuß, Mathias	1965 USC Mainz	Sa.28.04.1984	Darmstadt
9:23,8	Finger, Erwin	1950 TG 46 Worms	Mi.16.07.1969	Bingen
9:25,1	Sprenger, Norbert	1969 Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
9:28,6	Härle, Peter	1969 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20 M18

8:29,0	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
8:32,6	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Sa.20.09.1975	Frankfurt
8:40,6	Verez Sola, Carlos	1977 DJK-BSC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:42,7	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Sa.24.04.1982	Ludwigshafen
8:43,5	Eckert, Ralf	1959 TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:45,43	Weingärtner, Thomas	1967 USC Mainz	Mi.28.08.1985	Koblenz
8:48,2	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Sa.24.04.1976	Frankfurt
8:48,6	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Do.06.08.1987	Schwalbach
8:50,8	Bock, Peter	1959 TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:55,7	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Mi.05.06.1985	Mainz
		11.		
8:56,8	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	Fr.31.12.1971	???
8:57,46	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	So.22.06.1986	Ingelheim
9:02,40	Frankenberger, Harald	1966 ESV Alzey	So.01.07.1984	Koblenz

9:02,66	Augello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.22.06.1991	Koblenz
9:04,1	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Sa.14.10.1967	Bingen
9:05,03	Comagic, Slobodan	1972	USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
9:05,4	Brockschmidt, Gerhard	1952	TG 46 Worms	Sa.17.10.1970	Heidelberg
9:05,78	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	Sa.10.05.1986	Bensheim
9:08,9	Mohr, Markus	1969	USC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:09,2	Schick, Armin	1957	TG 46 Worms 21.	Sa.19.04.1975	Bonn
9:09,52	Görke, Christoph	1991	USC Mainz	Di.28.04.2009	Darmstadt
9:09,7	Dinges, Stefan	1961	LLG Wonnegau	So.01.07.1979	Ludwigshafen
9:10,3	Stohr, Hubert	1963	LAZ Nieder-Olm	Do.06.08.1981	Ludwigshafen
9:11,41	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	TG 1846 Worms	Do.01.08.1991	Limburgerhof
9:12,18	Judas, Uwe	1963	USC Mainz	Sa.19.09.1981	Wunstorf
9:12,6	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	So.14.07.1968	Mainz
9:13,4	Kunst, Ernst	1937	TuS 48 Ober-Ingelheim	Fr.05.08.1955	Frankfurt
9:13,84	Adomat, Tim	1989	USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:16,2	Jüngling, Gunter	1943	TG 46 Worms	So.06.08.1961	Kiel
9:16,51	Germei, Matthias	1974	USC Mainz 31.	So.14.06.1992	Worms
9:17,4	Zimmermann, Werner	1941	FSV Mainz 05	Mo.30.03.1959	Paderborn
9:18,0	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	So.20.08.1972	Köln
9:18,7	Sprenger, Norbert	1969	Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:19,6	Aurin, Jürgen	1955	USC Mainz	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:19,8	Grünberg, Kai-Uwe	1956	Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
9:20,0	Werle, Franz Karl	1944	USC Mainz	So.16.09.1962	Würzburg
9:21,2	Reinhardt, Axel	1944	TuS Biebelnheim	Sa.30.06.1962	Mainz
9:21,2	Willig, Volker	1962	USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
9:23,6	Edelmann, Benno	1954	USC Mainz	Sa.21.10.1972	Ingelheim
9:23,79	Werner, Axel	1966	LC Bingen 41.	Sa.16.06.1984	Mainz
9:24,05	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
9:24,1	Knobloch, Steffen	1970	Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
9:25,2	Renth, Rudolf	1944	Ingelheimer LG	Sa.30.06.1962	Mainz
9:25,44	Al Schehabi, Mohamed	1996	USC Mainz	Sa.17.05.2014	Mannheim
9:26,2	Herzbach, Horst		TuS Heidesheim	Mo.31.12.1951	???
9:26,4	Diehl, Christoph	1956	TG 46 Worms	Sa.08.06.1974	Worms
9:27,18	Piehl, Jochen	1973	TG 1846 Worms	Sa.22.06.1991	Koblenz
9:27,8	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	Sa.25.08.1979	Mörfelden
9:27,9	Keuper, Wolfgang	1960	LAZ Nieder-Olm	Sa.02.09.1978	Schwetzingen
9:29,0	Zell, Christoph	1960	LC Bingen 51.	Sa.02.09.1978	Schwetzingen
9:29,1	Schell, Marcus	1968	DJK-BSC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
9:29,3	Lutz, Jürgen	1968	DJK-BSC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
9:29,4	Hochheiden, Gunar	1953	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:30,0	Bender, Rainer	1945	USC Mainz	So.19.05.1963	Schweinfurt
9:30,0	Becker, Stephan	1964	USC Mainz	Sa.08.05.1982	Bensheim
9:31,1	Kürten, Andreas	1977	TSG Heidesheim	Di.23.05.1995	Mainz
9:32,5	Hellmann, Jochen	1965	USC Mainz	So.15.05.1983	Dormagen
9:34,93	Wolf, Christian	1968	USC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:35,4	Kappesser, Lothar	1954	LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
9:36,0	Giese, Rainer	1954	TG 46 Worms 61.	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
9:37,2	Weiß, Ferdi	1936	1860 Mainz	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:37,56	Nowak, Nurman	1988	USC Mainz	Mi.20.09.2006	Trebur
9:39,0	Schowalter, Klaus	1944	TG 46 Worms	Sa.30.06.1962	Mainz
9:39,30	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	Sa.16.06.1984	Mainz
9:39,6	Bingenheimer, Werner.	1950	LG Nierstein-Oppenheim	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,33	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg	Sa.26.06.1982	Mainz



## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20

9:50,5	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Sa. 21.07.1979	Schweinfurt
10:02,7	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.27.09.1981	Ingelheim
10:12,41	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Do.06.08.1992	Ludwigshafen
10:18,1	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Do.01.09.1988	Ludwigshafen
10:18,89	Schmidt, Heike	1967	DJK-BSC Mainz	So.29.06.1986	Koblenz
10:25,28	Fischer, Sarah	1976	USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
10:31,27	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	So.19.09.1999	Taiflingen
10:31,71	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:31,6	Thelen, Karin	1964	TG Worms	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:33,2	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
			11.		
10:38,6	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,0	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:43,9	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.07.09.1986	Siegen
10:44,30	Mayer, Paula	1997	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:48,48	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:51,70	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	Mi.01.05.1996	Ingelheim
10:53,32	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.15.05.1993	Worms
			21.		
10:53,89	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972	USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968	USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977	USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976	LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,87	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:03,85	Schmitz, Maren	1992	LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:05,82	Pieper, Julia	1992	LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:06,2	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:11,5	Reismann, Melanie	1972	TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
			31.		
11:16,99	Jacob, Alexandra	1979	USC Mainz	Mi.27.05.1998	Pfungstadt
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968	SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:17,6	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:17,8	Bellgardt, Sabine	1956	USC Mainz	Sa.12.07.1975	Frankfurt
11:18,11	Minden, Friederike	1985	USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:18,4	Geiß, Andrea	1958	LC Bingen	Sa.01.10.1977	Ingelheim
11:21,6	Farwig, Anne	1966	TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:22,52	Schuler, Meike	1995	TSV Schott Mainz	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965	USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975	DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
			41.		
11:23,4	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim
11:24,2	Landvogt, Beatrix	1967	TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:24,46	Stein, Julia	1974	DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:25,76	Stieh-Koch, Jutta	1963	LG Rheinfront	Sa.19.06.1982	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980	USC Mainz	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:29,5	Klümper, Susi	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:33,6	Schmitt, Heike	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:34,1	Beck, Sandra	1974	DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:35,6	Kuhne, Martina	1960	USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:35,94	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
			51.		
11:37,01	Ritschel, Nora	1983	USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963	LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972	USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz

11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
11:38,74	Paulus, Katharina	1986 LC Bingen	Do.05.05.2005	Saulheim
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
11:41,3	Kordy, Steffi	1969 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,80	Sieben, Hanah	1981 USC Mainz	So.06.06.1999	Landau
11:44,89	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:48,8	Scholz, Nicole	1971 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
		61.		
11:52,7	Schmelcher, Antje	1968 DJK-BSC Mainz	Sa.24.08.1985	Mainz
11:54,10	Held, Daniela	1979 LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:55,17	Alkan, Ninurta	1986 USC Mainz	Sa.15.06.2002	Polch
11:55,69	Mainka, Phyllis	1995 TV Wahlheim	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
11:59,28	Nagy, Eva	1979 USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen
11:59,2	Henning, Susanne	1971 LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
11:59,35	Müller, Barbara	1982 USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:59,8	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Sa.24.08.1985	Mainz
12:03,7	Krügel, Katharina	1974 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
12:04,1	Ziegler, Bellinda	1965 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
		71.		
12:07,42	Sielemann, Anna-Marlen	1993 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
12:13,0	Weyer, Petra	1964 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:14,96	Weiß, Anja	1980 DJK-BSC Mainz	Di.02.09.1997	Wiesbaden
12:20,9	Gumbel, Marion	1963 LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:25,9	Pfeiffer, Lore	1958 LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
12:27,3	Reitz, Stefanie	1965 LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
12:27,49	Ferrier, Andrea	1970 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
12:29,6	Gabel, Claudia	1957 TV Alzey	Sa.05.10.1974	Ingelheim
12:29,6	Flohr, Petra	1965 LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
12:30,09	Holz, Katja	1978 TG 1846 Worms	Sa.15.05.1993	Worms
		81.		
12:33,82	Rinne, Sandra	1979 USC Mainz	Sa.22.08.1998	Schwetzingen
12:33,9	Gein, Sylvia	1963 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
12:35,93	Oehl, Hannah	1995 USC Mainz	Sa.17.05.2014	Mannheim
12:37,3	Ruggenthaler, Isabelle	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
12:42,0	Horst, Erika	1965 LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:49,5	Müller, Silke	1967 LG Wahlheim-Esselborn	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:49,7	Rogge, Nadine	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
12:51,77	Nubbemeyer, Britta	1993 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
12:53,2	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
12:54,62	Staus, Mikerlange	1998 LC Bingen	Do.09.05.2013	Bingen
		91.		
12:59,93	Hüll, Christina	1988 TG Worms	Do.05.05.2005	Saulheim
13:00,0	Engelmann, Uta	1968 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
13:03,4	Zahn, Heike	1968 USC Mainz	Sa.30.04.1983	Mainz
13:04,4	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:04,7	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:11,8	Weis, Sabine	1968 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:12,2	Held, Sabine	1971 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20 W19

9:50,5	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Sa.21.07.1979	Schweinfurt
10:02,7	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.27.09.1981	Ingelheim
10:18,89	Schmidt, Heike	1967 DJK-BSC Mainz	So.29.06.1986	Koblenz
10:39,0	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:39,59	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
10:43,9	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	So.07.09.1986	Siegen

10:51,70	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	Mi.01.05.1996	Ingelheim
10:53,32	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.15.05.1993	Worms
10:56,49	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:03,85	Schmitz, Maren	1992	LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
			11.		
11:05,82	Pieper, Julia	1992	LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:16,99	Jacob, Alexandra	1979	USC Mainz	Mi.27.05.1998	Pfungstadt
11:17,8	Bellgardt, Sabine	1956	USC Mainz	Sa.12.07.1975	Frankfurt
11:18,4	Geiß, Andrea	1958	LC Bingen	Sa.01.10.1977	Ingelheim
11:23,68	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Sa.30.05.1987	Weinheim
11:25,76	Stieh-Koch, Jutta	1963	LG Rheinfront	Sa.19.06.1982	Ingelheim
11:35,94	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
11:38,74	Paulus, Katharina	1986	LC Bingen	Do.05.05.2005	Saulheim
11:38,6	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:43,7	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.09.1988	Ingelheim
			21.		
11:46,9	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.27.09.1981	Ingelheim
11:48,8	Scholz, Nicole	1971	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:59,28	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen
12:18,0	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	Mi.24.06.1998	Eich
12:23,33	Müller, Barbara	1982	USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
12:25,10	Schupp, Elsa	1976	LG SV/TV Gau-Algesheim	So.07.05.1995	Worms
12:33,82	Rinne, Sandra	1979	USC Mainz	Sa.22.08.1998	Schwetzingen
12:35,93	Oehl, Hannah	1995	USC Mainz	Sa.17.05.2014	Mannheim

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20 W18

10:08,4	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Do.17.08.1978	Ludwigshafen
10:12,41	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Do.06.08.1992	Ludwigshafen
10:14,7	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:18,1	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Do.01.09.1988	Ludwigshafen
10:22,81	Schmidt, Heike	1967	DJK-BSC Mainz	Sa.06.07.1985	Ingelheim
10:31,27	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	So.19.09.1999	Taiflingen
10:31,6	Thelen, Karin	1964	TG Worms	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:33,2	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
10:38,6	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
10:48,48	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
			11.		
10:53,9	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:02,87	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:06,1	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Do.08.05.1986	Trier
11:06,2	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:17,6	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:20,8	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:22,2	Geiß, Andrea	1958	LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
11:22,52	Schuler, Meike	1995	TSV Schott Mainz	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
11:23,4	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim
11:24,2	Landvogt, Beatrix	1967	TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
			21.		
11:28,03	Stein, Julia	1974	DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
11:29,5	Klümper, Susi	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:33,6	Schmitt, Heike	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:35,6	Kuhne, Martina	1960	USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:35,85	Jacob, Alexandra	1979	USC Mainz	Mi.02.07.1997	Pfungstadt
11:38,8	Stieh-Koch, Jutta	1963	LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
11:41,80	Sieben, Hanah	1981	USC Mainz	So.06.06.1999	Landau
11:49,59	Scholz, Nicole	1971	USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen

11:50,6	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
11:51,66	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim 31.	So.14.06.1992	Worms
11:52,92	Schmitz, Maren	1992 LC Bingen	Sa.24.04.2010	Bad Dürkheim
11:58,41	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	Do.13.05.2010	Mannheim
11:59,35	Müller, Barbara	1982 USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
12:04,60	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.03.07.1983	Ingelheim
12:07,42	Sielemann, Anna-Marlen	1993 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
12:08,4	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
12:11,18	Brand, Silke	1977 SC Lerchenberg	So.07.05.1995	Worms
12:13,0	Weyer, Petra	1964 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:25,9	Pfeiffer, Lore	1958 LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
12:27,6	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein 41.	Mi.25.06.1997	Eich
12:33,9	Gein, Sylvia	1963 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
12:36,58	Rinne, Sandra	1979 USC Mainz	Sa.14.06.1997	Betzdorf
12:36,99	Mainka, Phyllis	1995 TV Wahlheim	Sa.22.06.2013	Landau
12:51,77	Nubbemeyer, Britta	1993 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
13:11,8	Weis, Sabine	1968 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U18

8:43,2	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	So.26.04.1981	Rimbach
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:50,3	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Mi.27.05.1981	Mainz
8:53,51	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.11.06.1986	Koblenz
8:55,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Fr.19.07.1974	Gelsenkirchen
8:56,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
9:01,8	Weingärtner, Thomas	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.07.10.1984	Wiesbaden
9:02,29	Verez Sola, Carlos	1977 DJK Nieder-Olm	Sa.24.09.1994	Pfungstadt
9:02,2	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
9:03,9	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau 11.	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
9:05,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.19.04.1975	Bonn
9:05,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Do.29.05.1975	Frankfurt
9:06,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.16.06.1990	Limburgerhof
9:09,40	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.06.2014	Pfungstadt
9:09,6	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
9:10,40	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Sa.24.04.1993	Schweinfurt
9:10,5	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:10,8	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:12,1	Wallerbrunn, Thomas v.	1973 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
9:13,36	Kimser, Paul	1973 LC Bingen 21.	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:13,5	Judas, Uwe	1963 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:17,4	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Mo.12.06.1989	Mainz
9:20,3	Schölles, Uwe	1965 ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:20,4	Grünberg, Kai-Uwe	1956 Ingelheimer LG	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:20,8	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	So.05.07.1970	Andernach
9:21,26	Adomat, Tim	1989 USC Mainz	Do.17.08.2006	Bergisch-Gladbach
9:21,8	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Do.27.06.1985	Mainz
9:22,2	Moritz,	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:22,3	Eiermann, Michael	1961 LG Heidesheim/Gau Algesh.	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:23,4	Gemünden, Claude von	1954 USC Mainz 31.	Fr.31.12.1971	???
9:23,8	Hochheiden, Gunar	1953 USC Mainz	So.05.07.1970	Andernach
9:23,95	Riker, Tobias	1991 USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden

9:24,4	Knobloch, Steffen	1970	Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:25,4	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	Mi.22.09.1999	Frankfurt
9:26,2	Patschke, Thomas	1964	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,53	Görke, Christoph	1991	USC Mainz	Mi.06.09.2006	Pfungstadt
9:26,7	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Di.11.10.1966	Bingen
9:27,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:27,26	Baumgarten, Günter	1969	DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:27,49	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg 41.	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:29,47	Barzen, Erik	1996	TSG Heidesheim	Sa.08.06.2013	Ingelheim
9:29,53	Heinz, Oliver	1973	TV 1846 Alzey	Sa.18.07.1987	Worms
9:30,2	Stohr, Hubert	1963	LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:30,67	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz	So.01.10.1995	Koblenz
9:30,89	Wagner, Lars	1997	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
9:32,26	Reiss, Frank	1979	LAZ Nieder-Olm	Do.05.09.1996	Ludwigshafen
9:32,2	Bock, Peter	1959	TG 46 Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
9:32,6	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm	Di.01.05.1979	Ingelheim
9:32,76	Stimmel, Linus	1996	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:32,8	Vater, Udo	1963	USC Mainz 51.	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:34,4	Euchler, Markus	1967	TSG Pfeddersheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:35,6	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
9:36,0	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	So.04.06.1967	Worms
9:36,2	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	Do.18.06.1987	Mainz
9:36,56	Stimmel, Paul	1995	Stimmel Sports e.V.	Sa.18.06.2011	Trier
9:37,0	Grünberg, Jens	1958	Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
9:37,9	Glatz, Thomas	1966	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:38,2	Rossel, Michael	1972	LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:39,00	Neu, Heiko	1973	LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:39,0	Bender, Rainer	1945	USC Mainz 61.	Sa.30.06.1962	Mainz
9:40,0	Aurin, Werner	1951	USC Mainz	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,4	Keuper, Wolfgang	1960	LAZ Nieder-Olm	So.10.07.1977	Ludwigshafen
9:40,9	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Jäger, Norbert	1962	TG Worms	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	Mi.13.08.1980	Bingen
9:41,36	Eckenfels, Magnus	1996	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:42,10	Leutheuser, Michael	1973	USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
9:42,7	Förster, Michael	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:43,07	Kürten, Andreas	1977	TSG 1848 Heidesheim	Mi.30.06.1993	Heimbachtal
9:43,34	Kamya, Benjamin	1980	USC Mainz 71.	Sa.19.07.1997	Nieder-Olm
9:43,8	Klostermann, Ansgar	1970	USC Mainz	Do.28.05.1987	Mainz
9:44,4	Steingötter, K.	1937	TG 61 Gonsenheim	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:44,61	Becker, Stephan	1964	USC Mainz	So.20.09.1981	Wunstorf
9:44,6	Ruthsatz,	1954	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:44,6	Wolf, Christian	1968	USC Mainz	So.12.05.1985	Dormagen
9:45,5	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:46,3	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:46,6	Kunst, Ernst	1937	TuS 48 Ober-Ingelheim	So.20.06.1954	Gonsenheim
9:46,85	Hofmann, Paul	1992	USC Mainz	Sa.14.06.2008	Trier
9:46,8	Frey, Wolfgang	1957	LC Bingen 81.	Do.04.07.1974	Bingen
9:48,1	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:48,2	Aurin, Jürgen	1955	USC Mainz	So.09.07.1972	Nieder-Olm
9:48,4	Krollmann, Rupertus	1950	Hassia Bingen	So.23.07.1967	Baden-Baden
9:48,86	Rieth, Michael	1969	LC Bingen	Sa.21.09.1985	Mainz
9:48,8	Hessel, Andreas	1959	Ingelheimer LG	Sa.24.04.1976	Bingen
9:51,0	Renth, Rudolf	1944	TG Schwabenheim	So.02.07.1961	Mainz
9:51,0	Giese, Rainer	1954	TG Osthofen	Fr.31.12.1971	???
9:51,0	Kirchner, Bernd	1961	LAG Rheintal	Sa.01.10.1977	Ingelheim
9:52,0	Galle, Winfried	1965	TuS Monzernheim	So.27.09.1981	Ingelheim

9:52,8	Gartmann, Markus	1972 LG Altrhein 91.	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:54,2	Jung, Stefan	1970 TSG Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
9:55,04	Szidat, Hans-Peter	1966 LG Altrhein	So.19.06.1983	Mainz
9:55,5	Espenschied, Sascha	1971 TuS Wöllstein	So.28.09.1986	Ingelheim
9:55,72	Härle, Peter	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
9:55,6	Noll, Rolf	1939 TG 48 Osthofen	So.07.10.1956	Wörrstadt
9:56,0	Wennemann, D.	1948 TV 46 Alzey	Sa.03.07.1965	Worms
9:56,0	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	So.23.09.1984	Mainz
9:56,2	Nöhrbaß, Karl-Heinz	1961 LAZ Nieder Olm	Mi.09.06.1976	Nieder-Olm
9:56,4	Kübler, Erwin	1939 TG 47 Ingelheim	So.30.09.1956	Bad Kreuznach
9:56,55	Böckers, Tim	1977 USC Mainz 101.	So.20.09.1992	Karlsdorf
9:56,9	Papenfuß, Mathias	1965 USC Mainz	So.02.05.1982	Mainz
9:57,0	Holzberger, Bernd	1951 Hassia Bingen	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:57,39	Hillesheim, Frank	1970 TSG 1848 Heidesheim	Sa.31.05.1986	Ingelheim
9:57,4	Tausend, Jan	1974 LG Altrhein	Do.03.08.1989	Ludwigshafen
9:57,8	Noll, Franz	1939 TG 48 Osthofen	So.01.07.1956	Worms
9:58,60	Bolinski, Sascha	1973 LG Altrhein	Sa.02.07.1988	Ludwigshafen
9:59,13	Wilhelm, Tobias	1989 USC Mainz	So.12.06.2005	Saulheim
9:59,50	Grieb, Daniel	1994 LC Bingen	Sa.24.04.2010	Bad Dürkheim
9:59,5	Kreusch, Ricco	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:59,7	Schellenbeck, Uwe	1970 SC Lerchenberg 111.	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:59,8	Luckas, Norbert	1941 SG 96 Mainz	So.22.06.1958	Mainz
9:59,8	Daub, Jürgen	1955 LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
10:00,11	Mölich, Jürgen	1970 TSG 1848 Heidesheim	So.22.06.1986	Ingelheim
10:00,20	Belitz, Christoph	1981 USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen
10:00,52	Mohr, Markus	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
10:00,97	Voye, Oliver	1975 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.13.09.1992	Koblenz
10:00,9	Gerlach, Raphael	1968 SC Lerchenberg	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:01,24	Nowak, Nurman	1988 USC Mainz	So.12.06.2005	Saulheim
10:01,5	Betsche, Alexander	1965 USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
10:01,6	Lunk, Manfred	1944 USC Mainz 121.	Sa.27.05.1961	Worms
10:01,6	Sachse, Martin	1971 LG Rheinfront	Sa.16.05.1987	Mainz
10:01,8	Krebs, Georg	1950 USC Mainz	So.14.05.1967	Leverkusen
10:02,2	Rensch, Peter	1937 Polizei SV Mainz	So.25.07.1954	Kirn
10:02,3	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Do.11.07.1985	Mainz
10:02,50	Klein, Heiko	1977 TG 1846 Worms	So.27.09.1992	Darmstadt
10:03,30	Repovs, Gabriel	1999 TSG Heidesheim	Sa.02.08.2014	Augsburg
10:03,46	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:04,3	Denschlag, Robert	1972 TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
10:04,6	Köhler, Michael	1969 LG Rheinfront	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:05,0	Schmitt, H. Rud.	1948 FV Hassia Bingen 131.	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:05,6	Scherzinger, B.	1948 SV 10 Gau-Algesheim	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:06,78	Chromik, Michael	1986 TGS Gonsenheim	Mi.16.07.2003	Bingen
10:06,7	Luckas, Carsten	1972 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
10:07,13	Günther, Christian	1981 USC Mainz	Sa.06.06.1998	Mainz
10:07,0	Hallebach, Peter	1964 LC Bingen	Do.01.05.1980	Ingelheim
10:07,5	Liese, Lutz	1978 USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
10:07,9	Weiler, Torsten	1968 LLG Wonnegau	Mi.03.07.1985	Eich
10:08,0	Sprenger, Norbert	1969 Ingelheimer LG	Do.03.07.1986	Mainz
10:08,0	Gombert, Christian	1976 SG 1926 Spiesheim	So.20.06.1993	Spiesheim
10:08,3	Leicht, Wolfgang	1967 USC Mainz 141.	So.15.05.1983	Dormagen
10:09,2	Kost, Fritz	1950 TuS Horrweiler	So.04.06.1967	Ingelheim
10:09,38	Gehring, Thorsten	1979 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.05.05.1996	Worms
10:10,2	Schütz, Rolf	1941 SG 96 Mainz	So.14.09.1958	Wörrstadt
10:10,4	Schmitt, Frank	1976 TG 1846 Worms	Mi.03.06.1992	Eich
10:10,5	Büchel, Daniel	1973 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.26.08.1990	Ingelheim

10:10,6	Kirrmeier, Arno	1946 TG 46 Worms	Sa.25.05.1963	Worms
10:10,6	Brunswig, Hans	1949 USC Mainz	Sa.25.06.1966	Ingelheim
10:11,22	Straschewski, Daniel	1984 USC Mainz	So.13.06.1999	Mainz

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U18 M17

8:43,2	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	So.26.04.1981	Rimbach
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:50,3	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Mi.27.05.1981	Mainz
8:53,51	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.11.06.1986	Koblenz
8:55,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Fr.19.07.1974	Gelsenkirchen
8:56,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
9:01,8	Weingärtner, Thomas	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.07.10.1984	Wiesbaden
9:02,29	Verez Sola, Carlos	1977 DJK Nieder-Olm	Sa.24.09.1994	Pfungstadt
9:02,2	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
9:05,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Do.29.05.1975	Frankfurt
		11.		
9:06,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.16.06.1990	Limburgerhof
9:09,40	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.06.2014	Pfungstadt
9:09,6	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
9:10,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
9:10,40	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Sa.24.04.1993	Schweinfurt
9:10,5	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:12,1	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.06.1980	Mainz
9:13,5	Judas, Uwe	1963 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:17,4	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Mo.12.06.1989	Mainz
9:20,4	Grünberg, Kai-Uwe	1956 Ingelheimer LG	Sa.06.10.1973	Ingelheim
		21.		
9:20,8	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	So.05.07.1970	Andernach
9:21,26	Adomat, Tim	1989 USC Mainz	Do.17.08.2006	Bergisch-Gladbach
9:21,8	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Do.27.06.1985	Mainz
9:22,2	Moritz,	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:22,3	Eiermann, Michael	1961 LG Heidesheim/Gau Alghesh.	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:23,4	Gemünden, Claude von	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:23,8	Hochheiden, Gunar	1953 USC Mainz	So.05.07.1970	Andernach
9:24,0	Schölles, Uwe	1965 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:24,4	Knobloch, Steffen	1970 Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:25,4	Schätzkel, Dirk	1982 USC Mainz	Mi.22.09.1999	Frankfurt
		31.		
9:26,7	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Di.11.10.1966	Bingen
9:27,26	Baumgarten, Günter	1969 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:27,49	Ripp, Matthias	1964 SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:28,28	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:29,47	Barzen, Erik	1996 TSG Heidesheim	Sa.08.06.2013	Ingelheim
9:30,89	Wagner, Lars	1997 USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
9:32,26	Reiss, Frank	1979 LAZ Nieder-Olm	Do.05.09.1996	Ludwigshafen
9:32,2	Bock, Peter	1959 TG 46 Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
9:32,76	Stimmel, Linus	1996 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:32,8	Vater, Udo	1963 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
		41.		
9:35,23	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:36,0	Finger, Erwin	1950 TG 46 Worms	So.04.06.1967	Worms
9:37,0	Grünberg, Jens	1958 Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
9:38,2	Rossel, Michael	1972 LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:38,63	Wallerbrunn, Thomas v.	1973 LG Altrhein	So.09.09.1990	Saarbrücken
9:39,00	Neu, Heiko	1973 LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:39,0	Bender, Rainer	1945 USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz

9:40,0	Aurin, Werner	1951 USC Mainz	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,4	Keuper, Wolfgang	1960 LAZ Nieder-Olm	So.10.07.1977	Ludwigshafen
9:41,0	Kusserow, Peter	1963 LC Bingen	Mi.13.08.1980	Bingen
9:41,36	Eckenfels, Magnus	1996 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:42,10	Leutheuser, Michael	1973 USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
9:43,34	Kamya, Benjamin	1980 USC Mainz	Sa.19.07.1997	Nieder-Olm
9:43,8	Klostermann, Ansgar	1970 USC Mainz	Do.28.05.1987	Mainz
9:44,4	Steingötter, K.	1937 TG 61 Gonsenheim	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:44,61	Becker, Stephan	1964 USC Mainz	So.20.09.1981	Wunstorf
9:44,6	Ruthsatz,	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:44,6	Wolf, Christian	1968 USC Mainz	So.12.05.1985	Dormagen
9:45,5	Zell, Christoph	1960 LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:46,6	Kunst, Ernst	1937 TuS 48 Ober-Ingelheim	So.20.06.1954	Gonsenheim
9:46,7	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	Sa.28.05.1988	Mainz
9:46,8	Frey, Wolfgang	1957 LC Bingen	Do.04.07.1974	Bingen
9:48,2	Aurin, Jürgen	1955 USC Mainz	So.09.07.1972	Nieder-Olm
9:48,4	Krollmann, Rupertus	1950 Hassia Bingen	So.23.07.1967	Baden-Baden
9:48,8	Heusel, Andreas	1959 Ingelheimer LG	Sa.24.04.1976	Bingen
9:49,9	Frankenberger, Harald	1966 ESV Alzey	Do.15.09.1983	Weinheim
9:51,0	Renth, Rudolf	1944 TG Schwabenheim	So.02.07.1961	Mainz
9:51,0	Giese, Rainer	1954 TG Osthofen	Fr.31.12.1971	???
9:55,04	Szidat, Hans-Peter	1966 LG Altrhein	So.19.06.1983	Mainz
9:55,33	Kürten, Andreas	1977 TSG 1848 Heidesheim	So.11.09.1994	Nieder-Olm
9:55,6	Noll, Rolf	1939 TG 48 Osthofen	So.07.10.1956	Wörrstadt
9:56,0	Wennemann, D.	1948 TV 46 Alzey	Sa.03.07.1965	Worms
9:56,4	Kübler, Erwin	1939 TG 47 Ingelheim	So.30.09.1956	Bad Kreuznach
9:56,9	Papenfuß, Mathias	1965 USC Mainz	So.02.05.1982	Mainz
9:57,0	Holzberger, Bernd	1951 Hassia Bingen	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:57,8	Noll, Franz	1939 TG 48 Osthofen	So.01.07.1956	Worms
9:59,5	Kreusch, Ricco	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:59,8	Luckas, Norbert	1941 SG 96 Mainz	So.22.06.1958	Mainz
9:59,8	Daub, Jürgen	1955 LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
10:00,20	Belitz, Christoph	1981 USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen
10:00,97	Voye, Oliver	1975 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.13.09.1992	Koblenz
10:01,24	Nowak, Nurman	1988 USC Mainz	So.12.06.2005	Saulheim
10:01,6	Lunk, Manfred	1944 USC Mainz	Sa.27.05.1961	Worms
10:01,8	Krebs, Georg	1950 USC Mainz	So.14.05.1967	Leverkusen
10:02,2	Rensch, Peter	1937 Polizei SV Mainz	So.25.07.1954	Kirn
10:02,3	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Do.11.07.1985	Mainz
10:02,53	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	Sa.15.06.1985	Mainz
10:03,46	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:04,6	Köhler, Michael	1969 LG Rheinfront	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:04,9	Sachse, Martin	1971 LG Rheinfront	So.26.06.1988	Worms
10:05,0	Schmitt, H. Rud.	1948 FV Hassia Bingen	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:05,6	Scherzinger, B.	1948 SV 10 Gau-Algesheim	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:05,8	Stern, Silvio	1966 LC Bingen	Do.18.08.1983	Ludwigshafen
10:06,78	Chromik, Michael	1986 TGS Gonsenheim	Mi.16.07.2003	Bingen
10:06,7	Luckas, Carsten	1972 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
10:07,13	Günther, Christian	1981 USC Mainz	Sa.06.06.1998	Mainz
10:07,5	Liese, Lutz	1978 USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
10:07,9	Weiler, Torsten	1968 LLG Wonnegau	Mi.03.07.1985	Eich
10:08,0	Sprenger, Norbert	1969 Ingelheimer LG	Do.03.07.1986	Mainz
10:08,0	Gombert, Christian	1976 SG 1926 Spiesheim	So.20.06.1993	Spiesheim
10:09,2	Kost, Fritz	1950 TuS Horrweiler	So.04.06.1967	Ingelheim
10:09,38	Gehring, Thorsten	1979 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.05.05.1996	Worms
10:10,2	Schütz, Rolf	1941 SG 96 Mainz	So.14.09.1958	Wörrstadt



10:10,5	Büchel, Daniel	1973 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.26.08.1990	Ingelheim
10:10,6	Kirrmeier, Arno	1946 TG 46 Worms	Sa.25.05.1963	Worms
10:10,6	Brunswig, Hans	1949 USC Mainz	Sa.25.06.1966	Ingelheim

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U18 M16

8:51,1	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.21.09.1980	Dortmund
9:03,64	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	So.13.09.1987	Worms
9:03,9	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
9:04,4	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.22.05.1985	Koblenz
9:05,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.19.04.1975	Bonn
9:10,8	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:11,4	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.26.06.1980	Mainz
9:12,1	Wallersbrunn, Thomas v.	1973 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
9:13,36	Kimser, Paul	1973 LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:14,8	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
		11.		
9:14,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:16,0	Verez Sola, Carlos	1977 TG 1890 Wallertheim	Do.23.09.1993	Frankfurt
9:17,5	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:18,7	Weingärtner, Thomas	1967 TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:20,3	Schölles, Uwe	1965 ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:21,8	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	So.23.09.1984	Mainz
9:22,55	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Sa.29.06.2013	Regensburg
9:22,61	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:23,95	Riker, Tobias	1991 USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:25,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	So.21.07.1974	Bellheim
		21.		
9:26,2	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:30,2	Frankenberger, Harald	1966 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:31,8	Ripp, Matthias	1964 SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:34,4	Euchler, Markus	1967 TSG Pfeddersheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:35,48	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	So.16.09.1984	Bad Bergzabern
9:36,2	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	Do.18.06.1987	Mainz
9:36,56	Stimmel, Paul	1995 Stimmel Sports e.V.	Sa.18.06.2011	Trier
9:37,9	Glatz, Thomas	1966 Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:38,21	Dollmann, Björn	1980 USC Mainz	So.09.06.1996	Zweibrücken
9:39,3	Schätzkel, Dirk	1982 USC Mainz	Mi.30.09.1998	Frankfurt
		31.		
9:40,4	Werle, Stefan	1964 LAZ Nieder-Olm	Do.01.05.1980	Ingelheim
9:40,9	Zell, Ulrich	1961 LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:43,07	Kürten, Andreas	1977 TSG 1848 Heidesheim	Mi.30.06.1993	Heimbachtal
9:43,4	Eiermann, Michael	1961 LG gau Algesheim Heiden.	Sa.01.10.1977	Ingelheim
9:43,6	Stohr, Hubert	1963 LAZ Nieder-Olm	So.01.07.1979	Ludwigshafen
9:43,9	Kusserow, Peter	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
9:45,2	Förster, Michael	1966 ESV Alzey	So.25.04.1982	Bingen
9:46,3	Gerlach, Daniel	1965 SC Lerchenberg	So.27.09.1981	Ingelheim
9:46,85	Hofmann, Paul	1992 USC Mainz	Sa.14.06.2008	Trier
9:47,8	Grünberg, Jens	1958 Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
		41.		
9:48,86	Rieth, Michael	1969 LC Bingen	Sa.21.09.1985	Mainz
9:50,65	Reiss, Frank	1979 LAZ Nieder-Olm	Mi.06.09.1995	Pfungstadt
9:50,7	Werner, Axel	1966 LC Bingen	So.25.04.1982	Bingen
9:51,0	Kirchner, Bernd	1961 LAG Rheintal	Sa.01.10.1977	Ingelheim
9:51,5	Wolf, Christian	1968 Ingelheimer LG	Sa.08.09.1984	Ingelheim
9:52,0	Galle, Winfried	1965 TuS Monzernheim	So.27.09.1981	Ingelheim
9:52,8	Gartmann, Markus	1972 LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen

9:54,6	Becker, Stephan	1964 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:55,72	Härle, Peter	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
9:56,0	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG 51.	So.23.09.1984	Mainz
9:56,4	Zell, Christoph	1960 LC Bingen	So.22.08.1976	Brühl
9:57,39	Hillesheim, Frank	1970 TSG 1848 Heidesheim	Sa.31.05.1986	Ingelheim
9:59,13	Wilhelm, Tobias	1989 USC Mainz	So.12.06.2005	Saulheim
9:59,50	Grieb, Daniel	1994 LC Bingen	Sa.24.04.2010	Bad Dürkheim
9:59,7	Rossel, Michael	1972 LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
10:00,11	Mölich, Jürgen	1970 TSG 1848 Heidesheim	So.22.06.1986	Ingelheim
10:00,52	Mohr, Markus	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
10:01,6	Sachse, Martin	1971 LG Rheinfront	Sa.16.05.1987	Mainz
10:03,09	Baumgarten, Günter	1969 LC Bingen	Sa.21.09.1985	Mainz
10:07,0	Hallebach, Peter	1964 LC Bingen 61.	Do.01.05.1980	Ingelheim
10:08,06	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
10:08,3	Leicht, Wolfgang	1967 USC Mainz	So.15.05.1983	Dormagen
10:10,4	Schmitt, Frank	1976 TG 1846 Worms	Mi.03.06.1992	Eich

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U18

10:19,15	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.24.06.1989	Ingelheim
10:25,28	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
10:30,9	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:31,71	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:34,7	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Fr.01.07.1977	Ingelheim
10:36,2	Thelen, Karin	1964 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:40,3	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim 11.	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:44,30	Mayer, Paula	1997 USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:50,50	Peters, Wiebke	1981 USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
10:53,89	Walter, Cora	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier
10:56,19	Klumb, Karolin	1996 USC Mainz	Sa.08.06.2013	Ingelheim
10:56,59	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	So.23.08.1987	Ebensee
10:58,4	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Do.23.09.1982	Bensheim
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:00,5	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Sa.16.05.1987	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977 USC Mainz 21.	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:08,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968 SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:17,3	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Mi.19.04.1989	Pfungstadt
11:18,11	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
11:24,46	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz 31.	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:33,07	Schmidt, Heike	1967 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
11:33,4	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz

11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:35,7	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
11:36,3	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,01	Ritschel, Nora	1983 USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
		41.		
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
11:40,61	Brand, Silke	1977 SC Lerchenberg	So.11.09.1994	Nieder-Olm
11:41,3	Kordy, Steffi	1969 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,81	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
11:44,89	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:45,05	Schuler, Meike	1995 LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
11:52,7	Schmelcher, Antje	1968 DJK-BSC Mainz	Sa.24.08.1985	Mainz
11:54,10	Held, Daniela	1979 LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:54,31	Müller, Susanne	1982 USC Mainz	Mi.25.08.1999	Pfungstadt
11:55,17	Alkan, Ninurta	1986 USC Mainz	Sa.15.06.2002	Polch
		51.		
11:55,2	Klümper, Susi	1965 SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
11:55,69	Mainka, Phyllis	1995 TV Wahlheim	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
11:59,2	Henning, Susanne	1971 LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
11:59,8	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Sa.24.08.1985	Mainz
12:03,7	Krügel, Katharina	1974 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
12:04,1	Ziegler, Bellinda	1965 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:14,96	Weiß, Anja	1980 DJK-BSC Mainz	Di.02.09.1997	Wiesbaden
12:16,2	Kuhne, Martina	1960 USC Mainz	Sa.30.04.1977	Ludwigshafen
12:19,58	Sielemann, Anna-Marlen	1993 USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
12:20,9	Gumbel, Marion	1963 LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
		61.		
12:27,3	Reitz, Stefanie	1965 LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
12:27,49	Ferrier, Andrea	1970 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
12:29,6	Gabel, Claudia	1957 TV Alzey	Sa.05.10.1974	Ingelheim
12:29,6	Flohr, Petra	1965 LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
12:30,09	Holz, Katja	1978 TG 1846 Worms	Sa.15.05.1993	Worms
12:37,3	Ruggenthaler, Isabelle	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
12:42,0	Horst, Erika	1965 LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:49,5	Müller, Silke	1967 LG Wahlheim-Esselborn	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:49,7	Rogge, Nadine	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
12:53,2	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
		71.		
12:54,62	Staus, Mikerlange	1998 LC Bingen	Do.09.05.2013	Bingen
12:59,93	Hüll, Christina	1988 TG Worms	Do.05.05.2005	Saulheim
13:00,0	Engelmann, Uta	1968 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
13:03,4	Zahn, Heike	1968 USC Mainz	Sa.30.04.1983	Mainz
13:04,4	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:04,7	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:07,86	Müller, Barbara	1982 USC Mainz	Sa.22.05.1999	Leinfeldern
13:12,2	Held, Sabine	1971 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:20,49	Braun, Deborah	1975 DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
13:22,44	Deisen, Andrea	1966 LC Bingen	So.03.07.1983	Ingelheim
		81.		
13:24,19	Masoud, Katharina	1990 TGS Gonsenheim	Do.05.05.2005	Saulheim
13:28,2	Hochstätter, Gaby	1965 LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
13:30,5	Martin, Enka	1968 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:42,9	Bretz, Petra	1962 LC Bingen	Mo.02.10.1978	Ingelheim
13:53,1	Rissenbeck, Almut van	1968 USC Mainz	So.29.05.1983	Mainz
13:56,20	Rösch, Laura	1989 LC Bingen	Mi.22.08.2001	Bingen

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhausen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U18 W17

10:29,37	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:30,9	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:34,7	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Fr.01.07.1977	Ingelheim
10:35,46	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Mi.26.05.1993	Karlstadt
10:40,3	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:44,30	Mayer, Paula	1997	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:50,50	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
10:56,19	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	Sa.08.06.2013	Ingelheim
10:56,59	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz 11.	So.23.08.1987	Ebensee
10:58,4	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Do.23.09.1982	Bensheim
11:00,5	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Sa.16.05.1987	Mainz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976	LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,1	Brucker, Kerstin	1972	USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:08,2	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:12,2	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968	SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:20,99	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:24,46	Stein, Julia	1974	DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:33,07	Schmidt, Heike	1967	USC Mainz 21.	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
11:33,4	Stieh-Koch, Jutta	1963	LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
11:34,51	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.04.07.1982	Ludwigshafen
11:35,7	Landvogt, Beatrix	1967	TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
11:36,2	Reismann, Melanie	1972	TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:36,3	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,01	Ritschel, Nora	1983	USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:40,61	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	So.11.09.1994	Nieder-Olm
11:41,81	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
11:45,05	Schuler, Meike	1995	LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
11:52,7	Schmelcher, Antje	1968	DJK-BSC Mainz 31.	Sa.24.08.1985	Mainz
11:54,31	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.25.08.1999	Pfungstadt
11:55,69	Mainka, Phyllis	1995	TV Wahlheim	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
11:59,3	Rausch, Astrid	1969	LC Bingen	Do.17.07.1986	Ludwigshafen
12:04,1	Ziegler, Bellinda	1965	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:07,4	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:14,96	Weiß, Anja	1980	DJK-BSC Mainz	Di.02.09.1997	Wiesbaden
12:16,2	Kuhne, Martina	1960	USC Mainz	Sa.30.04.1977	Ludwigshafen
12:20,9	Gumbel, Marion	1963	LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:25,54	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.05.05.1996	Worms
12:29,6	Gabel, Claudia	1957	TV Alzey 41.	Sa.05.10.1974	Ingelheim
12:49,5	Müller, Silke	1967	LG Wahlheim-Esselborn	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:59,3	Mühlbauer, Lydia	1963	USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
12:59,93	Hüll, Christina	1988	TG Worms	Do.05.05.2005	Saulheim
13:07,86	Müller, Barbara	1982	USC Mainz	Sa.22.05.1999	Leinfeldern
13:20,49	Braun, Deborah	1975	DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
13:22,44	Deisen, Andrea	1966	LC Bingen	So.03.07.1983	Ingelheim

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhausen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U18 W16

10:25,28	Fischer, Sarah	1976	USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
----------	----------------	------	-----------	---------------	-------

10:28,57	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
10:36,2	Thelen, Karin	1964 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,6	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Mi.27.05.1992	Mainz
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:53,89	Walter, Cora	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier
10:59,20	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Darmstadt
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
		11.		
11:04,9	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
11:11,6	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	Mo.02.10.1978	Ingelheim
11:18,11	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:21,4	Weber, Sabine	1960 TG 46 Worms	Fr.06.08.1976	Bremerhaven
11:21,7	Dängen, Anja	1972 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:31,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
11:35,0	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Fr.19.09.1986	Ingelheim
11:37,2	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
		21.		
11:39,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:49,34	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	So.05.05.1996	Worms
11:49,4	Landvogt, Beatrix	1967 TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
11:55,17	Alkan, Ninurta	1986 USC Mainz	Sa.15.06.2002	Polch
11:55,6	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
11:59,2	Henning, Susanne	1971 LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
11:59,8	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Sa.24.08.1985	Mainz
11:59,9	Farwig, Anne	1966 TG Worms	Sa.16.10.1982	Heidelberg
11:59,9	Farwig, Anne	1966 TG Worms	Sa.16.10.1982	Heidelberg
12:00,0	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	Mo.02.10.1978	Ingelheim
		31.		
12:01,89	Klumb, Karolin	1996 TV Wahlheim	Sa.02.06.2012	Kaiserslautern
12:03,7	Krügel, Katharina	1974 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
12:19,58	Sielemann, Anna-Marlen	1993 USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
12:27,2	Klümper, Susi	1965 SC Lerchenberg	So.27.09.1981	Ingelheim
12:29,6	Flohr, Petra	1965 LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
12:32,5	Reitz, Stefanie	1965 LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
12:48,1	Horst, Erika	1965 LG Rheinfront	So.27.09.1981	Ingelheim
12:49,7	Rogge, Nadine	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
12:53,2	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
13:00,0	Engelmann, Uta	1968 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
		41.		
13:04,4	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:04,66	Mainka, Phyllis	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.22.06.2011	Bingen
13:16,57	Müller, Susanne	1982 USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
13:16,7	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
13:28,2	Hochstätter, Gaby	1965 LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
13:30,5	Martin, Enka	1968 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:38,9	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
13:42,9	Bretz, Petra	1962 LC Bingen	Mo.02.10.1978	Ingelheim
14:02,0	Stampf, Ines	1986 LG Altrhein	Mi.01.05.2002	Eich
14:11,3	Albert, Tanja	1973 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
		51.		
14:13,66	Minden, Monika	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
14:13,8	Müller, Britta	1969 LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
14:20,4	Klehr, Antje	1960 USC Mainz	So.04.07.1976	Andernach

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U16 M15

9:00,6	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
9:16,17	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	Sa.10.05.1986	Bensheim
9:25,5	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:25,8	Schölles, Uwe	1965	TSG Flonheim	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,53	Görke, Christoph	1991	USC Mainz	Mi.06.09.2006	Pfungstadt
9:27,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:28,3	Klingenmeier, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:30,2	Stohr, Hubert	1963	LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:30,67	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz	So.01.10.1995	Koblenz
9:32,5	Baumgarten, Günter	1969	LC Bingen	So.30.09.1984	Ludwigshafen
			11.		
9:32,6	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm	Di.01.05.1979	Ingelheim
9:35,2	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:35,6	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
9:40,2	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	So.23.09.1984	Mainz
9:40,4	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:41,0	Jäger, Norbert	1962	TG Worms	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:42,2	Kirchey, Thomas	1961	LAZ Nieder Olm	Mi.09.06.1976	Nieder-Olm
9:42,7	Förster, Michael	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:45,5	Riker, Tobias	1991	USC Mainz	Mi.26.04.2006	Darmstadt
9:45,95	Jeckel, Daniel	1997	Stimmel Sports e.V.	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
			21.		
9:46,3	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:46,6	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	Sa.07.10.1978	Ingelheim
9:47,79	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	Sa.10.05.1997	Worms
9:49,8	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	So.22.08.1976	Brühl
9:52,2	Härle, Martin	1967	USC Mainz	Mi.09.06.1982	Mainz
9:52,2	Heinz, Oliver	1973	TV 1846 Alzey	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:54,11	Reiss, Frank	1979	LAZ Nieder-Olm	Sa.24.09.1994	Pfungstadt
9:54,2	Jung, Stefan	1970	TSG Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
9:54,3	Patschke, Thomas	1964	SC Lerchenberg	So.30.09.1979	Ingelheim
9:55,5	Espenschied, Sascha	1971	TuS Wöllstein	So.28.09.1986	Ingelheim
			31.		
9:56,2	Nöhrbaß, Karl-Heinz	1961	LAZ Nieder Olm	Mi.09.06.1976	Nieder-Olm
9:56,3	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:56,55	Böckers, Tim	1977	USC Mainz	So.20.09.1992	Karlsdorf
9:57,4	Tausend, Jan	1974	LG Altrhein	Do.03.08.1989	Ludwigshafen
9:57,7	Glatz, Thomas	1966	Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
9:58,60	Bolinski, Sascha	1973	LG Altrhein	Sa.02.07.1988	Ludwigshafen
9:59,4	Eckert, Ralf	1959	TG 46 Worms	So.28.04.1974	Bingen
9:59,8	Hensel, Andreas	1959	Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
10:00,29	Angello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.24.09.1988	Bad Schwalbach
10:00,9	Gerlach, Raphael	1968	SC Lerchenberg	Sa.01.10.1983	Ingelheim
			41.		
10:00,9	Härle, Peter	1969	USC Mainz	So.10.06.1984	Mainz
10:01,22	Stimmel, Linus	1996	Stimmel Sports e.V.	So.05.06.2011	Ingelheim
10:01,5	Betsche, Alexander	1965	USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
10:02,50	Klein, Heiko	1977	TG 1846 Worms	So.27.09.1992	Darmstadt
10:03,30	Repovs, Gabriel	1999	TSG Heidesheim	Sa.02.08.2014	Augsburg
10:04,3	Denschlag, Robert	1972	TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
10:04,6	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
10:08,7	Barzen, Rainer	1968	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:11,22	Straschewski, Daniel	1984	USC Mainz	So.13.06.1999	Mainz
10:11,4	Hallebach, Peter	1964	LC Bingen	So.01.07.1979	Ludwigshafen
			51.		
10:12,6	Schweser, Thomas	1963	LC Bingen	Fr.07.04.1978	Bingen
10:13,37	Mohr, Michael	1977	SG Gymn. A.d. Frankenstr.	So.19.07.1992	Neuwied
10:13,5	Mölich, Jürgen	1970	TSG Heidesheim	So.29.09.1985	Mainz
10:14,13	Rieth, Michael	1969	LC Bingen	Sa.09.06.1984	Ludwigshafen

10:14,8	Ripp, Matthias	1964 SC Lerchenberg	So.30.09.1979	Ingelheim
10:15,6	Geyer, Jan-Peter	1961 USC Mainz	Di.07.09.1976	Mainz
10:16,8	Finzer, Michael	1959 LG Rheinhessen-Mitte	Sa.31.08.1974	Ingelheim
10:17,67	Helmstätter, Philipp	1979 Poseidon Worms	Mi.06.07.1994	Pfungstadt
10:19,9	Wolf, Christian	1968 Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:21,4	Schweser, Christian	1972 LG Bingen 61.	Sa.16.05.1987	Mainz
10:22,86	Grieb, Daniel	1994 LC Bingen	So.07.06.2009	Bad Kreuznach
10:24,4	Schmitt, Wolfgang	1962 USC Mainz	Sa.01.10.1977	Ingelheim
10:24,4	Hillesheim, Frank	1970 TSG Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
10:24,9	Neef, Carsten	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
10:25,4	Debus, Olaf	1961 USC Mainz	Di.07.09.1976	Mainz
10:28,4	Bielasik, Joachim	1972 TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
10:28,6	Eiermann, Michael	1961 LG gau Algesheim Heiden.	So.24.10.1976	Nieder-Olm
10:31,4	Geringer, Achim	1960 Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
10:33,0	Janca, Dieter	1959 TG 46 Worms	So.28.04.1974	Bingen
10:34,4	Merz, Karl-Heinz	1961 TuS Heimersheim 71.	So.02.05.1976	Worms
10:35,8	Neumann, Torsten	1961 TG 46 Worms	So.02.05.1976	Worms
10:36,9	Precht, Patrick	1976 TSG 1848 Heidesheim	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
10:37,9	Piehl, Carsten	1971 LG Altrhein	So.28.09.1986	Ingelheim
10:38,07	Belitz, Christoph	1981 USC Mainz	Sa.24.08.1996	Schmalkalden
10:38,21	Geiger, Rouven	1979 TG 1846 Worms	Mi.06.07.1994	Pfungstadt
10:38,7	Hofmann, Paul	1992 USC Mainz	Di.24.04.2007	Darmstadt
10:39,00	Wilhelm, Tobias	1989 Mombacher TV	Sa.12.06.2004	Eisenberg
10:39,08	Peters, Michael	1981 LG Alzey	So.02.06.1996	Worms
10:39,31	Gehring, Thorsten	1979 LG SV/TV Gau-Algesheim	Sa.24.09.1994	Pfungstadt
10:40,49	Kemmeter, Gunter	1973 LG Altrhein 81.	So.18.09.1988	Saarbrücken
10:40,49	Kürten, Andreas	1977 TSG 1848 Heidesheim	Sa.23.05.1992	Worms
10:40,76	Richter, Matthias	1992 USC Mainz	So.17.06.2007	Kaiserslautern
10:41,60	Schmitt, Frank	1976 TG 1846 Worms	So.29.09.1991	Kitzingen
10:42,60	Köhnke, Jonas	1996 Stimmel Sports e.V.	So.05.06.2011	Ingelheim
10:45,2	Schneider, Michael	1963 LC Bingen	Sa.07.10.1978	Ingelheim
10:49,4	Laueremann, Holger	1971 LG Altrhein	Do.19.06.1986	Eich
10:51,0	Ruhland, Alexander	1974 SG 1926 Spiesheim	Sa.23.09.1989	Egelsbach
10:51,43	Starke, Philipp	1977 SG Gymn. A.d. Frankenstr.	So.13.09.1992	Worms
10:56,49	Kunz, Manuel	1991 LG Wahlheim-Esselborn	So.02.07.2006	Birkenfeld
10:57,7	Berthes, Markus	1970 LAZ Nieder Olm 91.	So.29.09.1985	Mainz
10:58,67	Weber, Günter	1978 USC Mainz	So.11.07.1993	Worms
10:59,0	Machauer, Jürgen	1968 VfL Eppelsheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
11:01,26	Kühlheim, Carsten	1976 SC Lerchenberg	So.01.09.1991	Jugenheim
11:03,1	Matzner, Michael	1963 TG Worms	Sa.22.04.1978	Bingen
11:03,4	Busch, Arnold	1971 TSG 1848 Heidesheim	Do.29.05.1986	Mainz
11:06,0	Uhrig, Thomas	1987 LG Altrhein	Mi.01.05.2002	Eich
11:09,51	Hartmann, Stefan	1991 LC Bingen	So.02.07.2006	Birkenfeld
11:10,2	Vater, Rolf-Udo	1963 USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:13,22	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	So.17.09.1989	Speyer
11:13,8	Scheffler, Dirk	1974 LC Bingen 101.	So.13.08.1989	Mainz
11:16,8	Voye, Oliver	1975 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.26.08.1990	Ingelheim
11:18,1	Ullrich, Alexander	1983 LG Alzey	Mi.24.06.1998	Eich
11:28,8	Kiefer, Kai	1961 TG 46 Worms	Sa.24.04.1976	Bingen
11:37,84	Becker, Sebastian	1996 TSV Schott Mainz	So.05.06.2011	Ingelheim
11:39,70	Ruckpaul, Tim	1980 LG Alzey	So.10.09.1995	Worms

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U16 M14

9:19,2	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	Do.22.08.1985	Ludwigshafen
9:20,7	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:29,53	Heinz, Oliver	1973	TV 1846 Alzey	Sa.18.07.1987	Worms
9:33,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.28.09.1980	Ingelheim
9:37,3	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:48,1	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:52,24	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein	Sa.18.07.1987	Worms
10:01,97	Härle, Martin	1967	USC Mainz	So.20.09.1981	Germersheim
10:04,6	Glatz, Thomas	1966	Ingelheimer LG	So.28.09.1980	Ingelheim
10:14,36	Mölich, Jürgen	1970	TSG 1848 Heidesheim 11.	So.01.07.1984	Ingelheim
10:15,28	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	So.23.08.1981	Ingelheim
10:15,52	Mohr, Michael	1977	SG Gymn. A.d. Frankenstr.	So.08.09.1991	Worms
10:16,70	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	So.22.09.1996	Worms
10:17,2	Rieth, Michael	1969	LC Bingen	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:20,8	Hallebach, Peter	1964	LC Bingen	Do.04.05.1978	Ingelheim
10:21,1	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	Sa.23.06.1979	Ingelheim
10:21,6	Wermuth, Jochen	1969	USC Mainz	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:21,9	Buchstaller, Stefan	1967	TuS Monzernheim	So.27.09.1981	Ingelheim
10:22,2	Bolinski, Sascha	1973	LG Altrhein	Sa.26.09.1987	Rimbach
10:24,22	Straschewski, Daniel	1984	USC Mainz 21.	So.20.09.1998	Koblenz
10:30,48	Denschlag, Robert	1972	TG Worms	So.21.09.1986	Worms
10:31,44	Gombert, Christian	1976	SG 1926 Spiesheim	So.30.09.1990	Worms
10:35,3	Schweser, Christian	1972	LC Bingen	So.28.09.1986	Ingelheim
10:36,96	Schewes-Crass, Gerold	1971	LAZ Nieder Olm	So.22.09.1985	Bergzabern
10:37,79	Berthes, Markus	1970	LAZ Nieder Olm	So.01.07.1984	Ingelheim
10:38,2	Denzin, Thorsten	1966	TV Alzey	Do.01.05.1980	Ingelheim
10:38,3	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein	Sa.03.10.1987	Ingelheim
10:39,6	Laitenberger, Peter	1966	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:41,6	Sonnack, Christoph	1976	LC Bingen	So.24.06.1990	Mainz
10:41,90	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG 31.	So.06.06.1982	Mainz
10:42,84	Neef, Carsten	1972	TSG 1848 Heidesheim	Sa.31.05.1986	Ingelheim
10:43,1	Schläfer, Jörg	1973	TSG 1886 Pfeddersheim	Sa.03.10.1987	Ingelheim
10:44,53	Grieb, Daniel	1994	LC Bingen	So.08.06.2008	Saulheim
10:45,04	Belitz, Christoph	1981	USC Mainz	So.27.08.1995	Ingelheim
10:45,56	Starke, Philipp	1977	SG Gymn. A.d. Frankenstr.	So.01.09.1991	Worms
10:47,12	Schmitt, Frank	1976	LG Altrhein	So.02.09.1990	Worms
10:47,56	Steinacker, Maximilian	1992	LC Bingen	So.07.05.2006	Bingen
10:50,7	Mailan, Markus	1975	SG Gymn. A.d. Frankenstr.	Sa.23.09.1989	Egelsbach
10:51,4	Oertel, Christoph	1977	TSG 1848 Heidesheim	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
10:51,40	Richter, Matthias	1992	USC Mainz 41.	So.02.07.2006	Birkenfeld
10:51,72	Peters, Michael	1981	LG Alzey	So.01.10.1995	Koblenz
10:53,49	Jeckel, Daniel	1997	Stimmel Sports e.V.	Sa.04.06.2011	Ingelheim
10:55,3	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz	Fr.26.08.1994	Mainz
10:55,6	Gerlach, Raphael	1968	SC Lerchenberg	So.26.09.1982	Mainz
11:00,2	Seelert, Bernhard	1966	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
11:01,5	Fischer, Mirko	1978	TG 1846 Worms	Mi.03.06.1992	Eich
11:02,94	Hessel, Christian	1994	LC Bingen	So.08.06.2008	Saulheim
11:03,0	Brodehl, Maximilian	1988	LG Altrhein	Mi.01.05.2002	Eich
11:03,1	Reck, Joachim	1968	SV Gau-Algesheim	So.26.09.1982	Mainz
11:05,75	Gemein, Timo	1991	LC Bingen 51.	So.12.06.2005	Saulheim
11:12,0	Schwitalle, David	1988	USC Mainz	Mi.01.05.2002	Eich
11:13,6	Brandenburger, Harald	1969	Ingelheimer LG	So.18.09.1983	Ingelheim
11:15,69	Hillesheim, Frank	1970	TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.06.1984	Mainz
11:16,4	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	So.29.09.1985	Mainz
11:16,83	Müller, Michael	1969	TSV Gau-Odernheim	So.19.06.1983	Mainz



11:20,43	Kirrbach, Frank	1969 TSV Gau-Odernheim	So.19.06.1983 Mainz
11:26,01	Hartmann, Stefan	1991 LC Bingen	So.12.06.2005 Saulheim
11:26,46	Hofmann, Paul	1992 USC Mainz	Sa.01.04.2006 Deidesheim
11:27,16	Breitenbach, Jan	1980 LAZ Nieder-Olm	Sa.10.09.1994 Nieder-Olm
11:28,0	Uhrig, Martin	1984 LG Altrhein 61.	Mi.24.06.1998 Eich
11:29,3	Machauer, Jürgen	1968 VfL Eppelsheim	Sa.03.07.1982 Eich
11:30,3	Ruckpaul, Tim	1980 TSV 1881 Gau-Odernheim	Mi.22.06.1994 Eich
11:31,16	Elsner, Dirk	1971 TG Worms	Sa.15.06.1985 Mainz
11:33,23	Best, Mathias	1976 TG 1846 Worms	So.02.09.1990 Worms
11:34,4	Schmidt, Thomas	1968 ESV Alzey	Sa.02.10.1982 Ingelheim
11:36,1	Hartmann, Christof	1967 LC Bingen	So.27.09.1981 Ingelheim
11:36,2	Barzen, Thomas	1966 Ingelheimer LG	So.28.09.1980 Ingelheim
11:36,44	Steinacker, Georg	1992 LC Bingen	So.07.05.2006 Bingen
11:37,55	Ruhland, Benjamin	1977 SG 1926 Spiesheim	So.08.09.1991 Worms
11:40,90	Bielasik, Joachim	1972 TG Worms 71.	Sa.31.05.1986 Ingelheim
11:41,9	Jendras, Thomas	1966 USC Mainz	So.18.05.1980 Mainz
11:41,93	Ruckpaul, Uli	1982 LG Wahlheim-Esselborn	Sa.22.06.1996 Worms
11:42,9	Schweitzer, Uli	1970 LG Wahlheim-Esselborn	So.13.05.1984 Eich
11:42,96	Schneider, Oliver	1973 USC Mainz	Sa.30.05.1987 Ingelheim
11:47,8	Ruhland, Alexander	1974 SG 1926 Spiesheim	So.29.05.1988 Worms
11:48,35	Schmidt, Christian	1982 LC Bingen	Sa.07.09.1996 Ingelheim
11:52,9	Schupp, Arndt	1966 Ingelheimer LG	So.18.05.1980 Mainz
11:53,24	Qupi, Burin	1981 LAV Gau-Algesheim	So.08.10.1995 Ludwigshafen
11:53,4	Scheurer, Frank	1966 TG Worms	So.24.08.1980 Worms
11:56,14	Becker, Sebastian	1996 TSV Schott Mainz 81.	Sa.12.06.2010 Bad Bergzabern
11:59,2	Weigand, Volker	1973 TSG 1886 Pfeddersheim	So.04.10.1987 Heddesheim
11:59,9	Uhrig, Thomas	1987 LG Altrhein	Mi.13.06.2001 Eich
12:00,16	Hartmann, Oliver	1992 LC Bingen	So.02.07.2006 Birkenfeld
12:05,8	Behre, Christian	1990 TSV Gau-Odernheim	Mi.23.06.2004 Eich
12:14,0	Jung, Christoph	1975 SG 1926 Spiesheim	Sa.23.09.1989 Egelsbach

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U16 W15

10:19,15	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.24.06.1989 Ingelheim
10:31,71	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Fr.19.07.1991 Berlin
10:34,1	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	Mi.12.06.1991 Mainz
10:42,6	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.28.09.1980 Ingelheim
11:00,3	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	So.12.06.1983 Mainz
11:04,1	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	So.12.06.1983 Mainz
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987 Mainz
11:17,3	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Mi.19.04.1989 Pfungstadt
11:20,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987 Mainz
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms 11.	So.27.09.1981 Ingelheim
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990 Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	Mi.03.05.1995 Pfungstadt
11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989 Ingelheim
11:35,3	Heil, Annette	1970 LC Bingen	So.13.10.1985 Ingelheim
11:36,42	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Sa.22.06.1991 Koblenz
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987 Mainz
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984 Koblenz
11:41,3	Kordy, Steffi	1969 USC Mainz	Sa.12.05.1984 Mainz
11:42,73	Bensow, Kerstin	1970 TuS Wörrstadt	Sa.21.09.1985 Mainz
11:43,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.28.09.1980 Ingelheim

21.

11:44,89	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:46,5	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Mi.17.06.1987	Mainz
11:53,10	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.12.05.2010	Oppenheim
11:55,2	Klümper, Susi	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
11:58,6	Landvogt, Beatrix	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
12:07,5	Henning, Susanne	1971	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:12,6	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:13,1	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Do.15.05.1980	Mainz
12:27,3	Reitz, Stefanie	1965	LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
12:30,09	Holz, Katja	1978	TG 1846 Worms	Sa.15.05.1993	Worms
31.					
12:37,3	Ruggenthaler, Isabelle	1972	TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
12:42,0	Horst, Erika	1965	LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:54,2	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
12:54,62	Staus, Mikerlange	1998	LC Bingen	Do.09.05.2013	Bingen
13:00,73	Krügel, Katharina	1974	USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
13:03,4	Zahn, Heike	1968	USC Mainz	Sa.30.04.1983	Mainz
13:04,7	Schultze-Strasser, H.	1969	LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:12,2	Held, Sabine	1971	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:21,55	Held, Daniela	1979	LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
13:24,19	Masoud, Katharina	1990	TGS Gonsenheim	Do.05.05.2005	Saulheim
41.					
13:39,0	Lerch, Alexandra	1970	LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
13:41,1	Sitzius, Heike	1963	LC Bingen	Mo.02.10.1978	Ingelheim
13:53,1	Rissenbeck, Almut van	1968	USC Mainz	So.29.05.1983	Mainz
15:23,2	Janz, Judith	1976	LG Rheinfront	Mi.12.06.1991	Mainz
16:35,7	Dumont, Isabel	1976	LG Rheinfront	Mi.12.06.1991	Mainz

### **Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U16 W14**

11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977	USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:41,25	Brand, Silke	1977	USC Mainz	Sa.01.06.1991	Worms
11:49,22	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:54,10	Held, Daniela	1979	LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
12:27,49	Ferrier, Andrea	1970	LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz

### **Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U14 M13**

9:42,0	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	So.30.09.1984	Ludwigshafen
9:59,7	Schellenbeck, Uwe	1970	SC Lerchenberg	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:12,5	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim
10:20,7	Werner, Axel	1966	LC Bingen	Sa.23.06.1979	Ingelheim
10:23,8	Klein, Heiko	1977	TSG 1886 Pfeddersheim	So.16.09.1990	Koblenz
10:28,1	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	Sa.23.06.1979	Ingelheim
10:29,4	Becher, Jochen	1968	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
10:31,6	Reiss, Frank	1979	LAZ Nieder-Olm	So.20.09.1992	Ingelheim
10:32,3	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	Sa.06.10.1979	Bad Rothenfeld
10:33,3	Gehring, Thorsten	1979	LG SV/TV Gau-Algesheim	So.20.09.1992	Ingelheim
11.					
10:41,3	Mölich, Jürgen	1970	TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:42,8	Heinz, Oliver	1973	TV 1846 Alzey	So.28.09.1986	Worms
10:44,8	Schweser, Christian	1972	LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
10:48,8	Schmitt, Frank	1976	LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim

10:52,97	Mohr, Michael	1977 SG Gymn. A.d. Frankenstr.	So.30.09.1990 Worms
10:54,3	Gerlach, Raphael	1968 SC Lerchenberg	So.27.09.1981 Ingelheim
10:59,6	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	So.27.09.1981 Ingelheim
11:02,43	Fischer, Mirko	1978 TG 1846 Worms	So.29.09.1991 Kitzingen
11:05,2	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	Sa.08.09.1984 Ingelheim
11:06,2	Eichhorn, Holger	1967 TG Worms	So.24.08.1980 Worms
		21.	
11:09,8	Neef, Carsten	1972 TSG Heidesheim	So.13.10.1985 Ingelheim
11:11,2	Denschlag, Robert	1972 TG Worms	So.13.10.1985 Ingelheim
11:12,8	Schläfer, Jörg	1973 TSG 1886 Pfeddersheim	So.28.09.1986 Worms
11:18,2	Hillesheim, Frank	1970 TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983 Ingelheim
11:24,0	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	So.27.09.1981 Ingelheim
11:27,36	Verz Sola, Carlos	1977 TuS 1847 Wörrstadt	So.24.06.1990 Mainz
11:31,9	Gombert, Christian	1976 SG 1926 Spiesheim	Sa.23.09.1989 Egelsbach
11:41,9	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	So.28.09.1986 Worms
11:43,5	Klein, Roland	1971 TSV Armsheim	So.13.05.1984 Eich
11:43,88	Gombert, Michael	1978 SG 1926 Spiesheim	So.29.09.1991 Kitzingen
		31.	
11:52,0	Uhrig, Martin	1984 LG Altrhein	Mi.25.06.1997 Eich
11:52,7	Müller, Achim	1973 LG Wahlheim-Esselborn	So.28.09.1986 Worms
11:54,2	Franzmann, Jochen	1973 SG 1898 Partenheim	So.28.09.1986 Worms
11:54,3	Keller, Christian	1971 TSG Pfeddersheim	So.13.05.1984 Eich
11:54,48	Elsner, Dirk	1971 TG Worms	Fr.15.06.1984 Mainz
11:55,5	Brand, Jens	1974 SC Lerchenberg	So.05.07.1987 Mainz
11:57,4	Müller, Michael	1969 TSV Gau-Odernheim	Sa.03.07.1982 Eich
12:01,29	Schreiner, Marc	1974 USC Mainz	Sa.30.05.1987 Ingelheim
12:12,74	Schweitzer, Uli	1970 LG Wahlheim-Esselborn	So.19.06.1983 Mainz
12:15,85	Barksdale, Aaron	1990 SV Gau-Algesheim	Mi.16.07.2003 Bingen
		41.	
12:24,4	Perske, Maurice	1971 USC Mainz	Sa.08.09.1984 Ingelheim
12:24,9	Neuwerth, Alexander	1968 SC Lerchenberg	Di.09.06.1981 Ingelheim
12:27,8	Duveneck, Detlef	1967 USC Mainz	So.18.05.1980 Mainz
12:32,8	Ruhland, Alexander	1974 SG 1926 Spiesheim	So.28.06.1987 Worms
12:40,5	Quast, Martin	1968 SC Lerchenberg	So.09.08.1981 Mainz
12:45,0	Kuntz, Rainer	1971 TG Worms	So.13.05.1984 Eich
13:39,2	Kordmann, Andreas	1986 TuS Bornheim	Mi.23.06.1999 Eich
13:51,98	Enders, David	1988 LC Bingen	Mi.22.08.2001 Bingen
13:59,58	Geyer, Julian	1988 LC Bingen	Mi.22.08.2001 Bingen

### Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rheinessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U14 M12

10:44,4	Klein, Heiko	1977 TSG 1886 Pfeddersheim	Sa.23.09.1989 Egelsbach
11:01,9	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	So.18.05.1980 Mainz
11:03,1	Mölich, Jürgen	1970 TSG Heidesheim	So.26.09.1982 Mainz
11:42,2	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	So.04.07.1982 Mainz
11:43,16	Schmitt, Frank	1976 LG Altrhein	Sa.04.06.1988 Mainz
11:46,9	Gombert, Michael	1978 SG 1926 Spiesheim	Sa.23.09.1989 Egelsbach
11:58,75	Ruckpaul, Tim	1980 TSV 1881 Gau-Odernheim	So.29.09.1991 Kitzingen
12:01,9	Ruckpaul, Uli	1982 TSV 1881 Gau-Odernheim	Mi.22.06.1994 Eich
12:05,2	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	So.04.07.1982 Mainz
12:06,3	Ferring, Jürgen	1969 SC Lerchenberg	Di.09.06.1981 Ingelheim
		11.	
12:14,9	Henneberg, Michael	1971 USC Mainz	So.04.09.1983 Mainz
12:17,8	Schweser, Christian	1972 LC Bingen	So.04.09.1983 Mainz
12:24,05	Jung, Andreas	1978 TG 1846 Worms	So.30.09.1990 Worms
12:50,4	Brand, Jens	1974 SC Lerchenberg	So.05.10.1986 Mainz
12:54,3	Neef, Carsten	1972 TSG 1848 Heidesheim	So.02.09.1984 Heidesheim

## Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U14 W12

13:56,20 Rösch, Laura 1989 LC Bingen Mi.22.08.2001 Bingen

## Toplisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männer

7:38,89	Wessinghage, Dr. Thomas	1952	USC Mainz	Di.01.07.1980	Oslo/NOR
7:52,5	Karst, Michael	1952	USC Mainz	Di.20.06.1978	Köln
7:56,6	Hildenbrand, Klaus-Peter	1952	USC Mainz	Di.20.05.1980	Troisdorf
7:57,0	Wessinghage, Dr. Thomas	1952	USC Mainz	Di.04.09.1979	Klagenfurt
8:00,4	Karst, Michael	1952	USC Mainz	Fr.23.09.1977	Wattenscheid
8:01,99	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Fr.18.09.1998	Sonderhausen
8:03,63	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.20.05.2000	Wiesbaden
8:03,8	Karst, Michael	1952	USC Mainz	Fr.27.07.1979	Ulm
8:05,1	Hildenbrand, Klaus-Peter	1952	USC Mainz	Di.22.08.1978	Stuttgart
8:07,6	Miko, Wolfgang	1958	USC Mainz	Di.20.05.1980	Troisdorf
			11.		
8:07,80	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Fr.08.06.1984	Mannheim
8:09,41	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	So.09.05.1999	Pliezhausen
8:10,2	Stucky, Günter	1947	USC Mainz	So.12.07.1970	München
8:13,9	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Fr.24.06.1977	Ludwigshafen
8:19,2	Wessinghage, Thomas	1952	USC Mainz	So.01.05.1977	Ingelheim
8:20,0	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Mo.12.06.1978	Raunheim
8:20,4	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Sa.25.09.1976	Frankfurt
8:21,6	Wessinghage, Thomas	1952	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:22,0	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	Sa.01.05.1976	Frankfurt
8:22,0	Seck, Carlo	1954	USC Mainz	Sa.23.04.1977	Ludwigshafen
			21.		
8:22,6	Wessinghage, Thomas	1952	USC Mainz	Mi.10.05.1972	Salchendorf
8:23,87	Spindler, Michael	1965	USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:24,2	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	Di.15.07.1969	Fulda
8:24,50	Riker, Tobias	1991	TSV Schott Mainz	So.12.05.2013	Pliezhausen
8:24,6	Allmer, Henning	1940	USC Mainz	Sa.14.05.1966	Koblenz
8:25,4	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
8:25,62	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Fr.08.06.1984	Mannheim
8:25,92	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:25,8	Becker, Helmut	1938	USC Mainz	Mi.16.05.1962	Mainz
8:25,8	Schmidt, Helmut	1944	Ingelheimer LG	So.05.09.1965	Neustadt
			31.		
8:25,8	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Di.24.04.1990	Darmstadt
8:26,01	Verez Sola, Carlos	1977	USC Mainz	Mi.07.06.2000	Pfungstadt
8:25,9	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.13.07.1977	Raunheim
8:26,8	Allmer, Henning	1940	USC Mainz	Mi.13.09.1967	Hanau
8:27,11	Baumgarten, Markus	1966	DJK-BSC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:27,4	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	Sa.19.04.1975	Bonn
8:27,6	Allmer, Henning	1940	USC Mainz	Do.11.09.1969	Lahr
8:28,3	Becker, Helmut	1938	USC Mainz	So.07.05.1961	Darmstadt
8:28,4	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Mi.13.07.1977	Raunheim
8:29,01	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Fr.21.05.1982	Ludwigshafen
			41.		
8:28,9	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Di.07.08.1984	Mannheim
8:29,0	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen

8:29,27	Sarter, Andreas	1967	USC Mainz	Mi.04.06.2003	Pfungstadt
8:30,4	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.25.07.1973	Neuwied
8:30,6	Gosewinkel, Werner	1947	USC Mainz	Mi.28.05.1969	Geseke
8:31,0	Rössel, Arnd	1954	Ingelheimer LG	Do.29.07.1982	Ludwigshafen
8:31,4	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:31,91	Riker, Tobias	1991	LC Bingen	So.06.05.2012	Pliezhausen
8:32,6	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Sa.20.09.1975	Frankfurt
8:32,91	Lee, Anthony	1991	TSV Schott Mainz 51.	So.06.05.2012	Pliezhausen
8:32,9	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	So.25.07.1993	Troisdorf
8:33,2	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	So.12.07.1970	München
8:33,4	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Do.14.07.1983	Ludwigshafen
8:33,98	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Mi.01.05.1985	Ingelheim
8:34,1	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
8:34,39	Baumgarten, Markus	1966	LC Bingen	Fr.16.08.1985	Fulda
8:34,6	Werner, Rudi		USC Mainz	Mi.16.08.1961	Mainz
8:35,3	Läpple, Gerhard	1952	USC Mainz	Fr.24.06.1977	Ludwigshafen
8:35,74	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Di.23.04.1991	Darmstadt
8:35,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen 61.	Fr.31.12.1971	???
8:35,8	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:36,12	Stohr, Hubert	1963	USC Mainz	Mi.16.05.1984	Koblenz
8:37,00	Sarter, Andreas	1967	USC Mainz	So.31.12.2000	Ludwigshafen
8:37,2	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	So.28.05.1972	Geisenheim
8:37,2	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Do.14.07.1983	Ludwigshafen
8:37,6	Leimbach, Theodor	1949	USC Mainz	Do.09.06.1977	Obersuhl
8:37,7	Weingärtner, Thomas	1967	USC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:38,4	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Mi.09.09.1987	Ingelheim
8:38,6	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.18.07.1985	Ludwigshafen
8:38,7	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz 71.	Do.03.10.1985	Mainz
8:38,91	Verez Sola, Carlos	1977	DJK-BSC Mainz	Sa.07.09.1996	Daun
8:38,8	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.18.08.1976	Raunheim
8:38,9	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.29.05.1977	Ludwigshafen
8:38,9	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Mi.29.08.1979	Wiesbaden
8:39,0	Brantsch, Klaus	1971	USC Mainz	Do.16.05.1991	Mainz
8:39,2	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	Sa.20.07.1963	Trier
8:39,5	Rössel, Arnd	1954	USC Mainz	Mi.29.08.1979	Wiesbaden
8:39,6	Zimmermann, Werner	1941	USC Mainz	So.14.05.1972	Bensheim
8:40,10	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Mo.01.05.1989	Ingelheim
8:40,18	Brantsch, Klaus	1971	USC Mainz 81.	Sa.18.07.1992	Creilsheim
8:40,21	Härle, Martin	1967	USC Mainz	Fr.01.05.1987	Ingelheim
8:40,6	Verez Sola, Carlos	1977	DJK-BSC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:41,0	Läpple, Gerhard	1952	USC Mainz	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
8:41,4	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.29.07.1982	Ludwigshafen
8:41,4	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:41,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Di.17.06.1969	Limburg
8:41,8	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen
8:42,02	Härle, Martin	1967	USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:42,34	Klopp, Andreas	1962	TG 1846 Worms	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:42,2	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz 91.	Sa.08.09.1973	Aschaffenburg
8:42,3	Härle, Martin	1967	USC Mainz	Di.28.04.1992	Darmstadt
8:42,7	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Sa.24.04.1982	Ludwigshafen
8:42,92	Rössel, Arnd	1954	LG Rheinfront	Do.01.05.1986	Ingelheim
8:43,00	Stephens, Justin	1966	USC Mainz	Fr.23.06.1995	Meckenheim
8:43,00	Verez Sola, Carlos	1977	USC Mainz	Di.27.04.2004	Darmstadt
8:43,07	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Do.30.06.1994	Ludwigshafen
8:43,0	Zimmermann, Werner	1941	USC Mainz	Sa.02.09.1967	Bad Nauheim
8:43,27	Becker, Tim	1970	USC Mainz	Fr.26.08.1994	Troisdorf
8:43,2	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Mi.05.09.1973	Frankfurt

8:43,2	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms 101.	So.26.04.1981	Rimbach
8:43,4	Meißner, Jochen	1939	USC Mainz	Di.25.09.1962	Bremerhaven
8:43,4	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	Di.24.04.1990	Darmstadt
8:43,5	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:43,6	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	Mi.01.05.1968	Rüsselsheim
8:43,6	Schmitt, Günther	1937	Ingelheimer LG	Do.29.07.1982	Ludwigshafen
8:43,6	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Di.12.05.1992	Mainz
8:44,0	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.29.08.1979	Wiesbaden
8:44,1	Brantsch, Klaus	1971	USC Mainz	Sa.17.07.1993	Crailsheim
8:44,33	Stohr, Hubert	1963	USC Mainz	Sa.17.09.1983	Mainz
8:44,2	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen 111.	Mi.02.09.1970	Neuwied
8:44,4	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.14.07.1983	Ludwigshafen
8:44,6	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:44,8	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:45,0	Schmidt, Helmut	1944	USC Mainz	Di.11.06.1968	Darmstadt
8:45,0	Müller, Jürgen	1966	USC Mainz	Do.10.05.1990	Koblenz
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:45,43	Weingärtner, Thomas	1967	USC Mainz	Mi.28.08.1985	Koblenz
8:45,3	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.03.07.1986	Mainz
8:45,7	Kossorotow, Michael	1959	LC Bingen	Do.19.08.1982	Ludwigshafen
8:45,8	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen 121.	Sa.03.05.1975	Rüsselsheim
8:45,9	Priebe, Alex	1962	USC Mainz	Di.27.05.1986	Mainz
8:46,1	Hebecker, Jan	1972	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:46,28	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Fr.01.05.1987	Ingelheim
8:46,4	Meißner, Jochen	1939	USC Mainz	Mi.10.07.1963	Darmstadt
8:46,4	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.28.08.1974	Andernach
8:47,1	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Mi.11.07.1979	Raunheim
8:47,2	Finger, Erwin	1950	Tg 46 Worms	Di.12.05.1970	Darmstadt
8:47,2	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Mi.18.08.1976	Raunheim
8:47,4	Judas, Uwe	1963	USC Mainz	Sa.28.04.1984	Darmstadt
8:47,8	Barzen, Theo	1934	Polizei SV Mainz 131.	So.07.09.1958	Pfungstadt
8:47,8	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	So.06.08.1961	Pfungstadt
8:47,9	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	So.23.04.1967	Bonn
8:47,9	Klag, Paul	1953	USC Mainz	Sa.30.04.1983	Ludwigshafen
8:48,0	Boddenberg, R.	1937	USC Mainz	Do.23.06.1966	Mainz
8:48,0	Zimmermann, Werner	1941	USC Mainz	So.27.04.1969	Bingen
8:48,2	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	Di.16.06.1970	Rüsselsheim
8:48,2	Zimmermann, Werner	1941	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:48,2	Raabe, Jürgen	1958	TG 46 Worms	Sa.24.04.1976	Frankfurt
8:48,6	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	Do.06.08.1987	Schwalbach
8:48,75	Süs, Jürgen	1963	USC Mainz 141.	Do.01.05.1986	Ingelheim
8:48,8	Weingärtner, Otto	1947	USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:48,99	Weingärtner, Otto	1947	TSG 1848 Heidesheim	Di.05.08.1986	Ingelheim
8:49,0	Chladek, Wolfgang	1940	LC Bingen	Fr.05.07.1974	Bingen
8:49,4	Läpple, Gerhard	1952	TG 46 Worms	Mi.18.08.1976	Raunheim
8:49,5	Müller, Jürgen	1966	USC Mainz	Do.16.05.1991	Mainz
8:49,8	Schupp, Heinz	1935	Ingelheimer LG	Di.25.06.1963	Darmstadt
8:49,8	Schleifer, Harald	1942	USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:49,8	Schmitz, Gustav	1937	USC Mainz	Mi.13.09.1967	Hanau
8:49,8	Ulrich, Hermann	1967	SC Lerchenberg	Mi.24.08.1988	Mainz
8:49,99	Becker, Tim	1970	USC Mainz 151.	Fr.25.08.1995	Troisdorf
8:50,0	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Do.30.07.1981	Ludwigshafen
8:50,1	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.09.08.1984	Mainz
8:50,2	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	So.27.04.1969	Bingen
8:50,2	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	Do.24.08.1989	Mainz
8:50,3	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Mi.27.05.1981	Mainz

8:50,6	Läpple, Gerhard	1952 TG 46 Worms	So.11.05.1975	Bensheim
8:50,8	Bock, Peter	1959 TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:51,03	Hinter, Lothar	1949 LG Rheinfront	Do.01.05.1986	Ingelheim
8:50,9	Süs, Jürgen	1963 USC Mainz	Do.27.06.1985	Mainz
8:51,15	Becker, Tim	1970 USC Mainz 161.	Sa.21.08.1993	Mönchengladbach
8:51,1	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.21.09.1980	Dortmund
8:51,2	Giese, Rainer	1954 TG Worms	Di.22.08.1978	Stuttgart
8:51,5	Chladek, Wolfgang	1940 LC Bingen	Do.04.05.1978	Ingelheim
8:51,6	Chladek, Wolfgang	1940 LC Bingen	So.08.04.1973	Bad Kreuznach
8:51,8	Barzen, Theo	1934 USC Mainz	Di.29.05.1962	Nürnberg
8:52,1	Kossorotow, Michael	1959 Ingelheimer LG	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:52,4	Fröhlig, Bernd	1948 Ingelheimer LG	Do.23.06.1983	Ludwigshafen
8:52,6	Weitzel, Wilfried	1940 Ingelheimer LG	Sa.24.06.1967	Bingen
8:52,6	Hahn, Egon	1945 ESV Alzey	Mi.18.08.1976	Raunheim
8:52,6	Hinter, Lothar	1949 LG Rheinfront 171.	Mo.27.05.1985	Mainz
8:52,8	Giese, Rainer	1954 TG Worms	Mi.14.09.1977	Ludwigshafen
8:52,8	Giese, Rainer	1954 TG Worms	Do.22.05.1980	Frankfurt
8:53,0	Zimmermann, Werner	1941 USC Mainz	Do.20.05.1965	Heidelberg
8:53,0	Mathes, Norbert	1945 TuS Wendelsheim	So.08.05.1966	Ludwigshafen
8:53,0	Chladek, Wolfgang	1940 LC Bingen	Do.04.08.1977	Ludwigshafen
8:53,51	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.11.06.1986	Koblenz
8:53,4	Weingärtner, Otto	1947 TSG 1848 Heidesheim	Do.27.06.1985	Mainz
8:53,57	Brantsch, Klaus	1971 USC Mainz	Sa.16.07.1994	Crailsheim
8:53,8	Werner, Rudi	USC Mainz	Do.22.09.1960	Frankfurt
8:53,8	Hinter, Lothar	1949 LG Rheinfront 181.	Di.07.07.1987	Mainz
8:54,2	Klopp, Andreas	1962 TG Worms	Fr.09.08.1985	Bergisch Gladba.
8:54,4	Finger, Erwin	1950 TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen

### Toplisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Frauen

8:57,30	Wessinghage, Ellen	1948 USC Mainz	Mi.27.08.1980	Koblenz
9:04,6	Wessinghage, Ellen	1948 USC Mainz	Di.17.07.1979	Oslo/NOR
9:48,45	Rehmet, Barbara	1962 DJK-BSC Mainz	Sa.17.08.1985	Ingelheim
9:50,5	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Sa.21.07.1979	Schweinfurt
9:50,95	Hoffmann, Kerstin	1971 USC Mainz	Sa.27.05.2006	Istanbul/TÜR
9:55,8	Leukel, Christiane	1968 USC Mainz	Sa.10.06.1989	Sindelfingen
9:57,90	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.30.05.1987	Weinheim
9:58,05	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.30.05.1987	Weinheim
9:58,93	Bühler, Sigrid	1979 USC Mainz	Sa.19.05.2007	Hannover
9:59,01	Hoffmann, Kerstin	1971 USC Mainz 11.	Sa.19.05.2007	Hannover
10:02,7	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.27.09.1981	Ingelheim
10:03,05	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.06.09.1986	Wetzlar
10:03,38	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.11.06.1988	Ludwigshafen
10:04,61	Hoffmann, Kerstin	1971 USC Mainz	Mi.01.06.2005	Pfungstadt
10:08,4	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Do.17.08.1978	Ludwigshafen
10:10,2	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.10.06.1989	Sindelfingen
10:11,17	Wicker, Angelika	1959 DJK-BSC Mainz	Mi.02.07.1997	Pfungstadt
10:11,78	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.28.05.1983	Sindelfingen
10:12,41	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Do.06.08.1992	Ludwigshafen
10:14,76	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz 21.	Sa.07.06.1986	Hannover
10:14,7	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:16,57	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.06.07.1994	Pfungstadt

10:17,86	Wirsing, Regina	1987 USC Mainz	Mi.04.07.2012	Pfungstadt
10:18,1	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Do.01.09.1988	Ludwigshafen
10:18,89	Schmidt, Heike	1967 DJK-BSC Mainz	So.29.06.1986	Koblenz
10:19,15	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.24.06.1989	Ingelheim
10:19,48	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.01.06.1985	Stuttgart
10:19,59	Wicker, Angelika	1959 DJK-BSC Mainz	Sa.01.06.1996	Trier
10:21,82	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.08.06.1991	Wetzlar
10:22,81	Schmidt, Heike	1967 DJK-BSC Mainz 31.	Sa.06.07.1985	Ingelheim
10:24,02	Pohl, Anna-Lena	1990 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
10:24,94	Struss, Kathrin	1960 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
10:25,28	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
10:25,30	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.09.06.1990	Recklinghausen
10:27,4	Gabel, Claudia	1957 USC Mainz	Sa.21.06.1980	Göttingen
10:27,68	Prokopowicz, Bianca	1993 TSV Schott Mainz	So.12.05.2013	Pliezhausen
10:28,57	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
10:28,73	Wessinghage, Ellen	1948 Ingelheimer LG	Mo.01.05.1995	Ingelheim
10:28,7	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:29,37	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim 41.	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:29,3	Dürsch, Hildegard	1960 Ingelheimer LG	Mi.04.08.1982	Ludwigshafen
10:30,17	Brückmann, Mechthild	1955 USC Mainz	So.16.05.1982	Ludwigshafen
10:30,9	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:31,27	Peters, Wiebke	1981 USC Mainz	So.19.09.1999	Taiflingen
10:31,4	Wagner, Erika	1954 USC Mainz	Mi.25.05.1977	Ingelheim
10:31,71	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:31,6	Thelen, Karin	1964 TG Worms	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:33,2	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
10:34,1	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	Mi.12.06.1991	Mainz
10:34,34	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz 51.	Sa.16.05.1992	Baunatal
10:34,7	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Fr.01.07.1977	Ingelheim
10:34,8	Kiermeier, Gerhild	1944 USC Mainz	Do.27.06.1974	Mainz
10:35,46	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Mi.26.05.1993	Karlstadt
10:36,2	Thelen, Karin	1964 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:36,5	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Di.13.07.1993	Mainz
10:38,70	Thelen, Karin	1964 TG 1846 Worms	Fr.01.05.1987	Ingelheim
10:36,6	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	So.29.05.1988	Ingelheim
10:38,6	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,0	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz 61.	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:39,59	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
10:39,60	Staudinger, Anette	1953 USC Mainz	Sa.28.05.1983	Sindelfingen
10:39,6	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Mi.27.05.1992	Mainz
10:40,3	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:40,71	Kuhlmann, Gaby	1957 USC Mainz	Sa.13.06.1998	Ludwigshafen
10:41,82	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Mi.01.05.1985	Ingelheim
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,6	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:43,50	Huber, Anne	1977 USC Mainz 71.	Sa.22.05.2004	Minden
10:43,72	Renner, Vanessa	1981 USC Mainz	Sa.22.05.2004	Minden
10:43,9	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	So.07.09.1986	Siegen
10:44,12	Wittmann, Tanja	1981 USC Mainz	Sa.22.05.2004	Minden
10:44,30	Mayer, Paula	1997 USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:44,75	Schmitz, Maren	1992 LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
10:46,5	Schmidt, Inge	1938 USC Mainz	Sa.02.07.1977	Ingelheim
10:47,04	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	Sa.09.06.1990	Recklinghausen
10:47,40	Bühler, Sigrid	1979 USC Mainz	Sa.20.05.2006	Halberstadt
10:47,9	Nagy, Eva	1979 USC Mainz	Mi.24.05.2000	Westerburg



10:48,48	Klumb, Karolin	1996 USC Mainz 81.	So.14.09.2014	Lage
10:48,6	Schmidt, Inge	1938 USC Mainz	Sa.15.07.1978	Ingelheim
10:49,92	Hahn, Andrea	1978 Uni Mainz	Sa.17.06.2000	Stuttgart
10:50,50	Peters, Wiebke	1981 USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
10:50,7	Schmidt, Heike	1967 DJK-BSC Mainz	So.29.05.1988	Ingelheim
10:51,57	Wirsing, Regina	1987 USC Mainz	Mi.03.07.2013	Pfungstadt
10:51,5	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Di.13.07.1993	Mainz
10:51,70	Brand, Silke	1977 SC Lerchenberg	Mi.01.05.1996	Ingelheim
10:51,8	Fisch, Erika	1937 USC Mainz	So.31.08.1975	Obersuhl
10:52,89	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.02.08.1995	Pfungstadt
10:53,0	Bellgardt, Sabine	1956 USC Mainz 91.	Do.04.05.1978	Ingelheim
10:53,26	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.19.05.2007	Hannover
10:53,32	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.15.05.1993	Worms
10:53,50	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Sa.18.05.1996	Breslau/POL
10:53,89	Walter, Cora	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:53,9	Rössel, Hildegard	1960 LG Rheinfront	Do.08.05.1986	Trier
10:53,9	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
10:55,34	Pieper, Julia	1992 LC Bingen	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
10:55,70	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	So.16.05.1982	Ludwigshafen
10:55,6	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Do.09.07.1998	Oberwesel
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz 101.	Fr.17.06.1988	Trier
10:56,0	Schmidt, Inge	1938 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
10:56,19	Klumb, Karolin	1996 USC Mainz	Sa.08.06.2013	Ingelheim
10:56,49	Peters, Wiebke	1981 USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
10:56,4	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Do.29.04.1999	Oberwesel
10:56,59	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	So.23.08.1987	Ebensee
10:56,66	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Mi.30.05.2001	Wiesbaden
10:56,6	Pfeifer, Lore	1958 LC Bingen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:56,6	Braun, Sabine	1963 DJK-BSC Mainz	Mi.13.04.1988	Wetzlar
10:56,91	Kuhlmann, Gaby	1957 USC Mainz	Sa.15.05.1999	Salzgitter
10:57,5	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen 111.	Di.22.09.1987	St. Augustin
10:58,3	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	Sa.10.06.1989	Sindelfingen
10:58,4	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Do.23.09.1982	Bensheim
10:58,58	Pieper, Julia	1992 LC Bingen	Sa.12.05.2012	Wiesbaden
10:59,20	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Darmstadt
10:59,4	Kalt, Ulrike	1952 USC Mainz	Do.04.06.1981	Koblenz
10:59,90	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	Do.01.05.1997	Ingelheim
10:59,9	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	Sa.08.06.1991	Wetzlar
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:00,3	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	So.12.06.1983	Mainz
11:00,5	Heil, Annette	1970 LC Bingen 121.	Sa.16.05.1987	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:02,39	Brand, Silke	1977 SC Lerchenberg	Sa.31.05.1997	Worms
11:02,87	Müller, Susanne	1982 USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:03,1	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
11:03,34	Kuhlmann, Gaby	1957 USC Mainz	Sa.01.07.2000	Saulheim
11:03,76	Kuhlmann, Gaby	1957 USC Mainz	So.10.06.2001	Saulheim
11:03,85	Schmitz, Maren	1992 LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:04,1	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz 131.	So.12.06.1983	Mainz
11:04,50	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.10.05.1997	Braunschweig
11:04,9	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
11:05,13	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	So.12.05.1996	Flein
11:05,5	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	Do.17.08.1978	Ludwigshafen
11:05,82	Pieper, Julia	1992 LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt

11:06,1	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Do.08.05.1986	Trier
11:06,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:06,60	Wittmann, Tanja	1981 USC Mainz	So.25.05.2008	Vila Real/POR
11:06,88	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	So.01.05.1988	Ingelheim
11:07,00	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Di.25.07.2000	Wiesbaden
		141.		
11:07,2	Fisch, Erika	1937 USC Mainz	So.15.09.1974	Osnabrück
11:08,05	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	Mo.01.05.1995	Ingelheim
11:08,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:08,47	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Do.19.05.1994	Mainz
11:08,82	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	Sa.01.06.1996	Trier
11:09,01	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	Sa.06.06.1992	Ludwigshafen
11:09,03	Haas, Ulrike	1967 LC Bingen	So.16.06.1991	Worms
11:08,9	Bellgardt, Sabine	1956 USC Mainz	So.10.07.1977	Mainz
11:09,19	Martin, Marika	1956 SVT Bechtheim	Di.03.09.1996	Wiesbaden
11:11,2	Fisch, Erika	1937 USC Mainz	Sa.06.10.1973	Ingelheim
		151.		
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:11,6	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	Mo.02.10.1978	Ingelheim
11:12,1	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Sa.01.07.1978	Ludwigshafen
11:12,2	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
11:12,4	Schulz, Heike	1966 Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
11:13,23	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz	Mi.06.07.1994	Pfungstadt
11:13,1	Dürsch, Hildegard	1960 Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
11:14,4	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Mi.25.05.1977	Ingelheim
11:16,44	Müller, Susanne	1982 USC Mainz	Sa.24.05.2003	Braunschweig
11:16,99	Jacob, Alexandra	1979 USC Mainz	Mi.27.05.1998	Pfungstadt
		161.		
11:17,0	Kutzsche, Gabi	1955 Ingelheimer LG	Mi.25.05.1977	Ingelheim
11:17,23	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Sa.07.09.1996	Ingelheim
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968 SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:17,3	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Mi.19.04.1989	Pfungstadt
11:17,6	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:17,93	Presser, Monika	1964 LC Bingen	Do.01.05.1997	Ingelheim
11:17,8	Bellgardt, Sabine	1956 USC Mainz	Sa.12.07.1975	Frankfurt
11:18,11	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:18,18	Bachmann, Sabine	1983 USC Mainz	Sa.17.05.2008	Saarbrücken
11:18,4	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	Sa.01.10.1977	Ingelheim
		171.		
11:18,65	Trostmann, Ulrike	1950 DJK-BSC Mainz	Mi.05.07.1995	Pfungstadt
11:20,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:20,8	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:20,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:21,00	Trostmann, Ulrike	1950 DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1996	Ingelheim
11:21,0	Kellermann, Evi	1961 USC Mainz	So.10.05.1981	Darmstadt
11:21,19	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.16.05.1998	Hagen
11:21,2	Kuntz, Kirsten	1965 TG 1846 Worms	Do.09.07.1987	Ludwigshafen
11:21,3	Schulz, Heike	1966 Ingelheimer LG	Mi.20.09.1989	Ingelheim
11:21,4	Weber, Sabine	1960 TG 46 Worms	Fr.06.08.1976	Bremerhaven
		181.		
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:21,7	Steidl, Hannelore	1939 Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
11:21,7	Dängen, Anja	1972 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:22,2	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
11:22,2	Schmitt, Inge	1938 USC Mainz	So.11.05.1980	Bielefeld
11:22,52	Schuler, Meike	1995 TSV Schott Mainz	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
11:23,15	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.15.05.1999	Salzgitter
11:23,4	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim
		191.		
11:23,68	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.30.05.1987	Weinheim

11:24,0	Steidl, Hannelore	1939 Ingelheimer LG	Mi.04.08.1982	Ludwigshafen
11:24,2	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:24,46	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:24,49	Müller, Frieda	1951 LLG Wonnegau	Sa.27.06.1981	Ludwigshafen
11:25,4	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Sa.30.06.1979	Ingelheim
11:25,75	Stoltenberg, Jessica	1975 USC Mainz	Sa.13.06.1998	Ludwigshafen
11:25,76	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfrost	Sa.19.06.1982	Ingelheim
11:28,03	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz 201.	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:28,4	Kutzsche, Gabi	1955 Ingelheimer LG	So.24.10.1976	Nieder-Olm
11:28,61	Sarter, Sabine	1972 USC Mainz	Mi.02.07.2003	Pfungstadt
11:29,41	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Sa.11.06.1988	Ludwigshafen
11:29,5	Klümper, Susi	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:30,56	Wittmann, Tanja	1981 USC Mainz	Sa.21.05.2005	Hannover
11:31,29	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Mo.01.05.1995	Ingelheim
11:31,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
11:32,2	Zell, Beate	1958 LC Bingen	Do.01.05.1980	Ingelheim
11:32,4	Fisch, Erika	1937 USC Mainz	Di.28.06.1977	Frankfurt
11:32,8	Presser, Monika	1964 LC Bingen 211.	Di.26.09.1995	Wiesbaden
11:33,07	Schmidt, Heike	1967 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
11:33,4	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfrost	Do.15.05.1980	Mainz
11:33,6	Schmitt, Heike	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:34,51	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.04.07.1982	Ludwigshafen
11:34,9	Steidl, Hannelore	1939 Ingelheimer LG	Sa.18.06.1983	Heidesheim
11:35,0	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Fr.19.09.1986	Ingelheim
11:35,3	Heil, Annette	1970 LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
11:35,6	Kuhne, Martina	1960 USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:35,7	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim 221.	Sa.08.09.1984	Ingelheim
11:35,85	Jacob, Alexandra	1979 USC Mainz	Mi.02.07.1997	Pfungstadt
11:35,94	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
11:35,8	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Do.16.09.1976	Frankfurt
11:36,0	Habermann, Ursula	1944 USC Mainz	Sa.19.04.1975	Frankfurt
11:36,1	Steidl, Hannelore	1939 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
11:36,2	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:36,3	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	So.30.09.1979	Ingelheim
11:36,42	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:36,8	Kutzsche, Gabi	1955 Ingelheimer LG	Mi.04.06.1975	Wiesbaden
11:37,01	Ritschel, Nora	1983 USC Mainz 231.	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
11:38,3	Müller, Frieda	1951 LLG Wonnegau	Mi.04.08.1982	Ludwigshafen
11:38,5	Schulz, Heike	1966 DJK-BSC Mainz	Di.18.09.1990	Ingelheim
11:38,74	Paulus, Katharina	1986 LC Bingen	Do.05.05.2005	Saulheim
11:38,6	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:38,8	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfrost	So.17.05.1981	Mainz
11:39,0	Fisch, Erika	1937 USC Mainz	Sa.28.08.1976	Leinfeldern
11:39,7	Kuhlmann, Gaby	1957 DJK-BSC Mainz 241.	Mi.09.09.1987	Ingelheim
11:39,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
11:40,61	Brand, Silke	1977 SC Lerchenberg	So.11.09.1994	Nieder-Olm
11:40,75	Sottmann, Claudia	1981 USC Mainz	Mi.02.07.2003	Pfungstadt
11:41,0	Berg, Ingrid	1943 LLG Wonnegau	Do.18.08.1983	Ludwigshafen
11:41,25	Brand, Silke	1977 USC Mainz	Sa.01.06.1991	Worms
11:41,3	Kordy, Steffi	1969 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,80	Sieben, Hanah	1981 USC Mainz	So.06.06.1999	Landau

11:41,81	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
11:42,73	Bensow, Kerstin	1970 TuS Wörrstadt 251.	Sa.21.09.1985	Mainz
11:43,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
11:43,7	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.09.1988	Ingelheim
11:43,90	Helmer, Christine	1965 TV Bodenheim	So.09.06.1996	Heidesheim
11:43,8	Röper, Koosje	1942 LG Rheinfront	Sa.30.06.1979	Ingelheim
11:44,89	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:45,03	Tentrup, Corinna	1959 Ingelheimer LG	Do.01.05.1986	Ingelheim
11:45,05	Schuler, Meike	1995 LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
11:45,95	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1996	Ingelheim
11:46,5	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Mi.17.06.1987	Mainz

### Toplisten aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20

8:20,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Sa.25.09.1976	Frankfurt
8:21,6	Wessinghage, Thomas	1952 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
8:29,0	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
8:31,4	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.04.08.1983	Ludwigshafen
8:32,6	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Sa.20.09.1975	Frankfurt
8:34,1	Eckert, Ralf	1959 TG Worms	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
8:34,39	Baumgarten, Markus	1966 LC Bingen	Fr.16.08.1985	Fulda
8:37,2	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Do.14.07.1983	Ludwigshafen
8:37,7	Weingärtner, Thomas	1967 USC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim
8:38,91	Verez Sola, Carlos	1977 DJK-BSC Mainz 11.	Sa.07.09.1996	Daun
8:40,6	Verez Sola, Carlos	1977 DJK-BSC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:41,4	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:41,8	Raabe, Jürgen	1958 TG Worms	Fr.22.07.1977	Ludwigshafen
8:42,02	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.10.05.1986	Bensheim
8:42,2	Gemünden, Claude von	1954 USC Mainz	Sa.08.09.1973	Aschaffenburg
8:42,7	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Sa.24.04.1982	Ludwigshafen
8:43,2	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	So.26.04.1981	Rimbach
8:43,5	Eckert, Ralf	1959 TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Mi.07.09.1988	Ingelheim
8:45,43	Weingärtner, Thomas	1967 USC Mainz 21.	Mi.28.08.1985	Koblenz
8:48,2	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Sa.24.04.1976	Frankfurt
8:48,6	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Do.06.08.1987	Schwalbach
8:48,8	Weingärtner, Otto	1947 USC Mainz	Mi.21.09.1966	Hanau
8:50,3	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Mi.27.05.1981	Mainz
8:50,8	Bock, Peter	1959 TG Worms	Sa.24.09.1977	Frankfurt
8:51,1	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.21.09.1980	Dortmund
8:53,51	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.11.06.1986	Koblenz
8:54,8	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
8:55,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Fr.19.07.1974	Gelsenkirchen
8:55,7	Härle, Martin	1967 USC Mainz 31.	Mi.05.06.1985	Mainz
8:56,8	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	Fr.31.12.1971	???
8:56,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
8:57,0	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	Do.01.06.1972	Stuttgart
8:57,46	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	So.22.06.1986	Ingelheim
8:59,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Di.24.04.1990	Darmstadt
9:00,1	Stohr, Hubert	1963 USC Mainz	So.03.10.1982	Ludwigshafen
9:00,6	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.26.07.1979	Ludwigshafen
9:01,8	Weingärtner, Thomas	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.07.10.1984	Wiesbaden
9:02,29	Verez Sola, Carlos	1977 DJK Nieder-Olm	Sa.24.09.1994	Pfungstadt

9:02,2	Härle, Martin	1967 USC Mainz 41.	Sa.09.06.1984 Mainz
9:02,40	Frankenberger, Harald	1966 ESV Alzey	So.01.07.1984 Koblenz
9:02,66	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.22.06.1991 Koblenz
9:03,64	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	So.13.09.1987 Worms
9:03,9	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.07.1979 Ludwigshafen
9:04,1	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Sa.14.10.1967 Bingen
9:04,1	Zell, Christoph	1960 LC Bingen	Mi.11.07.1979 Raunheim
9:04,4	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.22.05.1985 Koblenz
9:05,03	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	So.16.09.1990 Ahlen
9:05,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.19.04.1975 Bonn
9:05,4	Brockschmidt, Gerhard	1952 TG 46 Worms 51.	Sa.17.10.1970 Heidelberg
9:05,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Do.29.05.1975 Frankfurt
9:05,78	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Sa.10.05.1986 Bensheim
9:06,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.16.06.1990 Limburgerhof
9:07,84	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Sa.22.06.1991 Koblenz
9:08,8	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987 Ingelheim
9:08,9	Mohr, Markus	1969 USC Mainz	Mi.09.09.1987 Ingelheim
9:09,14	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Fr.01.05.1987 Ingelheim
9:09,2	Schick, Armin	1957 TG 46 Worms	Sa.19.04.1975 Bonn
9:09,40	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.06.2014 Pfungstadt
9:09,52	Görke, Christoph	1991 USC Mainz 61.	Di.28.04.2009 Darmstadt
9:09,6	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985 Bischofsheim
9:09,7	Dinges, Stefan	1961 LLG Wonnegau	So.01.07.1979 Ludwigshafen
9:10,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.01.05.1976 Bonn
9:10,40	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Sa.24.04.1993 Schweinfurt
9:10,3	Stohr, Hubert	1963 LAZ Nieder-Olm	Do.06.08.1981 Ludwigshafen
9:10,4	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Sa.21.09.1968 Erlangen
9:10,5	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978 Ludwigshafen
9:10,8	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Mi.09.08.1989 Ludwigshafen
9:11,41	Wallerbrunn, Thomas v.	1973 TG 1846 Worms	Do.01.08.1991 Limburgerhof
9:11,4	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms 71.	Do.26.06.1980 Mainz
9:12,0	Reinhardt, Axel	1944 TuS Biebelnheim	Sa.25.05.1963 Worms
9:12,18	Judas, Uwe	1963 USC Mainz	Sa.19.09.1981 Wunstorf
9:12,1	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.06.1980 Mainz
9:12,1	Wallerbrunn, Thomas v.	1973 LG Altrhein	So.03.09.1989 Ingelheim
9:12,6	Finger, Erwin	1950 TG 46 Worms	So.14.07.1968 Mainz
9:13,36	Kimser, Paul	1973 LC Bingen	Sa.23.09.1989 Bad Schwalbach
9:13,4	Kunst, Ernst	1937 TuS 48 Ober-Ingelheim	Fr.05.08.1955 Frankfurt
9:13,5	Judas, Uwe	1963 USC Mainz	Sa.20.09.1980 Dortmund
9:13,84	Adomat, Tim	1989 USC Mainz	Mi.09.05.2007 Wiesbaden
9:14,8	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm 81.	Mi.01.06.1977 Nieder-Olm
9:14,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.02.10.1982 Ingelheim
9:15,27	Schessler, Andreas	1985 USC Mainz	Mi.04.08.2004 Pfungstadt
9:15,4	Grünberg, Kay-Uwe	1956 Ingelheimer LG	Fr.20.06.1975 Frankfurt
9:16,00	Knobloch, Steffen	1970 Ingelheimer LG	Sa.23.09.1989 Bad Schwalbach
9:16,0	Verez Sola, Carlos	1977 TG 1890 Wallertheim	Do.23.09.1993 Frankfurt
9:16,17	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Sa.10.05.1986 Bensheim
9:16,2	Jüngling, Gunter	1943 TG 46 Worms	So.06.08.1961 Kiel
9:16,51	Germei, Matthias	1974 USC Mainz	So.14.06.1992 Worms
9:16,4	Vater, Udo	1963 Ingelheimer LG	Di.04.05.1982 Mainz
9:16,6	Krebs, Georg	1950 USC Mainz 91.	Mi.16.07.1969 Bingen
9:17,4	Zimmermann, Werner	1941 FSV Mainz 05	Mo.30.03.1959 Paderborn
9:17,4	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Mo.12.06.1989 Mainz
9:17,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Fr.01.05.1992 Ingelheim
9:17,5	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.01.10.1983 Ingelheim
9:18,14	Steiner, Patrick	1978 TSG Heidesheim	Sa.19.07.1997 Nieder-Olm

9:18,0	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	So.20.08.1972	Köln
9:18,7	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:18,7	Sprenger, Norbert	1969	Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:19,2	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	Do.22.08.1985	Ludwigshafen
9:19,4	Giese, Rainer	1954	TG Worms 101.	Sa.19.05.1973	Bensheim
9:19,6	Aurin, Jürgen	1955	USC Mainz	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:19,8	Grünberg, Kai-Uwe	1956	Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
9:20,0	Werle, Franz Karl	1944	USC Mainz	So.16.09.1962	Würzburg
9:20,3	Schölles, Uwe	1965	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:20,4	Grünberg, Kai-Uwe	1956	Ingelheimer LG	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:20,7	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:20,8	Almeroth, Gerd	1953	LG Rheinhessen-Mitte	So.05.07.1970	Andernach
9:21,26	Adomat, Tim	1989	USC Mainz	Do.17.08.2006	Bergisch-Gladbach
9:21,2	Reinhardt, Axel	1944	TuS Biebelnheim	Sa.30.06.1962	Mainz
9:21,2	Willig, Volker	1962	USC Mainz 111.	So.01.06.1980	Mainz
9:21,8	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	So.23.09.1984	Mainz
9:21,8	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	Do.27.06.1985	Mainz
9:22,2	Moritz,	1954	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:22,3	Eiermann, Michael	1961	LG Heidesheim/Gau Algesh.	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:22,55	Jeckel, Daniel	1997	Stimmel Sports e.V.	Sa.29.06.2013	Regensburg
9:22,61	Augello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:22,9	Papenfuß, Mathias	1965	USC Mainz	Sa.28.04.1984	Darmstadt
9:23,4	Gemünden, Claude von	1954	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:23,6	Edelmann, Benno	1954	USC Mainz	Sa.21.10.1972	Ingelheim
9:23,79	Werner, Axel	1966	LC Bingen 121.	Sa.16.06.1984	Mainz
9:23,8	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	Mi.16.07.1969	Bingen
9:23,8	Hochheiden, Gunar	1953	USC Mainz	So.05.07.1970	Andernach
9:23,95	Riker, Tobias	1991	USC Mainz	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:24,05	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
9:24,0	Schölles, Uwe	1965	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:24,1	Knobloch, Steffen	1970	Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
9:24,4	Knobloch, Steffen	1970	Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:25,1	Sprenger, Norbert	1969	Ingelheimer LG	Mi.07.09.1988	Ingelheim
9:25,2	Renth, Rudolf	1944	Ingelheimer LG	Sa.30.06.1962	Mainz
9:25,44	Al Schehabi, Mohamed	1996	USC Mainz 131.	Sa.17.05.2014	Mannheim
9:25,4	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	Mi.22.09.1999	Frankfurt
9:25,5	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:25,6	Raabe, Jürgen	1958	TG 46 Worms	So.21.07.1974	Bellheim
9:25,8	Schölles, Uwe	1965	TSG Flonheim	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,2	Herzbach, Horst		TuS Heidesheim	Mo.31.12.1951	???
9:26,2	Patschke, Thomas	1964	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,53	Görke, Christoph	1991	USC Mainz	Mi.06.09.2006	Pfungstadt
9:26,4	Diehl, Christoph	1956	TG 46 Worms	Sa.08.06.1974	Worms
9:26,7	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Di.11.10.1966	Bingen
9:27,18	Piehl, Jochen	1973	TG 1846 Worms 141.	Sa.22.06.1991	Koblenz
9:27,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:27,26	Baumgarten, Günter	1969	DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:27,49	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:27,8	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	Sa.25.08.1979	Mörfelden
9:27,9	Keuper, Wolfgang	1960	LAZ Nieder-Olm	Sa.02.09.1978	Schwetzingen
9:28,28	Patschke, Thomas	1964	SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:28,3	Klingenmeier, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:28,6	Härle, Peter	1969	USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
9:29,0	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Sa.02.09.1978	Schwetzingen
9:29,1	Schell, Marcus	1968	DJK-BSC Mainz 151.	Fr.19.09.1986	Ingelheim
9:29,3	Lutz, Jürgen	1968	DJK-BSC Mainz	Fr.19.09.1986	Ingelheim

9:29,47	Barzen, Erik	1996	TSG Heidesheim	Sa.08.06.2013	Ingelheim
9:29,53	Heinz, Oliver	1973	TV 1846 Alzey	Sa.18.07.1987	Worms
9:29,4	Hochheiden, Gunar	1953	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:30,0	Bender, Rainer	1945	USC Mainz	So.19.05.1963	Schweinfurt
9:30,0	Becker, Stephan	1964	USC Mainz	Sa.08.05.1982	Bensheim
9:30,2	Stohr, Hubert	1963	LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:30,2	Frankenberger, Harald	1966	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:30,67	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz	So.01.10.1995	Koblenz
9:30,89	Wagner, Lars	1997	USC Mainz 161.	So.14.09.2014	Lage
9:31,1	Kürten, Andreas	1977	TSG Heidesheim	Di.23.05.1995	Mainz
9:31,8	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:32,26	Reiss, Frank	1979	LAZ Nieder-Olm	Do.05.09.1996	Ludwigshafen
9:32,2	Bock, Peter	1959	TG 46 Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
9:32,5	Hellmann, Jochen	1965	USC Mainz	So.15.05.1983	Dormagen
9:32,5	Baumgarten, Günter	1969	LC Bingen	So.30.09.1984	Ludwigshafen
9:32,6	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm	Di.01.05.1979	Ingelheim
9:32,76	Stimmel, Linus	1996	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:32,8	Vater, Udo	1963	USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:33,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey 171.	So.28.09.1980	Ingelheim
9:34,4	Euchler, Markus	1967	TSG Pfeddersheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:34,93	Wolf, Christian	1968	USC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:35,23	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:35,2	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:35,48	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	So.16.09.1984	Bad Bergzabern
9:35,4	Kappesser, Lothar	1954	LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
9:35,6	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
9:36,0	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	So.04.06.1967	Worms
9:36,0	Giese, Rainer	1954	TG 46 Worms	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
9:36,2	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz 181.	Do.18.06.1987	Mainz
9:36,56	Stimmel, Paul	1995	Stimmel Sports e.V.	Sa.18.06.2011	Trier
9:37,0	Grünberg, Jens	1958	Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
9:37,2	Weiß, Ferdi	1936	1860 Mainz	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:37,3	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:37,56	Nowak, Nurman	1988	USC Mainz	Mi.20.09.2006	Trebur
9:37,9	Glatz, Thomas	1966	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:38,21	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz	So.09.06.1996	Zweibrücken
9:38,2	Rossel, Michael	1972	LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:38,63	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein	So.09.09.1990	Saarbrücken
9:39,00	Neu, Heiko	1973	LG Altrhein 191.	So.19.08.1990	Worms
9:39,0	Schowalter, Klaus	1944	TG 46 Worms	Sa.30.06.1962	Mainz
9:39,0	Bender, Rainer	1945	USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
9:39,30	Stern, Silvio	1966	LC Bingen	Sa.16.06.1984	Mainz
9:39,3	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	Mi.30.09.1998	Frankfurt
9:39,6	Bingenheimer, Werner.	1950	LG Nierstein-Oppenheim	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,0	Aurin, Werner	1951	USC Mainz	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,33	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg	Sa.26.06.1982	Mainz
9:40,2	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	So.23.09.1984	Mainz
9:40,4	Keuper, Wolfgang	1960	LAZ Nieder-Olm	So.10.07.1977	Ludwigshafen
9:40,4	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm 201.	Do.01.05.1980	Ingelheim
9:40,4	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:40,9	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Jäger, Norbert	1962	TG Worms	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	Mi.13.08.1980	Bingen

## Toplisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20

9:50,5	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Sa.21.07.1979	Schweinfurt
10:02,7	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.27.09.1981	Ingelheim
10:08,4	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Do.17.08.1978	Ludwigshafen
10:12,41	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Do.06.08.1992	Ludwigshafen
10:14,7	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:18,1	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Do.01.09.1988	Ludwigshafen
10:18,89	Schmidt, Heike	1967	DJK-BSC Mainz	So.29.06.1986	Koblenz
10:19,15	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.24.06.1989	Ingelheim
10:22,81	Schmidt, Heike	1967	DJK-BSC Mainz	Sa.06.07.1985	Ingelheim
10:25,28	Fischer, Sarah	1976	USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
			11.		
10:28,57	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
10:29,37	Veith, Manuela	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:30,9	Rehmet, Barbara	1962	USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:31,27	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	So.19.09.1999	Taiflingen
10:31,71	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:31,6	Thelen, Karin	1964	TG Worms	Sa.02.10.1982	Ingelheim
10:33,2	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
10:34,1	Fischer, Sarah	1976	USC Mainz	Mi.12.06.1991	Mainz
10:34,7	Weber, Sabine	1960	TG Worms	Fr.01.07.1977	Ingelheim
10:35,46	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Mi.26.05.1993	Karlstadt
			21.		
10:36,2	Thelen, Karin	1964	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:38,6	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,0	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
10:39,59	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
10:39,6	Fischer, Daniela	1976	USC Mainz	Mi.27.05.1992	Mainz
10:40,3	Ramb, Marion	1963	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,6	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
			31.		
10:43,9	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.07.09.1986	Siegen
10:44,30	Mayer, Paula	1997	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:48,48	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:50,50	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
10:51,70	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	Mi.01.05.1996	Ingelheim
10:53,32	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	Sa.15.05.1993	Worms
10:53,89	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:53,9	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972	USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier
10:56,19	Klumb, Karolin	1996	USC Mainz	Sa.08.06.2013	Ingelheim
			41.		
10:56,49	Peters, Wiebke	1981	USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
10:56,59	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	So.23.08.1987	Ebensee
10:58,4	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Do.23.09.1982	Bensheim
10:59,20	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Darmstadt
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968	USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:00,3	Mühlen, Isabel	1968	USC Mainz	So.12.06.1983	Mainz
11:00,5	Heil, Annette	1970	LC Bingen	Sa.16.05.1987	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977	USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976	LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,1	Brucker, Kerstin	1972	USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
			51.		
11:02,87	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:03,85	Schmitz, Maren	1992	LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:04,1	Göppinger, Kaja	1968	USC Mainz	So.12.06.1983	Mainz



11:04,9	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
11:05,82	Pieper, Julia	1992 LC Bingen	Di.03.05.2011	Darmstadt
11:06,1	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Do.08.05.1986	Trier
11:06,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:08,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:11,6	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz 61.	Mo.02.10.1978	Ingelheim
11:12,2	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
11:16,99	Jacob, Alexandra	1979 USC Mainz	Mi.27.05.1998	Pfungstadt
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968 SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:17,3	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Mi.19.04.1989	Pfungstadt
11:17,6	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:17,8	Bellgardt, Sabine	1956 USC Mainz	Sa.12.07.1975	Frankfurt
11:18,11	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:18,4	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	Sa.01.10.1977	Ingelheim
11:20,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:20,8	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim 71.	Sa.16.05.1987	Mainz
11:20,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:21,4	Weber, Sabine	1960 TG 46 Worms	Fr.06.08.1976	Bremerhaven
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:21,7	Dängen, Anja	1972 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:22,2	Geiß, Andrea	1958 LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
11:22,52	Schuler, Meike	1995 TSV Schott Mainz	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
11:23,4	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim
11:23,68	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz 81.	Sa.30.05.1987	Weinheim
11:24,2	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:24,46	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:25,76	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	Sa.19.06.1982	Ingelheim
11:28,03	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:29,5	Klümper, Susi	1965 USC Mainz	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:31,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
11:33,07	Schmidt, Heike	1967 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
11:33,4	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
11:33,6	Schmitt, Heike	1965 USC Mainz 91.	Sa.14.05.1983	Uerdingen
11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:34,51	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.04.07.1982	Ludwigshafen
11:35,0	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Fr.19.09.1986	Ingelheim
11:35,3	Heil, Annette	1970 LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
11:35,6	Kuhne, Martina	1960 USC Mainz	Do.04.05.1978	Ingelheim
11:35,7	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
11:35,85	Jacob, Alexandra	1979 USC Mainz	Mi.02.07.1997	Pfungstadt
11:35,94	Görke, Katharina	1992 USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
11:36,2	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:36,42	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim 101.	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:36,3	Landvogt, Patricia	1962 TSG Heidesheim	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,01	Ritschel, Nora	1983 USC Mainz	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:37,78	Nink, Livia	1984 USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
11:38,74	Paulus, Katharina	1986 LC Bingen	Do.05.05.2005	Saulheim
11:38,6	Krause, Astrid	1969 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:38,8	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
11:39,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:40,52	Rausch, Astrid	1969 LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz

## 111.

11:40,61	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	So.11.09.1994	Nieder-Olm
11:41,25	Brand, Silke	1977	USC Mainz	Sa.01.06.1991	Worms
11:41,3	Kordy, Steffi	1969	USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,80	Sieben, Hanah	1981	USC Mainz	So.06.06.1999	Landau
11:41,81	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
11:42,73	Bensow, Kerstin	1970	TuS Wörrstadt	Sa.21.09.1985	Mainz
11:43,5	Wilhelm, Heike	1965	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
11:43,7	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.09.1988	Ingelheim
11:44,89	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:45,05	Schuler, Meike	1995	LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
121.					
11:46,5	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Mi.17.06.1987	Mainz
11:46,9	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.27.09.1981	Ingelheim
11:48,8	Scholz, Nicole	1971	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
11:49,22	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:49,34	Kieren, Sinicca	1980	USC Mainz	So.05.05.1996	Worms
11:49,4	Landvogt, Beatrix	1967	TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
11:49,59	Scholz, Nicole	1971	USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
11:50,6	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
11:51,66	Veith, Nicole	1974	TV 1848 Bodenheim	So.14.06.1992	Worms
11:52,7	Schmelcher, Antje	1968	DJK-BSC Mainz	Sa.24.08.1985	Mainz
131.					
11:52,92	Schmitz, Maren	1992	LC Bingen	Sa.24.04.2010	Bad Dürkheim
11:53,10	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.12.05.2010	Oppenheim
11:54,10	Held, Daniela	1979	LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:54,31	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.25.08.1999	Pfungstadt
11:55,17	Alkan, Ninurta	1986	USC Mainz	Sa.15.06.2002	Polch
11:55,2	Klümper, Susi	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
11:55,69	Mainka, Phyllis	1995	TV Wahlheim	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
11:55,6	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
11:58,41	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	Do.13.05.2010	Mannheim
11:58,6	Landvogt, Beatrix	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
141.					
11:59,28	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen
11:59,2	Henning, Susanne	1971	LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
11:59,35	Müller, Barbara	1982	USC Mainz	Mi.23.08.2000	Pfungstadt
11:59,3	Rausch, Astrid	1969	LC Bingen	Do.17.07.1986	Ludwigshafen
11:59,8	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Sa.24.08.1985	Mainz
11:59,9	Farwig, Anne	1966	TG Worms	Sa.16.10.1982	Heidelberg
12:00,0	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	Mo.02.10.1978	Ingelheim
12:01,89	Klumb, Karolin	1996	TV Wahlheim	Sa.02.06.2012	Kaiserslautern
12:03,7	Krügel, Katharina	1974	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
12:04,1	Ziegler, Bellinda	1965	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
151.					
12:04,60	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.03.07.1983	Ingelheim
12:07,42	Sielemann, Anna-Marlen	1993	USC Mainz	So.15.05.2011	Mannheim
12:07,4	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:07,5	Henning, Susanne	1971	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:08,4	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
12:11,18	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	So.07.05.1995	Worms
12:12,6	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:13,0	Weyer, Petra	1964	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:13,1	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Do.15.05.1980	Mainz
12:14,96	Weiß, Anja	1980	DJK-BSC Mainz	Di.02.09.1997	Wiesbaden
161.					
12:16,2	Kuhne, Martina	1960	USC Mainz	Sa.30.04.1977	Ludwigshafen
12:18,0	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	Mi.24.06.1998	Eich
12:19,58	Sielemann, Anna-Marlen	1993	USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
12:20,9	Gumbel, Marion	1963	LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:23,33	Müller, Barbara	1982	USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
12:25,10	Schupp, Elsa	1976	LG SV/TV Gau-Algesheim	So.07.05.1995	Worms

12:25,54	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	So.05.05.1996 Worms
12:25,9	Pfeiffer, Lore	1958 LC Bingen	So.24.10.1976 Nieder-Olm
12:27,2	Klümper, Susi	1965 SC Lerchenberg	So.27.09.1981 Ingelheim
12:27,3	Reitz, Stefanie	1965 LG Rheinfront 171.	Do.15.05.1980 Mainz
12:27,49	Ferrier, Andrea	1970 LC Bingen	Di.05.06.1984 Koblenz
12:27,6	Jacobi, Beate	1979 LG Altrhein	Mi.25.06.1997 Eich
12:29,6	Gabel, Claudia	1957 TV Alzey	Sa.05.10.1974 Ingelheim
12:29,6	Flohr, Petra	1965 LC Bingen	So.27.09.1981 Ingelheim
12:30,09	Holz, Katja	1978 TG 1846 Worms	Sa.15.05.1993 Worms
12:32,5	Reitz, Stefanie	1965 LG Rheinfront	So.17.05.1981 Mainz
12:33,82	Rinne, Sandra	1979 USC Mainz	Sa.22.08.1998 Schwetzingen
12:33,9	Gein, Sylvia	1963 USC Mainz	So.17.05.1981 Mainz
12:35,93	Oehl, Hannah	1995 USC Mainz	Sa.17.05.2014 Mannheim
12:36,58	Rinne, Sandra	1979 USC Mainz 181.	Sa.14.06.1997 Betzdorf
12:36,99	Mainka, Phyllis	1995 TV Wahlheim	Sa.22.06.2013 Landau
12:37,3	Ruggenthaler, Isabelle	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987 Mainz
12:42,0	Horst, Erika	1965 LG Rheinfront	So.28.09.1980 Ingelheim
12:48,1	Horst, Erika	1965 LG Rheinfront	So.27.09.1981 Ingelheim
12:49,5	Müller, Silke	1967 LG Wahlheim-Esselborn	Sa.08.09.1984 Ingelheim
12:49,7	Rogge, Nadine	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995 Eich
12:51,77	Nubbemeyer, Britta	1993 USC Mainz	So.15.05.2011 Mannheim
12:53,2	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.07.1979 Ludwigshafen
12:54,2	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984 Mainz
12:54,62	Staus, Mikerlange	1998 LC Bingen 191.	Do.09.05.2013 Bingen
12:59,3	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.06.1980 Mainz
12:59,93	Hüll, Christina	1988 TG Worms	Do.05.05.2005 Saulheim
13:00,0	Engelmann, Uta	1968 USC Mainz	Sa.12.05.1984 Mainz
13:00,73	Krügel, Katharina	1974 USC Mainz	So.17.09.1989 Bad Oeynhausen
13:03,4	Zahn, Heike	1968 USC Mainz	Sa.30.04.1983 Mainz
13:04,4	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	Do.18.09.1986 Mainz
13:04,66	Mainka, Phyllis	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.22.06.2011 Bingen
13:04,7	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984 Mainz
13:07,86	Müller, Barbara	1982 USC Mainz	Sa.22.05.1999 Leinfeldern
13:11,8	Weis, Sabine	1968 LG Rheinfront 201.	Do.18.09.1986 Mainz
13:12,2	Held, Sabine	1971 LG Rheinfront	Do.18.09.1986 Mainz

### Toplisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U18

8:43,2	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	So.26.04.1981 Rimbach
8:45,1	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Mi.07.09.1988 Ingelheim
8:50,3	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	Mi.27.05.1981 Mainz
8:51,1	Zirbs, Michael	1964 USC Mainz	So.21.09.1980 Dortmund
8:53,51	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.11.06.1986 Koblenz
8:55,4	Thoma, Leo	1957 USC Mainz	Fr.19.07.1974 Gelsenkirchen
8:56,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz	Sa.14.05.1983 Uerdingen
9:00,6	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.26.07.1979 Ludwigshafen
9:01,8	Weingärtner, Thomas	1967 TSG 1848 Heidesheim	So.07.10.1984 Wiesbaden
9:02,29	Verez Sola, Carlos	1977 DJK Nieder-Olm 11.	Sa.24.09.1994 Pfungstadt
9:02,2	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.09.06.1984 Mainz
9:03,64	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	So.13.09.1987 Worms
9:03,9	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.07.1979 Ludwigshafen
9:04,4	Krafft, Andreas	1969 LC Bingen	Mi.22.05.1985 Koblenz

9:05,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	Sa.19.04.1975	Bonn
9:05,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	Do.29.05.1975	Frankfurt
9:06,56	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.16.06.1990	Limburgerhof
9:09,40	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Mi.04.06.2014	Pfungstadt
9:09,6	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
9:10,2	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms 21.	Sa.01.05.1976	Bonn
9:10,40	Gottschy, Roger	1976 USC Mainz	Sa.24.04.1993	Schweinfurt
9:10,5	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:10,8	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:11,4	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.26.06.1980	Mainz
9:12,1	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.26.06.1980	Mainz
9:12,1	Wallersbrunn, Thomas v.	1973 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
9:13,36	Kimser, Paul	1973 LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:13,5	Judas, Uwe	1963 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:14,8	Kirchey, Thomas	1961 LAZ Nieder-Olm	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:14,8	Schultz, Peter	1966 USC Mainz 31.	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:16,0	Verez Sola, Carlos	1977 TG 1890 Wallertheim	Do.23.09.1993	Frankfurt
9:16,17	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Sa.10.05.1986	Bensheim
9:17,4	Comagic, Slobodan	1972 USC Mainz	Mo.12.06.1989	Mainz
9:17,5	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:18,7	Weingärtner, Thomas	1967 TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:19,2	Pertgen, Carsten	1971 LC Bingen	Do.22.08.1985	Ludwigshafen
9:20,3	Schölles, Uwe	1965 ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:20,4	Grünberg, Kai-Uwe	1956 Ingelheimer LG	Sa.06.10.1973	Ingelheim
9:20,7	Heilmann, Hans-Walter	1964 TG Worms	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:20,8	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte 41.	So.05.07.1970	Andernach
9:21,26	Adomat, Tim	1989 USC Mainz	Do.17.08.2006	Bergisch-Gladbach
9:21,8	Kukies, Jörg	1968 USC Mainz	So.23.09.1984	Mainz
9:21,8	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Do.27.06.1985	Mainz
9:22,2	Moritz,	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:22,3	Eiermann, Michael	1961 LG Heidesheim/Gau Algesh.	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:22,55	Jeckel, Daniel	1997 Stimmel Sports e.V.	Sa.29.06.2013	Regensburg
9:22,61	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.23.09.1989	Bad Schwalbach
9:23,4	Gemünden, Claude von	1954 USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:23,8	Hochheiden, Gunar	1953 USC Mainz	So.05.07.1970	Andernach
9:23,95	Riker, Tobias	1991 USC Mainz 51.	Mi.09.05.2007	Wiesbaden
9:24,0	Schölles, Uwe	1965 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:24,4	Knobloch, Steffen	1970 Ingelheimer LG	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:25,4	Schätzkel, Dirk	1982 USC Mainz	Mi.22.09.1999	Frankfurt
9:25,5	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:25,6	Raabe, Jürgen	1958 TG 46 Worms	So.21.07.1974	Bellheim
9:25,8	Schölles, Uwe	1965 TSG Flonheim	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,2	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:26,53	Görke, Christoph	1991 USC Mainz	Mi.06.09.2006	Pfungstadt
9:26,7	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Di.11.10.1966	Bingen
9:27,1	Frankenberger, Harald	1966 ESV Alzey 61.	So.27.09.1981	Ingelheim
9:27,26	Baumgarten, Günter	1969 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
9:27,49	Ripp, Matthias	1964 SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:28,28	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	Sa.13.06.1981	Ingelheim
9:28,3	Klingenmeier, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Do.04.05.1978	Ingelheim
9:29,47	Barzen, Erik	1996 TSG Heidesheim	Sa.08.06.2013	Ingelheim
9:29,53	Heinz, Oliver	1973 TV 1846 Alzey	Sa.18.07.1987	Worms
9:30,2	Stohr, Hubert	1963 LAZ Nieder-Olm	Do.10.08.1978	Ludwigshafen
9:30,2	Frankenberger, Harald	1966 USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
9:30,67	Dollmann, Björn	1980 USC Mainz	So.01.10.1995	Koblenz
9:30,89	Wagner, Lars	1997 USC Mainz 71.	So.14.09.2014	Lage

9:31,8	Ripp, Matthias	1964	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:32,26	Reiss, Frank	1979	LAZ Nieder-Olm	Do.05.09.1996	Ludwigshafen
9:32,2	Bock, Peter	1959	TG 46 Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
9:32,5	Baumgarten, Günter	1969	LC Bingen	So.30.09.1984	Ludwigshafen
9:32,6	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm	Di.01.05.1979	Ingelheim
9:32,76	Stimmel, Linus	1996	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:32,8	Vater, Udo	1963	USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:33,1	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.28.09.1980	Ingelheim
9:34,4	Euchler, Markus	1967	TSG Pfeddersheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:35,23	Piehl, Jochen	1973	LG Altrhein 81.	So.19.08.1990	Worms
9:35,2	Weingärtner, Thomas	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:35,48	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	So.16.09.1984	Bad Bergzabern
9:35,6	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
9:36,0	Finger, Erwin	1950	TG 46 Worms	So.04.06.1967	Worms
9:36,2	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	Do.18.06.1987	Mainz
9:36,56	Stimmel, Paul	1995	Stimmel Sports e.V.	Sa.18.06.2011	Trier
9:37,0	Grünberg, Jens	1958	Ingelheimer LG	Sa.04.10.1975	Ingelheim
9:37,3	Werner, Axel	1966	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:37,9	Glatz, Thomas	1966	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
9:38,21	Dollmann, Björn	1980	USC Mainz 91.	So.09.06.1996	Zweibrücken
9:38,2	Rossel, Michael	1972	LG Altrhein	Mi.09.08.1989	Ludwigshafen
9:38,63	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein	So.09.09.1990	Saarbrücken
9:39,00	Neu, Heiko	1973	LG Altrhein	So.19.08.1990	Worms
9:39,0	Bender, Rainer	1945	USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
9:39,3	Schätzel, Dirk	1982	USC Mainz	Mi.30.09.1998	Frankfurt
9:40,0	Aurin, Werner	1951	USC Mainz	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:40,2	Krafft, Andreas	1969	LC Bingen	So.23.09.1984	Mainz
9:40,4	Keuper, Wolfgang	1960	LAZ Nieder-Olm	So.10.07.1977	Ludwigshafen
9:40,4	Werle, Stefan	1964	LAZ Nieder-Olm	Do.01.05.1980	Ingelheim
9:40,4	Wallerbrunn, Thomas v.	1973	LG Altrhein 101.	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:40,9	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Jäger, Norbert	1962	TG Worms	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:41,0	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	Mi.13.08.1980	Bingen
9:41,36	Eckenfels, Magnus	1996	Stimmel Sports e.V.	Mi.04.09.2013	Pfungstadt
9:42,10	Leutheuser, Michael	1973	USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
9:42,0	Pertgen, Carsten	1971	LC Bingen	So.30.09.1984	Ludwigshafen
9:42,2	Kirchey, Thomas	1961	LAZ Nieder Olm	Mi.09.06.1976	Nieder-Olm
9:42,7	Förster, Michael	1966	ESV Alzey	So.27.09.1981	Ingelheim
9:43,07	Kürten, Andreas	1977	TSG 1848 Heidesheim	Mi.30.06.1993	Heimbachtal
9:43,34	Kamya, Benjamin	1980	USC Mainz 111.	Sa.19.07.1997	Nieder-Olm
9:43,4	Eiermann, Michael	1961	LG gau Algesheim Heiden.	Sa.01.10.1977	Ingelheim
9:43,6	Stohr, Hubert	1963	LAZ Nieder-Olm	So.01.07.1979	Ludwigshafen
9:43,8	Klostermann, Ansgar	1970	USC Mainz	Do.28.05.1987	Mainz
9:43,9	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
9:44,4	Steingötter, K.	1937	TG 61 Gonsenheim	So.13.06.1954	Gonsenheim
9:44,61	Becker, Stephan	1964	USC Mainz	So.20.09.1981	Wunstorf
9:44,6	Ruthsatz,	1954	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
9:44,6	Wolf, Christian	1968	USC Mainz	So.12.05.1985	Dormagen
9:45,2	Förster, Michael	1966	ESV Alzey	So.25.04.1982	Bingen
9:45,5	Zell, Christoph	1960	LC Bingen 121.	Mi.01.06.1977	Nieder-Olm
9:45,5	Riker, Tobias	1991	USC Mainz	Mi.26.04.2006	Darmstadt
9:45,95	Jeckel, Daniel	1997	Stimmel Sports e.V.	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
9:46,3	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
9:46,3	Gerlach, Daniel	1965	SC Lerchenberg	So.27.09.1981	Ingelheim
9:46,6	Kunst, Ernst	1937	TuS 48 Ober-Ingelheim	So.20.06.1954	Gonsenheim
9:46,6	Kusserow, Peter	1963	LC Bingen	Sa.07.10.1978	Ingelheim
9:46,7	Henneberg, Michael	1971	USC Mainz	Sa.28.05.1988	Mainz

9:46,85	Hofmann, Paul	1992 USC Mainz	Sa.14.06.2008	Trier
9:46,8	Frey, Wolfgang	1957 LC Bingen	Do.04.07.1974	Bingen
9:47,79	Schätzel, Dirk	1982 USC Mainz	Sa.10.05.1997	Worms
		131.		
9:47,8	Grünberg, Jens	1958 Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
9:48,1	Stern, Silvio	1966 LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
9:48,2	Aurin, Jürgen	1955 USC Mainz	So.09.07.1972	Nieder-Olm
9:48,4	Krollmann, Rupertus	1950 Hassia Bingen	So.23.07.1967	Baden-Baden
9:48,86	Rieth, Michael	1969 LC Bingen	Sa.21.09.1985	Mainz
9:48,8	Heusel, Andreas	1959 Ingelheimer LG	Sa.24.04.1976	Bingen
9:49,8	Zell, Ulrich	1961 LC Bingen	So.22.08.1976	Brühl
9:49,9	Frankenberger, Harald	1966 ESV Alzey	Do.15.09.1983	Weinheim
9:50,65	Reiss, Frank	1979 LAZ Nieder-Olm	Mi.06.09.1995	Pfungstadt
9:50,7	Werner, Axel	1966 LC Bingen	So.25.04.1982	Bingen
		141.		
9:51,0	Renth, Rudolf	1944 TG Schwabenheim	So.02.07.1961	Mainz
9:51,0	Giese, Rainer	1954 TG Osthofen	Fr.31.12.1971	???
9:51,0	Kirchner, Bernd	1961 LAG Rheintal	Sa.01.10.1977	Ingelheim
9:51,5	Wolf, Christian	1968 Ingelheimer LG	Sa.08.09.1984	Ingelheim
9:52,0	Galle, Winfried	1965 TuS Monzernheim	So.27.09.1981	Ingelheim
9:52,24	Piehl, Jochen	1973 LG Altrhein	Sa.18.07.1987	Worms
9:52,2	Härle, Martin	1967 USC Mainz	Mi.09.06.1982	Mainz
9:52,2	Heinz, Oliver	1973 TV 1846 Alzey	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:52,8	Gartmann, Markus	1972 LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:54,11	Reiss, Frank	1979 LAZ Nieder-Olm	Sa.24.09.1994	Pfungstadt
		151.		
9:54,2	Jung, Stefan	1970 TSG Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
9:54,3	Patschke, Thomas	1964 SC Lerchenberg	So.30.09.1979	Ingelheim
9:54,6	Becker, Stephan	1964 USC Mainz	Sa.20.09.1980	Dortmund
9:55,04	Szidat, Hans-Peter	1966 LG Altrhein	So.19.06.1983	Mainz
9:55,33	Kürten, Andreas	1977 TSG 1848 Heidesheim	So.11.09.1994	Nieder-Olm
9:55,5	Espenschied, Sascha	1971 TuS Wöllstein	So.28.09.1986	Ingelheim
9:55,6	Noll, Rolf	1939 TG 48 Osthofen	So.07.10.1956	Wörrstadt
9:55,72	Härle, Peter	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
9:56,0	Wennemann, D.	1948 TV 46 Alzey	Sa.03.07.1965	Worms
9:56,0	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	So.23.09.1984	Mainz
		161.		
9:56,2	Nöhrbaß, Karl-Heinz	1961 LAZ Nieder Olm	Mi.09.06.1976	Nieder-Olm
9:56,3	Forster, Thomas	1968 Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:56,4	Kübler, Erwin	1939 TG 47 Ingelheim	So.30.09.1956	Bad Kreuznach
9:56,4	Zell, Christoph	1960 LC Bingen	So.22.08.1976	Brühl
9:56,55	Böckers, Tim	1977 USC Mainz	So.20.09.1992	Karlsdorf
9:56,9	Papenfuß, Mathias	1965 USC Mainz	So.02.05.1982	Mainz
9:57,0	Holzberger, Bernd	1951 Hassia Bingen	Sa.29.06.1968	Nieder-Olm
9:57,39	Hillesheim, Frank	1970 TSG 1848 Heidesheim	Sa.31.05.1986	Ingelheim
9:57,4	Tausend, Jan	1974 LG Altrhein	Do.03.08.1989	Ludwigshafen
9:57,7	Glatz, Thomas	1966 Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
		171.		
9:57,8	Noll, Franz	1939 TG 48 Osthofen	So.01.07.1956	Worms
9:58,60	Bolinski, Sascha	1973 LG Altrhein	Sa.02.07.1988	Ludwigshafen
9:59,13	Wilhelm, Tobias	1989 USC Mainz	So.12.06.2005	Saulheim
9:59,50	Grieb, Daniel	1994 LC Bingen	Sa.24.04.2010	Bad Dürkheim
9:59,4	Eckert, Ralf	1959 TG 46 Worms	So.28.04.1974	Bingen
9:59,5	Kreusch, Ricco	1970 DJK-BSC Mainz	Mi.09.09.1987	Ingelheim
9:59,7	Schellenbeck, Uwe	1970 SC Lerchenberg	Sa.01.10.1983	Ingelheim
9:59,7	Rossel, Michael	1972 LG Altrhein	Do.18.08.1988	Ludwigshafen
9:59,8	Luckas, Norbert	1941 SG 96 Mainz	So.22.06.1958	Mainz
9:59,8	Daub, Jürgen	1955 LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
		181.		
9:59,8	Hensel, Andreas	1959 Ingelheimer LG	Sa.05.10.1974	Ingelheim
10:00,11	Mölich, Jürgen	1970 TSG 1848 Heidesheim	So.22.06.1986	Ingelheim
10:00,20	Belitz, Christoph	1981 USC Mainz	Do.02.07.1998	Ludwigshafen

10:00,29	Angello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.24.09.1988	Bad Schwalbach
10:00,52	Mohr, Markus	1969 USC Mainz	Sa.21.09.1985	Mainz
10:00,97	Voye, Oliver	1975 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.13.09.1992	Koblenz
10:00,9	Gerlach, Raphael	1968 SC Lerchenberg	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:00,9	Härle, Peter	1969 USC Mainz	So.10.06.1984	Mainz
10:01,22	Stimmel, Linus	1996 Stimmel Sports e.V.	So.05.06.2011	Ingelheim
10:01,24	Nowak, Nurman	1988 USC Mainz 191.	So.12.06.2005	Saulheim
10:01,5	Betsche, Alexander	1965 USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
10:01,6	Lunk, Manfred	1944 USC Mainz	Sa.27.05.1961	Worms
10:01,6	Sachse, Martin	1971 LG Rheinfront	Sa.16.05.1987	Mainz
10:01,8	Krebs, Georg	1950 USC Mainz	So.14.05.1967	Leverkusen
10:01,97	Härle, Martin	1967 USC Mainz	So.20.09.1981	Germersheim
10:02,2	Rensch, Peter	1937 Polizei SV Mainz	So.25.07.1954	Kirn
10:02,3	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Do.11.07.1985	Mainz
10:02,50	Klein, Heiko	1977 TG 1846 Worms	So.27.09.1992	Darmstadt
10:02,53	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	Sa.15.06.1985	Mainz
10:03,09	Baumgarten, Günter	1969 LC Bingen 201.	Sa.21.09.1985	Mainz
10:03,30	Repovs, Gabriel	1999 TSG Heidesheim	Sa.02.08.2014	Augsburg
10:03,46	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:04,3	Denschlag, Robert	1972 TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
10:04,6	Glatz, Thomas	1966 Ingelheimer LG	So.28.09.1980	Ingelheim
10:04,6	Stern, Silvio	1966 LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
10:04,6	Köhler, Michael	1969 LG Rheinfront	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:04,9	Sachse, Martin	1971 LG Rheinfront	So.26.06.1988	Worms
10:05,0	Schmitt, H. Rud.	1948 FV Hassia Bingen	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:05,6	Scherzinger, B.	1948 SV 10 Gau-Algesheim	Sa.12.06.1965	Ingelheim
10:05,8	Stern, Silvio	1966 LC Bingen 211.	Do.18.08.1983	Ludwigshafen
10:06,78	Chromik, Michael	1986 TGS Gonsenheim	Mi.16.07.2003	Bingen
10:06,7	Luckas, Carsten	1972 LG Altrhein	So.03.09.1989	Ingelheim
10:07,13	Günther, Christian	1981 USC Mainz	Sa.06.06.1998	Mainz
10:07,0	Hallebach, Peter	1964 LC Bingen	Do.01.05.1980	Ingelheim
10:07,5	Liese, Lutz	1978 USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
10:07,9	Weiler, Torsten	1968 LLG Wonnegau	Mi.03.07.1985	Eich
10:08,06	Scheffler, Daniel	1974 USC Mainz	So.16.09.1990	Ahlen
10:08,0	Sprenger, Norbert	1969 Ingelheimer LG	Do.03.07.1986	Mainz
10:08,0	Gombert, Christian	1976 SG 1926 Spiesheim	So.20.06.1993	Spiesheim
10:08,3	Leicht, Wolfgang	1967 USC Mainz 221.	So.15.05.1983	Dormagen
10:08,7	Barzen, Rainer	1968 Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
10:09,2	Kost, Fritz	1950 TuS Horrweiler	So.04.06.1967	Ingelheim
10:09,38	Gehring, Thorsten	1979 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.05.05.1996	Worms
10:10,2	Schütz, Rolf	1941 SG 96 Mainz	So.14.09.1958	Wörrstadt
10:10,4	Schmitt, Frank	1976 TG 1846 Worms	Mi.03.06.1992	Eich
10:10,5	Büchel, Daniel	1973 LG SV/TV Gau-Algesheim	So.26.08.1990	Ingelheim
10:10,6	Kirrmeier, Arno	1946 TG 46 Worms	Sa.25.05.1963	Worms
10:10,6	Brunswig, Hans	1949 USC Mainz	Sa.25.06.1966	Ingelheim
10:11,22	Straschewski, Daniel	1984 USC Mainz	So.13.06.1999	Mainz
10:11,4	Hallebach, Peter	1964 LC Bingen 231.	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:12,5	Weingärtner, Thomas	1967 TSG Heidesheim	So.28.09.1980	Ingelheim

### Toplisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 3.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U18

10:19,15	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.24.06.1989	Ingelheim
----------	----------------	------------------------	---------------	-----------

10:25,28	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	So.14.06.1992	Worms
10:28,57	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
10:29,37	Veith, Manuela	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
10:30,9	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
10:31,71	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Fr.19.07.1991	Berlin
10:34,1	Fischer, Sarah	1976 USC Mainz	Mi.12.06.1991	Mainz
10:34,7	Weber, Sabine	1960 TG Worms	Fr.01.07.1977	Ingelheim
10:35,46	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Mi.26.05.1993	Karlstadt
10:36,2	Thelen, Karin	1964 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
		11.		
10:38,83	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.05.07.1981	Koblenz
10:39,6	Fischer, Daniela	1976 USC Mainz	Mi.27.05.1992	Mainz
10:40,3	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,45	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.14.07.1984	Ludwigshafen
10:42,6	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
10:42,9	Landvogt, Manuela	1969 TSG 1848 Heidesheim	Fr.19.09.1986	Ingelheim
10:44,30	Mayer, Paula	1997 USC Mainz	So.14.09.2014	Lage
10:50,50	Peters, Wiebke	1981 USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
10:53,89	Walter, Cora	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.06.07.2011	Pfungstadt
10:55,99	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Fr.17.06.1988	Trier
		21.		
10:56,19	Klumb, Karolin	1996 USC Mainz	Sa.08.06.2013	Ingelheim
10:56,59	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	So.23.08.1987	Ebensee
10:58,4	Zirbs, Claudia	1965 USC Mainz	Do.23.09.1982	Bensheim
10:59,20	Bensow, Kerstin	1970 DJK-BSC Mainz	Sa.26.04.1986	Darmstadt
11:00,2	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	Sa.09.06.1984	Mainz
11:00,3	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	So.12.06.1983	Mainz
11:00,5	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Sa.16.05.1987	Mainz
11:01,16	Kallenbach, Alrun	1977 USC Mainz	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:01,7	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Di.13.07.1993	Mainz
11:02,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
		31.		
11:04,1	Göppinger, Kaja	1968 USC Mainz	So.12.06.1983	Mainz
11:04,9	Ramb, Marion	1963 USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
11:08,2	Dämgen, Anja	1972 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
11:11,5	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
11:11,6	Rehmet, Barbara	1962 USC Mainz	Mo.02.10.1978	Ingelheim
11:12,2	Mühlen, Isabel	1968 USC Mainz	Sa.31.08.1985	Bischofsheim
11:17,2	Quitsch, Hildrun	1968 SC Lerchenberg	So.13.10.1985	Ingelheim
11:17,3	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Mi.19.04.1989	Pfungstadt
11:18,11	Minden, Friederike	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
11:20,1	Brucker, Kerstin	1972 USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
		41.		
11:20,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	Sa.22.06.1991	Koblenz
11:21,4	Weber, Sabine	1960 TG 46 Worms	Fr.06.08.1976	Bremerhaven
11:21,6	Farwig, Anne	1966 TG Worms	So.27.09.1981	Ingelheim
11:21,7	Dängen, Anja	1972 USC Mainz	So.29.05.1988	Mainz
11:22,5	Wilhelm, Heike	1965 USC Mainz	So.17.05.1981	Mainz
11:22,6	Heinz, Susanne	1975 DJK-BSC Mainz	So.26.08.1990	Ingelheim
11:24,46	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.01.05.1991	Ingelheim
11:28,05	Kieren, Sinicca	1980 USC Mainz	Mi.03.05.1995	Pfungstadt
11:31,99	Veith, Nicole	1974 TV 1848 Bodenheim	So.09.09.1990	Saarbrücken
11:33,07	Schmidt, Heike	1967 USC Mainz	Sa.26.05.1984	Lüdenscheid
		51.		
11:33,4	Stieh-Koch, Jutta	1963 LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
11:34,1	Beck, Sandra	1974 DJK-BSC Mainz	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:34,51	Kuntz, Kirsten	1965 TG Worms	So.04.07.1982	Ludwigshafen
11:35,0	Heil, Annette	1970 LC Bingen	Fr.19.09.1986	Ingelheim
11:35,3	Heil, Annette	1970 LC Bingen	So.13.10.1985	Ingelheim
11:35,7	Landvogt, Beatrix	1967 TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
11:36,2	Reismann, Melanie	1972 TSG 1848 Heidesheim	Mi.07.06.1989	Ingelheim
11:36,42	Schupp, Elsa	1976 LG SV/TV Gau-Algesheim	Sa.22.06.1991	Koblenz



11:36,3	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,01	Ritschel, Nora	1983	USC Mainz 61.	Sa.20.05.2000	Renningen
11:37,2	Sitzius, Heike	1963	LC Bingen	So.30.09.1979	Ingelheim
11:37,3	Winkiewicz, Jola	1972	USC Mainz	Mi.27.05.1987	Mainz
11:37,78	Nink, Livia	1984	USC Mainz	Fr.12.05.2000	Wiesbaden
11:39,9	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	So.13.10.1985	Ingelheim
11:40,52	Rausch, Astrid	1969	LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
11:40,61	Brand, Silke	1977	SC Lerchenberg	So.11.09.1994	Nieder-Olm
11:41,25	Brand, Silke	1977	USC Mainz	Sa.01.06.1991	Worms
11:41,3	Kordy, Steffi	1969	USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
11:41,81	Görke, Katharina	1992	USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
11:42,73	Bensow, Kerstin	1970	TuS Wörrstadt 71.	Sa.21.09.1985	Mainz
11:43,5	Wilhelm, Heike	1965	USC Mainz	So.28.09.1980	Ingelheim
11:44,89	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
11:45,05	Schuler, Meike	1995	LC Bingen	Fr.25.05.2012	Wiesbaden
11:46,5	Dämgen, Anja	1972	USC Mainz	Mi.17.06.1987	Mainz
11:49,22	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.19.09.1993	Ettlingen
11:49,34	Kieren, Sinicca	1980	USC Mainz	So.05.05.1996	Worms
11:49,4	Landvogt, Beatrix	1967	TSG Heidesheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
11:52,7	Schmelcher, Antje	1968	DJK-BSC Mainz	Sa.24.08.1985	Mainz
11:53,10	Walter, Cora	1995	LG Wahlheim-Esselborn	Mi.12.05.2010	Oppenheim
11:54,10	Held, Daniela	1979	LG Altrhein 81.	So.19.09.1993	Ettlingen
11:54,31	Müller, Susanne	1982	USC Mainz	Mi.25.08.1999	Pfungstadt
11:55,17	Alkan, Ninurta	1986	USC Mainz	Sa.15.06.2002	Polch
11:55,2	Klümper, Susi	1965	SC Lerchenberg	So.28.09.1980	Ingelheim
11:55,69	Mainka, Phyllis	1995	TV Wahlheim	Mi.06.06.2012	Pfungstadt
11:55,6	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
11:58,6	Landvogt, Beatrix	1967	TSG Heidesheim	Sa.02.10.1982	Ingelheim
11:59,2	Henning, Susanne	1971	LG Rheinfront	Do.28.05.1987	Mainz
11:59,3	Rausch, Astrid	1969	LC Bingen	Do.17.07.1986	Ludwigshafen
11:59,8	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Sa.24.08.1985	Mainz
11:59,9	Farwig, Anne	1966	TG Worms 91.	Sa.16.10.1982	Heidelberg
12:00,0	Landvogt, Patricia	1962	TSG Heidesheim	Mo.02.10.1978	Ingelheim
12:01,89	Klumb, Karolin	1996	TV Wahlheim	Sa.02.06.2012	Kaiserslautern
12:03,7	Krügel, Katharina	1974	USC Mainz	Do.24.05.1990	Mainz
12:04,1	Ziegler, Bellinda	1965	USC Mainz	So.30.05.1982	Mainz
12:07,4	Beutel, Bianca	1969	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:07,5	Henning, Susanne	1971	LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
12:12,6	Landvogt, Manuela	1969	TSG 1848 Heidesheim	Sa.08.09.1984	Ingelheim
12:13,1	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Do.15.05.1980	Mainz
12:14,96	Weiß, Anja	1980	DJK-BSC Mainz	Di.02.09.1997	Wiesbaden
12:16,2	Kuhne, Martina	1960	USC Mainz 101.	Sa.30.04.1977	Ludwigshafen
12:19,58	Sielemann, Anna-Marlen	1993	USC Mainz	So.17.05.2009	Mannheim
12:20,9	Gumbel, Marion	1963	LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:25,54	Jacobi, Beate	1979	LG Altrhein	So.05.05.1996	Worms
12:27,2	Klümper, Susi	1965	SC Lerchenberg	So.27.09.1981	Ingelheim
12:27,3	Reitz, Stefanie	1965	LG Rheinfront	Do.15.05.1980	Mainz
12:27,49	Ferrier, Andrea	1970	LC Bingen	Di.05.06.1984	Koblenz
12:29,6	Gabel, Claudia	1957	TV Alzey	Sa.05.10.1974	Ingelheim
12:29,6	Flohr, Petra	1965	LC Bingen	So.27.09.1981	Ingelheim
12:30,09	Holz, Katja	1978	TG 1846 Worms	Sa.15.05.1993	Worms
12:32,5	Reitz, Stefanie	1965	LG Rheinfront 111.	So.17.05.1981	Mainz
12:37,3	Ruggenthaler, Isabelle	1972	TSG 1848 Heidesheim	Sa.16.05.1987	Mainz
12:42,0	Horst, Erika	1965	LG Rheinfront	So.28.09.1980	Ingelheim
12:48,1	Horst, Erika	1965	LG Rheinfront	So.27.09.1981	Ingelheim
12:49,5	Müller, Silke	1967	LG Wahlheim-Esselborn	Sa.08.09.1984	Ingelheim

12:49,7	Rogge, Nadine	1979 LG Altrhein	Mi.28.06.1995	Eich
12:53,2	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.07.1979	Ludwigshafen
12:54,2	Beutel, Bianca	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
12:54,62	Staus, Mikerlange	1998 LC Bingen	Do.09.05.2013	Bingen
12:59,3	Mühlbauer, Lydia	1963 USC Mainz	So.01.06.1980	Mainz
12:59,93	Hüll, Christina	1988 TG Worms 121.	Do.05.05.2005	Saulheim
13:00,0	Engelmann, Uta	1968 USC Mainz	Sa.12.05.1984	Mainz
13:00,73	Krügel, Katharina	1974 USC Mainz	So.17.09.1989	Bad Oeynhausen
13:03,4	Zahn, Heike	1968 USC Mainz	Sa.30.04.1983	Mainz
13:04,4	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:04,66	Mainka, Phyllis	1995 LG Wahlheim-Esselborn	Mi.22.06.2011	Bingen
13:04,7	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:07,86	Müller, Barbara	1982 USC Mainz	Sa.22.05.1999	Leinfelden
13:12,2	Held, Sabine	1971 LG Rheinfront	Do.18.09.1986	Mainz
13:16,57	Müller, Susanne	1982 USC Mainz	Sa.18.07.1998	Nieder-Olm
13:16,7	Stein, Julia	1974 DJK-BSC Mainz 131.	So.26.08.1990	Ingelheim
13:20,49	Braun, Deborah	1975 DJK-BSC Mainz	Fr.01.05.1992	Ingelheim
13:21,55	Held, Daniela	1979 LG Altrhein	So.08.05.1994	Worms
13:22,44	Deisen, Andrea	1966 LC Bingen	So.03.07.1983	Ingelheim
13:24,19	Masoud, Katharina	1990 TGS Gonsenheim	Do.05.05.2005	Saulheim
13:28,2	Hochstätter, Gaby	1965 LG Rheinfront	So.17.05.1981	Mainz
13:30,5	Martin, Enka	1968 LG Rheinfront	Sa.12.05.1984	Mainz
13:38,9	Schultze-Strasser, H.	1969 LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
13:39,0	Lerch, Alexandra	1970 LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
13:41,1	Sitzius, Heike	1963 LC Bingen	Mo.02.10.1978	Ingelheim
13:42,9	Bretz, Petra	1962 LC Bingen 141.	Mo.02.10.1978	Ingelheim
13:53,1	Rissenbeck, Almut van	1968 USC Mainz	So.29.05.1983	Mainz
13:56,20	Rösch, Laura	1989 LC Bingen	Mi.22.08.2001	Bingen
14:02,0	Stampp, Ines	1986 LG Altrhein	Mi.01.05.2002	Eich
14:03,04	Rinne, Sandra	1979 USC Mainz	Sa.07.09.1996	Ingelheim
14:11,3	Albert, Tanja	1973 USC Mainz	Sa.13.05.1989	Mainz
14:13,66	Minden, Monika	1985 USC Mainz	Sa.08.09.2001	Celle
14:13,8	Müller, Britta	1969 LG Rheinfront	So.25.08.1985	Mainz
14:20,4	Klehr, Antje	1960 USC Mainz	So.04.07.1976	Andernach
14:24,9	Malik, Veronika	1980 TV Bodenheim	Mi.25.06.1997	Eich
14:56,0	Schmidt, Martina	1968 DJK-BSC Mainz	So.25.08.1985	Mainz