

Bestenlisten aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 10.000 Meter Lauf

Männer	1
Frauen	2
Männliche Jugend U20	3
Weibliche Jugend U20	4
Top Liste Männer	4
Top Liste Frauen	8

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 10.000 Meter Lauf der Männer

28:20,8	Hildenbrand, Klaus	1952	USC Mainz	Sa.24.05.1980	Göttingen
28:44,88	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.27.05.2000	Troisdorf
29:41,4	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Sa.23.04.1977	Ludwigshafen
29:45,86	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Sa.28.04.1984	Bonn
29:53,4	Miko, Wolfgang	1958	USC Mainz	Sa.26.04.1980	Troisdorf
30:04,0	Wiethage, Dieter	1944	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
30:09,40	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
30:19,1	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Di.01.05.1984	Frankfurt
30:33,10	Kossorotow, Michael	1959	Ingelheimer LG	Sa.17.08.1985	Ingelheim
30:33,2	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Sa.01.05.1976	Bonn
			11.		
30:38,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Sa.01.07.1972	Ludwigshafen
30:44,5	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.13.09.1984	Frankfurt
30:46,5	Bößdörfer, Heinz	1949	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
31:05,2	Rössel, Arnd	1954	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:21,8	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Di.23.08.1977	Ludwigshafen
31:24,0	Tiedje, Hans-Peter	1958	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
31:24,6	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	Di.05.05.1970	Darmstadt
31:25,58	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	So.21.06.1987	Speyer
31:33,91	Fröhling, Bernd	1948	Ingelheimer LG	So.07.07.1985	Ingelheim
31:34,2	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Sa.27.04.1985	Darmstadt
			21.		
31:34,6	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Sa.01.10.1977	Ingelheim
31:34,8	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Sa.01.10.1977	Ingelheim
31:40,6	Schmitz, Gustav	1937	USC Mainz	Di.30.04.1968	Darmstadt
31:41,2	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Do.30.09.1976	Ronneburg
31:47,00	Klopp, Andreas	1962	TG Worms	So.07.07.1985	Ingelheim
31:48,4	Süs, Jürgen	1963	USC Mainz	Di.28.04.1987	Darmstadt
31:49,44	Verenz, Carlos	1977	USC Mainz	Do.19.06.2003	Regensburg
31:50,5	Ulrich, Hermann	1967	SC Lerchenberg	Sa.30.04.1988	Ludwigshafen
31:58,0	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	Fr.11.08.1961	Bremen
32:03,2	Schupp, Heinz	1935	Ingelheimer LG	Sa.27.07.1963	Stuttgart
			31.		
32:08,0	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Do.11.09.1980	Frankfurt
32:10,3	Leefflang, Bert	1960	USC Mainz	Di.23.06.1992	Mainz
32:12,0	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
32:15,0	Läpple, Gerhard	1952	USC Mainz	Sa.01.10.1977	Ingelheim
32:23,4	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Do.23.04.1981	Koblenz
32:23,5	Becker, Tim	1970	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
32:27,6	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	Mi.14.09.1988	Worms
32:31,56	Weiler, Torsten	1968	LLG Wonnegau	So.30.06.1996	Worms
32:32,8	Straub, Joachim	1972	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
32:35,92	Priebe, Alex	1962	USC Mainz	Sa.24.05.1986	Heidelberg
			41.		
32:40,4	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Do.17.05.1979	Koblenz
32:42,26	Ntlwane, Boycye	1963	DJK-BSC Mainz	Sa.20.05.1995	Worms

32:42,3	Weingärtner, Otto	1947 TSG 1848 Heidesheim	Sa.23.04.1988	Bad Schwalbach
32:53,3	Jungnik, Herbert	1957 TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
32:54,8	Wehner, Siegbert	1956 TV Bodenheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
32:56,9	Jessinau, José Luis	1975 LC Bingen	So.25.04.2010	Bingen
32:57,8	Eckert, Ralf	1959 TG Worms	Sa.07.10.1978	Ingelheim
33:01,0	Weindorf, Reinhard	1956 LAZ Nieder Olm	Do.20.09.1979	Frankfurt
33:01,4	Hemicker, Gerd	1949 Hassia Bingen	Sa.17.10.1970	Ingelheim
33:03,1	Sander, Ralf	1962 LG Rheinfront 51.	Sa.01.10.1983	Ingelheim
33:06,0	Marlin, Conrad	1952 USC Mainz	Mi.04.06.1975	Wiesbaden
33:09,2	Odilge, Gerhard	1949 LLG Wonnegau	Sa.01.10.1983	Ingelheim
33:10,8	Meißner, Jochen	1939 USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
33:12,23	Alua Shaban, Issa	1981 LC Bingen	So.22.04.2012	Bingen
33:14,2	Pietsch, Manfred	1953 USC Mainz	Sa.01.10.1983	Ingelheim
33:18,8	Schmidt, Helmut	1944 USC Mainz	Sa.17.06.1967	Alzey
33:21,6	Schmidt, Waldemar	1941 Ingelheimer LG	Sa.01.10.1977	Ingelheim
33:22,6	Koch, Klaus	1959 TV Ober-Olm	So.30.06.1996	Worms
33:23,5	Blaschke, Paul	1952 LC Bingen	Sa.07.10.1978	Ingelheim
33:25,0	Kunst, Ernst	1937 TSG Heidesheim 61.	Sa.14.10.1961	Ingelheim
33:25,93	Abossa, Tesfalem	1966 DJK-BSC Mainz	Sa.10.06.1995	Landau
33:26,4	Scheurer, Lothar	1939 TG Worms	Di.28.05.1974	Darmstadt
33:31,16	Ternis, Wolfgang	1958 LAZ Nieder Olm	Sa.27.06.1981	Ludwigshafen
33:34,5	Uhrig, Gerhard	1953 TV Finthen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
33:37,55	Szidat, Hans-Peter	1966 LG Rheinfront	So.29.06.1986	Koblenz
33:38,2	Garst, Friedel	TG 46 Worms	Sa.31.12.1932	???
33:38,6	Klingenmeyer, Jürgen	1963 LLG Wonnegau	Mi.10.10.1979	Neckargemünd
33:43,4	Lutz, Jürgen	1968 DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
33:46,43	Leibold, Martin	1975 USC Mainz	Sa.04.06.2005	Wittlich
33:49,6	Juli, René	1952 Ingelheimer LG 71.	Sa.03.10.1987	Ingelheim
33:52,8	Weitzel, Wilfried	1940 TuS Ober-Ingelheim	Sa.14.10.1961	Ingelheim
33:53,9	Vater, Udo	1963 Ingelheimer LG	Do.13.09.1984	Frankfurt
33:57,9	Zell, Ulrich	1961 LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
33:59,2	Brockschmidt, Gerhard	1952 TG Worms	Sa.06.10.1973	Ingelheim
33:59,6	Hartwig, Frank	1944 USC Mainz	So.01.10.1978	Ingelheim
34:04,0	Braun, Horst	1936 LC Bingen	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
34:04,4	Rivas, Alberto	1940 Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
34:06,4	Hofmann, Volker	1946 LLG Wonnegau	Sa.07.10.1978	Ingelheim
34:12,0	Rochholz, Hans	1940 USC Mainz	Sa.01.10.1977	Ingelheim
34:16,0	Hennemann, Rolf	1958 Ingelheimer LG 81.	Mi.14.09.1988	Worms
34:16,6	Schmitt, Waldemar	1941 Ingelheimer LG	Mi.04.06.1975	Wiesbaden
34:18,5	Augello, Antonio	1973 LC Bingen	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
34:19,2	Dannhorn, R.	1938 USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
34:19,8	Fecht, Werner	1950 ESV Alzey	So.24.08.1980	Worms
34:22,19	Kölsch, Dietmar	1964 TV Hechtsheim	So.10.06.2001	Saulheim
34:23,0	Laut, Ludwig	TG 46 Worms	Do.31.12.1931	???
34:25,2	Almeroth, Gerd	1953 LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
34:25,4	Sieder, Reinhard	1945 Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
34:29,0	Bräck, Willi	1946 LG Rheinfront	Sa.07.10.1978	Ingelheim
34:32,05	Blankenfuland, Daniel	1977 LLG Wonnegau 91.	Sa.20.05.1995	Worms
34:33,6	Erb, Edgar	1939 ESV Alzey	Sa.01.10.1983	Ingelheim

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 10.000 Meter Lauf der Frauen

35:01,84	Leukel, Christiane	1968 USC Mainz	Mi.14.06.1989	Koblenz
36:52,84	Dollmann, Erika	1954 USC Mainz	Sa.22.04.1989	Bad Schwalbach
36:55,66	Dietz, Regina	1958 DJK-BSC Mainz	Sa.27.04.1985	Bonn

37:22,2	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.16.05.1987	Mainz
38:00,5	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	Sa.01.10.1988	Ingelheim
38:32,47	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.12.06.1999	Trier
38:56,79	Moyer, Jennifer	1971	USC Mainz	So.05.06.1994	Worms
39:43,05	Staudinger, Anette	1953	USC Mainz	So.12.06.1983	Koblenz
39:57,54	Stegmann, Monika	1964	LC Bingen	So.27.04.2003	Bingen
40:01,6	Hartwig, Beate	1960	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
			11.		
40:28,6	Trzewik, Brigitte	1960	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
40:32,88	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	Sa.28.04.1990	Bad Schwalbach
40:38,6	Steidl, Hannelore	1939	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
40:46,3	Kuntz, Kirsten	1965	TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
40:47,6	Habermann, Ursula	1944	USC Mainz	Sa.29.04.1978	Waldkraiburg
41:13,90	Röper, Koojsje	1942	LG Rheinfront	Do.08.01.1981	Christchurch
41:30,7	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Ingelheimer LG	So.03.09.1989	Ingelheim
41:36,6	Beck, Ursula	1947	LG Rheinfront	So.03.09.1989	Ingelheim
41:37,77	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Sa.21.09.1985	Mainz
41:43,93	Kunz, Sabrina	1987	USC Mainz	Di.03.05.2011	Darmstadt
			21.		
41:45,8	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
41:56,2	Schweikhard, Hannelore	1942	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
41:56,3	Kuhlmann, Gaby	1957	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
42:05,0	Schmidt, Inge	1938	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
42:13,5	Müller, Frieda	1951	LLG Wonnegau	Do.28.05.1981	Ingelheim
42:21,9	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	So.03.09.1989	Ingelheim
42:27,75	Landvogt, Manuela	1969	TSG Heidesheim	So.22.04.2007	Bingen
42:36,44	Stock, Lena	1993	TV Wahlheim	So.22.04.2012	Bingen
42:39,0	Fisch, Erika	1937	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
42:46,9	Wahl, Katharina	1952	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
			31.		
42:58,8	Scheja, Christel	1934	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
43:01,05	Trostmann, Ulrike	1950	DJK-BSC Mainz	Sa.20.05.1995	Worms
43:02,0	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Sa.01.07.2000	Saulheim
43:09,01	Bürger, Hilde	1950	Ingelheimer LG	So.07.07.1985	Ingelheim
43:18,1	Hüttenmeister, Ursula	1955	PSV Mainz	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
43:37,0	Berg, Ingrid	1943	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
43:52,2	Diefenbach, Christel	1959	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
44:03,0	Scheurer, Christel	1941	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
44:39,0	Taschinski, Rosi	1941	Ingelheimer LG	Sa.02.05.1981	Kassel
44:55,6	Drisch, Gisela	1929	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
			41.		
44:56,0	Ohm, Christel	1940	LG Rheinfront	So.28.09.1986	Ingelheim
45:03,4	Funda, Heike	1964	LC Bingen	Mi.14.05.1986	Sankt Augustin
45:20,3	Sattler, Ulrike	1940	LG Rheinfront	So.28.09.1986	Ingelheim
45:20,9	Villiger, Trudel	1934	LLG Wonnegau	So.28.09.1980	Ingelheim
45:23,2	Haffner, Ute	1964	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
45:35,8	Hofmann, Anita	1950	LLG Wonnegau	Do.28.05.1981	Ingelheim

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rhein Hessen im 10.000 Meter Lauf der Männlichen Jugend U20

31:21,2	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	So.24.10.1976	Nieder-Olm
31:34,6	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Sa.01.10.1977	Ingelheim
32:21,3	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Sa.01.10.1983	Ingelheim
32:57,8	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Sa.07.10.1978	Ingelheim
33:08,1	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Do.17.05.1979	Koblenz
33:38,6	Klingenmeyer, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Mi.10.10.1979	Neckargemünd
33:38,8	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Sa.05.10.1968	Trier
33:43,4	Lutz, Jürgen	1968	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
33:52,2	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Sa.06.10.1973	Ingelheim
33:57,9	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim

34:18,5	Augello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
34:25,2	Almeroth, Gerd	1953	LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
34:32,05	Blankenfuland, Daniel	1977	LLG Wonnegau	Sa.20.05.1995	Worms
35:02,9	Forster, Thomas	1968	Ingelheimer LG	Sa.03.10.1987	Ingelheim
35:30,71	Kürten, Andreas	1977	TSG Heidesheim	So.30.06.1996	Worms
35:39,3	Frankenberger, Harald	1966	ESV Alzey	So.23.09.1984	Wöllstein
35:47,27	Schessler, Andreas	1985	LC Bingen	So.27.04.2003	Bingen
36:02,0	Voye, Oliver	1975	LG SV/TV Gau-Algesheim	So.26.01.1992	Köln
36:34,1	Szidat, Hans-Peter	1966	LG Altrhein	So.18.09.1983	Worms
36:50,45	Schessler, Alexander	1984	LC Bingen	So.27.04.2003	Bingen
			21.		
36:51,1	Dinges, Stefan	1961	LLG Wonnegau	So.02.09.1979	Wörrstadt
36:58,0	Nink, Gunther	1952	Hassia Bingen	Fr.31.12.1971	???
37:20,9	Weiler, Torsten	1968	LLG Wonnegau	So.29.09.1985	Eich
37:47,1	Förster, Michael	1966	ESV Alzey	So.23.09.1984	Wöllstein
38:47,0	Neugart, Felix	1978	LT Laubenheim	Mi.31.12.1997	Frankfurt
46:12,22	Kreuzberger, Dominic	1993	LC Bingen	So.22.04.2012	Bingen

Bestenliste aller Zeiten des LV-Rheinhessen im 10.000 Meter Lauf der Weiblichen Jugend U20

40:38,1	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.28.09.1986	Ingelheim
41:45,8	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
42:36,44	Stock, Lena	1993	TV Wahlheim	So.22.04.2012	Bingen
43:50,99	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	So.24.05.1998	Worms
48:41,44	Mainka, Phyllis	1995	TV Wahlheim	So.22.04.2012	Bingen
49:57,4	Krämer, Nadine	1992	LG Wahlheim-Esselborn	So.25.04.2010	Bingen
52:20,0	Rösch, Laura	1989	LC Bingen	So.09.04.2000	Leimersheim

Top Liste im 10.000 Meter Lauf des LV-Rheinhessen der Männer

28:20,8	Hildenbrand, Klaus	1952	USC Mainz	Sa.24.05.1980	Göttingen
28:44,88	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.27.05.2000	Troisdorf
28:49,50	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.29.08.1998	Troisdorf
29:08,15	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.22.05.1999	Leinfeldern
29:13,1	Hildenbrand, Klaus	1952	USC Mainz	Sa.07.04.1979	Waiblingen
29:35,26	Naumann, Thorsten	1971	USC Mainz	Sa.19.05.2001	Kandel
29:41,4	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	Sa.23.04.1977	Ludwigshafen
29:45,86	Stäudt, Michael	1962	LC Bingen	Sa.28.04.1984	Bonn
29:53,4	Miko, Wolfgang	1958	USC Mainz	Sa.26.04.1980	Troisdorf
30:04,0	Wiethöhe, Dieter	1944	USC Mainz	Fr.31.12.1971	???
			11.		
30:09,40	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.26.04.1986	Bonn
30:19,1	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Di.01.05.1984	Frankfurt
30:33,10	Kossorotow, Michael	1959	Ingelheimer LG	Sa.17.08.1985	Ingelheim
30:33,2	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Sa.01.05.1976	Bonn
30:38,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Sa.01.07.1972	Ludwigshafen
30:44,5	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Do.13.09.1984	Frankfurt
30:45,7	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Sa.02.10.1982	Ingelheim
30:46,5	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Sa.02.07.1977	Ingelheim
30:46,5	Bößdörfer, Heinz	1949	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
30:46,51	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Sa.03.07.1982	Mönchen-Gladbach
			21.		
30:47,8	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Sa.12.07.1975	Frankfurt
30:56,4	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Sa.26.08.1978	Hösbach
31:02,61	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Sa.02.07.1983	Schriesheim
31:04,0	Mindnich, Anton	1957	USC Mainz	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:04,4	Schmitt, Günther	1937	Ingelheimer LG	Sa.30.05.1981	Mamaia
31:05,2	Rössel, Arnd	1954	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:16,6	Schmitt, Günther	1937	USC Mainz	Fr.27.07.1979	Hannover
31:19,29	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Sa.16.08.1986	Ingelheim

31:21,2	Thoma, Leo	1957	USC Mainz	So.24.10.1976	Nieder-Olm
31:21,4	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	So.18.10.1970	Hagen
			31.		
31:21,8	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Di.23.08.1977	Ludwigshafen
31:21,9	Kossorotow, Michael	1959	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:24,0	Tiedje, Hans-Peter	1958	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
31:24,6	Robel, Bernhard	1945	USC Mainz	Di.05.05.1970	Darmstadt
31:25,58	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	So.21.06.1987	Speyer
31:27,5	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	So.13.10.1985	Ingelheim
31:27,6	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
31:28,28	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	So.07.07.1985	Ingelheim
31:33,91	Fröhling, Bernd	1948	Ingelheimer LG	So.07.07.1985	Ingelheim
31:34,2	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Sa.27.04.1985	Darmstadt
			41.		
31:34,6	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Sa.01.10.1977	Ingelheim
31:34,8	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Sa.01.10.1977	Ingelheim
31:34,8	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	So.03.09.1989	Ingelheim
31:35,0	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	Sa.21.06.1969	Mainz
31:35,1	Grün, Wolfgang	1948	USC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
31:35,9	Fröhling, Bernd	1948	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:38,5	Schmitt, Günter	1937	Ingelheimer LG	Mi.08.06.1983	Frankfurt
31:39,2	Bößdörfer, Heinz	1949	Ingelheimer LG	So.27.09.1981	Ingelheim
31:39,5	Kossorotow, Michael	1959	LC Bingen	Sa.19.06.1982	Ingelheim
31:40,6	Schmitz, Gustav	1937	USC Mainz	Di.30.04.1968	Darmstadt
			51.		
31:41,2	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Do.30.09.1976	Ronneburg
31:44,4	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.17.09.1975	Frankfurt
31:45,2	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
31:45,7	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Sa.01.10.1983	Ingelheim
31:47,00	Klopp, Andreas	1962	TG Worms	So.07.07.1985	Ingelheim
31:48,0	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Mi.04.09.1974	Bingen
31:48,4	Süs, Jürgen	1963	USC Mainz	Di.28.04.1987	Darmstadt
31:49,44	Verenz, Carlos	1977	USC Mainz	Do.19.06.2003	Regensburg
31:50,32	Schmitt, Günther	1937	Ingelheimer LG	Sa.03.07.1982	Mönchen-Gladbach
31:50,5	Ulrich, Hermann	1967	SC Lerchenberg	Sa.30.04.1988	Ludwigshafen
			61.		
31:51,0	Rössel, Arnd	1954	USC Mainz	So.24.08.1980	Worms
31:51,2	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Mi.04.09.1974	Bingen
31:51,6	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Sa.26.04.1980	Troisdorf
31:52,1	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Do.22.09.1977	Frankfurt
31:52,7	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.16.05.1987	Mainz
31:54,1	Schmitt, Günter	1937	Ingelheimer LG	Do.13.09.1984	Frankfurt
31:54,2	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Fr.31.12.1971	???
31:58,0	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	Fr.11.08.1961	Bremen
31:58,6	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.08.09.1984	Ingelheim
31:59,1	Rössel, Arnd	1954	USC Mainz	So.30.09.1979	Ingelheim
			71.		
32:03,2	Schupp, Heinz	1935	Ingelheimer LG	Sa.27.07.1963	Stuttgart
32:08,0	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Do.11.09.1980	Frankfurt
32:08,64	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	Sa.16.08.1986	Ingelheim
32:10,3	Leefflang, Bert	1960	USC Mainz	Di.23.06.1992	Mainz
32:12,0	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
32:13,4	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Sa.04.10.1975	Ingelheim
32:15,0	Läpple, Gerhard	1952	USC Mainz	Sa.01.10.1977	Ingelheim
32:15,2	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Sa.01.05.1976	Bonn
32:17,0	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Sa.29.04.1978	Bonn
32:18,0	Wiethege, Dieter	1944	USC Mainz	Sa.22.06.1968	Mainz
			81.		
32:19,0	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Sa.07.10.1978	Ingelheim
32:19,2	Barzen, Theo	1934	USC Mainz	Sa.28.09.1963	Marburg
32:21,3	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG Worms	Sa.01.10.1983	Ingelheim
32:22,21	Klopp, Andreas	1962	TG 1846 Worms	Sa.16.08.1986	Ingelheim

32:22,7	Finger, Erwin	1950	TG Worms	So.30.09.1979	Ingelheim
32:23,4	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	Do.23.04.1981	Koblenz
32:23,5	Becker, Tim	1970	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
32:26,0	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Sa.26.06.1976	Schwetzingen
32:27,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Do.08.10.1970	Boppard
32:27,6	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz 91.	Mi.14.09.1988	Worms
32:29,1	Bößdörfer, Heinz	1949	Ingelheimer LG	Sa.28.06.1980	Ingelheim
32:29,2	Fröhling, Bernd	1948	Ingelheimer LG	Sa.08.09.1984	Ingelheim
32:30,7	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Sa.15.09.1979	Wiesbaden
32:31,08	Kukies, Jörg	1968	USC Mainz	So.16.07.1989	Ludwigshafen
32:31,56	Weiler, Torsten	1968	LLG Wonnegau	So.30.06.1996	Worms
32:32,8	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	Sa.08.09.1984	Ingelheim
32:32,8	Straub, Joachim	1972	USC Mainz	Di.25.04.1995	Darmstadt
32:34,6	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Sa.28.06.1980	Ingelheim
32:35,92	Priebe, Alex	1962	USC Mainz	Sa.24.05.1986	Heidelberg
32:40,4	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen 101.	Do.17.05.1979	Koblenz
32:42,2	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Do.25.08.1977	Ludwigshafen
32:42,26	Ntlwane, Boycie	1963	DJK-BSC Mainz	Sa.20.05.1995	Worms
32:42,3	Weingärtner, Otto	1947	TSG 1848 Heidesheim	Sa.23.04.1988	Bad Schwalbach
32:42,5	Süs, Jürgen	1963	USC Mainz	Sa.27.04.1985	Darmstadt
32:44,0	Läpple, Gerhard	1952	TG Worms	Fr.31.12.1976	Frankfurt
32:45,0	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Mi.04.09.1974	Bingen
32:46,1	Trautwein, Klaus	1944	LC Bingen	Sa.07.10.1978	Ingelheim
32:46,4	Rössel, Arnd	1954	LG Rheinfrost	So.13.10.1985	Ingelheim
32:48,8	Raabe, Jürgen	1958	TG Worms	Do.16.09.1976	Frankfurt
32:48,9	Weingärtner, Otto	1947	TSG 1848 Heidesheim 111.	Sa.16.05.1987	Mainz
32:49,2	Dietz, Wilfried	1946	LC Bingen	Do.21.09.1978	Frankfurt
32:52,5	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Mi.15.04.1981	Bensheim
32:53,0	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Do.17.09.1981	Frankfurt
32:53,1	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Sa.01.10.1983	Ingelheim
32:53,3	Jungnik, Herbert	1957	TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
32:53,8	Spieß, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	So.30.09.1979	Ingelheim
32:54,8	Wehner, Siegbert	1956	TV Bodenheim	Sa.01.10.1983	Ingelheim
32:56,9	Jessinau, José Luis	1975	LC Bingen	So.25.04.2010	Bingen
32:57,8	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	Sa.07.10.1978	Ingelheim
32:59,5	Kossorotow, Michael	1959	LC Bingen 121.	Di.14.04.1981	Bensheim
33:01,0	Weindorf, Reinhard	1956	LAZ Nieder Olm	Do.20.09.1979	Frankfurt
33:01,4	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Sa.17.10.1970	Ingelheim
33:02,2	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	Fr.05.09.1975	Bingen
33:03,1	Sander, Ralf	1962	LG Rheinfrost	Sa.01.10.1983	Ingelheim
33:06,0	Marlin, Conrad	1952	USC Mainz	Mi.04.06.1975	Wiesbaden
33:06,58	Weiler, Torsten	1968	LLG Wonnegau	So.05.06.1994	Worms
33:07,1	Hinter, Lothar	1949	LG Rheinfrost	Sa.15.08.1992	Neckargmünd
33:07,6	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Sa.15.07.1967	Wetzlar
33:07,9	Läpple, Gerhard	1952	TG Worms	So.24.08.1980	Worms
33:08,1	Zell, Christoph	1960	LC Bingen 131.	Do.17.05.1979	Koblenz
33:08,7	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.30.09.1979	Ingelheim
33:08,8	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Fr.31.12.1971	???
33:09,2	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau	Sa.01.10.1983	Ingelheim
33:10,8	Meißner, Jochen	1939	USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
33:10,9	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Mi.14.09.1966	Hanau
33:12,2	Läpple, Gerhard	1952	TG Worms	Sa.04.10.1975	Ingelheim
33:12,23	Alua Shaban, Issa	1981	LC Bingen	So.22.04.2012	Bingen
33:12,71	Jungnik, Herbert	1957	TG 1846 Worms	So.16.07.1989	Ludwigshafen
33:12,9	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Di.23.08.1977	Ludwigshafen
33:14,2	Pietsch, Manfred	1953	USC Mainz 141.	Sa.01.10.1983	Ingelheim

33:14,5	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.24.09.1978	Eich
33:17,4	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.06.09.1981	Wörrstadt
33:17,8	Schupp, Heinz	1935	TSG Heidesheim	Sa.20.10.1962	Mainz
33:18,8	Schmidt, Helmut	1944	USC Mainz	Sa.17.06.1967	Alzey
33:20,5	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
33:21,6	Schmidt, Waldemar	1941	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1977	Ingelheim
33:22,5	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Sa.08.09.1984	Ingelheim
33:22,6	Koch, Klaus	1959	TV Ober-Olm	So.30.06.1996	Worms
33:23,1	Giese, Rainer	1954	TG Worms	So.30.09.1979	Ingelheim
33:23,5	Blaschke, Paul	1952	LC Bingen 151.	Sa.07.10.1978	Ingelheim
33:25,0	Kunst, Ernst	1937	TSG Heidesheim	Sa.14.10.1961	Ingelheim
33:25,2	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Fr.05.09.1975	Bingen
33:25,93	Abossa, Tesfalem	1966	DJK-BSC Mainz	Sa.10.06.1995	Landau
33:26,4	Scheurer, Lothar	1939	TG Worms	Di.28.05.1974	Darmstadt
33:27,0	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	So.28.09.1986	Ingelheim
33:27,02	Jungnik, Herbert	1957	TG Worms	So.07.07.1985	Ingelheim
33:29,0	Fleck, Siegfried	1948	LC Bingen	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
33:30,5	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
33:31,16	Ternis, Wolfgang	1958	LAZ Nieder Olm	Sa.27.06.1981	Ludwigshafen
33:34,5	Uhrig, Gerhard	1953	TV Finthen 161.	Sa.02.10.1982	Ingelheim
33:35,9	Weingärtner, Otto	1947	TSG 1848 Heidesheim	So.28.09.1986	Ingelheim
33:36,4	Kunst, Ernst	1937	Ingelheimer LG	Sa.30.06.1962	Mainz
33:37,55	Szidat, Hans-Peter	1966	LG Rheinfrost	So.29.06.1986	Koblenz
33:37,8	Barzen, Theo	1934	SV Mainz	Sa.05.07.1958	St. Georgen
33:38,2	Garst, Friedel		TG 46 Worms	Sa.31.12.1932	???
33:38,5	Jungnik, Herbert	1957	TG 1846 Worms	Do.24.05.1990	Worms
33:38,6	Klingenmeyer, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Mi.10.10.1979	Neckargemünd
33:38,8	Hemicker, Gerd	1949	Hassia Bingen	Sa.05.10.1968	Trier
33:39,0	Scheurer, Lothar	1939	TG Worms	Sa.07.10.1978	Ingelheim
33:42,1	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau 171.	So.13.10.1985	Ingelheim
33:43,4	Lutz, Jürgen	1968	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
33:44,2	Wiethage, Dieter	1944	USC Mainz	Sa.29.07.1967	Heidelberg
33:44,4	Schmidt, Waldemar	1941	Ingelheimer LG	Sa.28.08.1976	Leinfeldern
33:44,9	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Sa.02.10.1982	Ingelheim
33:46,0	Trautwein, Klaus	1944	Hassia Bingen	Sa.21.06.1969	Mainz
33:46,43	Leibold, Martin	1975	USC Mainz	Sa.04.06.2005	Wittlich
33:47,6	Jungnik, Herbert	1957	TG 1846 Worms	So.28.09.1986	Ingelheim
33:49,2	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
33:49,6	Juli, René	1952	Ingelheimer LG	Sa.03.10.1987	Ingelheim
33:51,1	Scheurer, Lothar	1939	TG Worms 181.	Sa.28.06.1980	Ingelheim
33:52,2	Giese, Rainer	1954	TG Worms	Sa.06.10.1973	Ingelheim
33:52,4	Scheurer, Lothar	1939	TG Worms	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
33:52,8	Weitzel, Wilfried	1940	TuS Ober-Ingelheim	Sa.14.10.1961	Ingelheim
33:53,9	Vater, Udo	1963	Ingelheimer LG	Do.13.09.1984	Frankfurt
33:54,4	Bößdörfer, Heinz	1949	Ingelheimer LG	So.30.09.1979	Ingelheim
33:55,2	Finger, Erwin	1950	TG Worms	Sa.30.05.1970	Osthofen
33:57,9	Zell, Ulrich	1961	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
33:58,4	Schmitt, Günter	1937	USC Mainz	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
33:58,8	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Fr.05.09.1975	Bingen
33:59,2	Brockschmidt, Gerhard	1952	TG Worms 191.	Sa.06.10.1973	Ingelheim
33:59,6	Hartwig, Frank	1944	USC Mainz	So.01.10.1978	Ingelheim
34:15,0	Weitzel, Wilfried	1940	Ingelheimer LG	Sa.22.06.1968	Mainz
34:01,3	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau	Sa.03.10.1987	Ingelheim
34:04,0	Braun, Horst	1936	LC Bingen	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
34:04,1	Läpple, Gerhard	1952	TG 1846 Worms	Mi.14.09.1988	Worms
34:04,4	Rivas, Alberto	1940	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
34:04,5	Hahn, Egon	1945	TV Alzey	Mi.04.09.1974	Bingen

34:04,5	Spies, Hans-Herrmann	1955	TV Mörtstadt	Sa.01.10.1977	Ingelheim
34:06,4	Schmidt, Helmut	1944	Ingelheimer LG	Sa.10.07.1965	Mainz
34:06,4	Hofmann, Volker	1946	LLG Wonnegau 201.	Sa.07.10.1978	Ingelheim
34:08,4	Meißner, Jochen	1939	USC Mainz	Sa.10.07.1965	Mainz
34:10,0	Klingenmeyer, Jürgen	1963	LLG Wonnegau	Do.11.09.1980	Frankfurt
34:10,2	Braun, Horst	1936	LC Bingen	Sa.05.10.1974	Ingelheim
34:10,8	Rössel, Arnd	1954	USC Mainz	Sa.01.05.1976	Bonn
34:11,8	Hofmann, Volker	1946	LLG Wonnegau	Sa.01.10.1983	Ingelheim
34:11,8	Koch, Klaus	1959	LT Ober-Olm	Do.06.04.1995	Mainz
34:12,0	Rochholz, Hans	1940	USC Mainz	Sa.01.10.1977	Ingelheim
34:14,3	Eckert, Ralf	1959	TG Worms	So.30.09.1979	Ingelheim
34:14,6	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	Mi.04.09.1974	Bingen
34:16,0	Hennemann, Rolf	1958	Ingelheimer LG 211.	Mi.14.09.1988	Worms
34:16,6	Schmitt, Waldemar	1941	Ingelheimer LG	Mi.04.06.1975	Wiesbaden
34:18,2	Ternis, Wolfgang	1958	USC Mainz	Sa.19.06.1982	Ingelheim
34:18,5	Augello, Antonio	1973	LC Bingen	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
34:19,2	Dannhorn, R.	1938	USC Mainz	Sa.30.06.1962	Mainz
34:19,8	Fecht, Werner	1950	ESV Alzey	So.24.08.1980	Worms
34:20,5	Zirbs, Michael	1964	USC Mainz	Sa.29.05.1993	Mainz
34:21,5	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau	Mi.12.09.1990	Ludwigshafen
34:22,0	Hemicker, Gerd	1949	LC Bingen	Mi.20.06.1973	Wörrstadt
34:22,0	Hahn, Egon	1945	ESV Alzey	So.13.06.1982	Worms
34:22,19	Kölsch, Dietmar	1964	TV Hechtsheim 221.	So.10.06.2001	Saulheim
34:22,2	Schmidt, Waldemar	1941	Ingelheimer LG	Sa.07.10.1978	Ingelheim
34:22,4	Dietz, Wilfried	1948	LC Bingen	So.24.10.1976	Nieder-Olm
34:23,0	Laut, Ludwig		TG 46 Worms	Do.31.12.1931	???
34:23,74	Odilge, Gerhard	1949	LLG Wonnegau	So.16.07.1989	Ludwigshafen
34:24,7	Heilmann, Hans-Walter	1964	TG 1846 Worms	So.26.05.1991	Worms
34:25,2	Almeroth, Gerd	1953	LG Rheinhessen-Mitte	Mi.21.06.1972	Wörrstadt
34:25,2	Fecht, Werner	1950	TV Alzey	Sa.01.10.1977	Ingelheim
34:25,4	Sieder, Reinhard	1945	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
34:26,0	Juli, René	1952	Ingelheimer LG	Sa.08.09.1984	Ingelheim
34:26,2	Spies, Hans-Herrmann	1955	LLG Wonnegau 231.	Sa.08.09.1984	Ingelheim
34:29,0	Bräck, Willi	1946	LG Rheinfront	Sa.07.10.1978	Ingelheim
34:29,6	Zell, Christoph	1960	LC Bingen	So.28.09.1980	Ingelheim
34:30,2	Hofmann, Volker	1946	LG Wonnegau	Sa.01.10.1977	Ingelheim
34:32,05	Blankenfuland, Daniel	1977	LLG Wonnegau	Sa.20.05.1995	Worms
34:33,6	Erb, Edgar	1939	ESV Alzey	Sa.01.10.1983	Ingelheim

Top Liste im 10.000 Meter Lauf des LV-Rheinhessen der Frauen

35:01,84	Leukel, Christiane	1968	USC Mainz	Mi.14.06.1989	Koblenz
36:52,84	Dollmann, Erika	1954	USC Mainz	Sa.22.04.1989	Bad Schwalbach
36:55,66	Dietz, Regina	1958	DJK-BSC Mainz	Sa.27.04.1985	Bonn
37:20,10	Dollmann, Erika	1954	USC Mainz	Sa.28.04.1990	Bad Schwalbach
37:22,2	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.16.05.1987	Mainz
37:34,40	Dollmann, Erika	1954	USC Mainz	Sa.27.04.1991	Bad Schwalbach
38:00,5	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	Sa.01.10.1988	Ingelheim
38:32,47	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.12.06.1999	Trier
38:47,26	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.13.06.1998	Ludwigshafen
38:47,36	Presser, Monika	1964	LC Bingen 11.	Sa.31.05.1997	Worms
38:51,0	Dollmann, Erika	1954	USC Mainz	So.28.06.1992	Kristiansand
38:56,79	Moyer, Jennifer	1971	USC Mainz	So.05.06.1994	Worms
39:14,55	Presser, Monika	1964	LC Bingen	So.10.06.2001	Saulheim
39:43,05	Staudinger, Anette	1953	USC Mainz	So.12.06.1983	Koblenz
39:51,9	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.03.09.1989	Ingelheim

39:53,0	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.01.07.2000	Saulheim
39:57,54	Stegmann, Monika	1964	LC Bingen	So.27.04.2003	Bingen
40:01,6	Hartwig, Beate	1960	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
40:23,86	Zirbs, Claudia	1965	USC Mainz	Sa.16.08.1986	Ingelheim
40:28,6	Trzewik, Brigitte	1960	Ingelheimer LG 21.	So.13.10.1985	Ingelheim
40:32,88	Krause, Astrid	1969	USC Mainz	Sa.28.04.1990	Bad Schwalbach
40:38,1	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	So.28.09.1986	Ingelheim
40:38,3	Stegmann, Monika	1964	LC Bingen	So.24.04.2005	Bingen
40:38,6	Steidl, Hannelore	1939	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
40:46,3	Kuntz, Kirsten	1965	TG 1846 Worms	Sa.16.05.1987	Mainz
40:47,6	Habermann, Ursula	1944	USC Mainz	Sa.29.04.1978	Waldkraiburg
40:50,59	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.01.06.1996	Trier
41:01,1	Steidl, Hannelore	1939	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
41:11,0	Steidl, Hannelore	1939	Ingelheimer LG	So.04.10.1981	Haßloch
41:13,14	Presser, Monika	1964	LC Bingen	Sa.20.05.1995	Worms
41:13,90	Röper, Koosje	1942	LG Rheinfront	Do.08.01.1981	Christchurch
41:18,0	Röper, Koosje	1942	Ingelheimer LG	Sa.28.04.1984	Dülmen
41:22,0	Habermann, Ursula	1944	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
41:22,6	Röper, Koosje	1942	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1983	Ingelheim
41:30,7	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Ingelheimer LG	So.03.09.1989	Ingelheim
41:36,6	Beck, Ursula	1947	LG Rheinfront	So.03.09.1989	Ingelheim
41:37,77	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Sa.21.09.1985	Mainz
41:39,1	Haas, Ulrike	1967	LC Bingen	Sa.14.07.1990	Betzdorf
41:41,0	Habermann, Ursula	1944	USC Mainz	Sa.05.05.1979	Griesheim
41:43,33	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	So.30.06.1996	Worms
41:43,93	Kunz, Sabrina	1987	USC Mainz	Di.03.05.2011	Darmstadt
41:45,8	Bensow, Kerstin	1970	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
41:46,85	Tentrup, Corinna	1959	Ingelheimer LG	Sa.16.08.1986	Ingelheim
41:56,2	Schweikhard, Hannelore	1942	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
41:56,3	Kuhlmann, Gaby	1957	DJK-BSC Mainz	Sa.03.10.1987	Ingelheim
41:58,6	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Mo.28.05.1984	Ingelheim
42:05,0	Schmidt, Inge	1938	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
42:08,0	Röper, Koosje	1942	LG Rheinfront	Sa.05.05.1979	Griesheim
42:13,5	Müller, Frieda	1951	LLG Wonnegau	Do.28.05.1981	Ingelheim
42:17,7	Kuntz, Kirsten	1965	TG 1846 Worms	So.28.09.1986	Ingelheim
42:18,0	Schweikhard, Hannelore	1942	Ingelheimer LG	Sa.30.04.1983	Rodenbach
42:21,9	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	So.03.09.1989	Ingelheim
42:24,0	Steidl, Hannelore	1939	USC Mainz	Sa.05.05.1979	Griesheim
42:27,75	Landvogt, Manuela	1969	TSG Heidesheim	So.22.04.2007	Bingen
42:33,3	Tentrup, Corinna	1959	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
42:36,44	Stock, Lena	1993	TV Wahlheim	So.22.04.2012	Bingen
42:39,0	Fisch, Erika	1937	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
42:46,9	Wahl, Katharina	1952	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
42:47,6	Müller, Frieda	1951	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
42:58,8	Scheja, Christel	1934	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
42:59,18	Kuntz, Kirsten	1965	TG Worms	Sa.21.09.1985	Mainz
43:01,05	Trostmann, Ulrike	1950	DJK-BSC Mainz	Sa.20.05.1995	Worms
43:02,0	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
43:02,0	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Sa.01.07.2000	Saulheim
43:02,6	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	Sa.03.10.1987	Ingelheim
43:02,7	Müller, Frieda	1951	LLG Wonnegau	So.28.09.1980	Ingelheim
43:04,4	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Do.16.06.1983	Mörfelden
43:08,0	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Sa.02.05.1981	Kassel
43:09,01	Bürger, Hilde	1950	Ingelheimer LG	So.07.07.1985	Ingelheim
43:10,2	Scheja, Christel	1934	LLG Wonnegau	Do.24.05.1990	Worms
43:13,8	Trzewik, Brigitte	1960	Ingelheimer LG	So.28.09.1986	Ingelheim

43:14,7	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
43:18,1	Hüttenmeister, Ursula	1955	PSV Mainz	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
43:21,1	Kuntz, Kirsten	1965	TG 1846 Worms	So.26.05.1991	Worms
43:26,3	Kuhlmann, Gaby	1957	DJK-BSC Mainz	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
43:31,9	Beck, Ursula	1947	LG Rheinfront	Sa.05.10.1991	Sprendlingen
43:35,0	Schweikhard, Hannelore	1942	Ingelheimer LG	Sa.02.05.1981	Kassel
43:37,0	Berg, Ingrid	1943	LLG Wonnegau	Sa.02.10.1982	Ingelheim
43:40,1	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1988	Ingelheim
43:40,1	Kuhlmann, Gaby	1957	DJK-BSC Mainz	Sa.01.10.1988	Ingelheim
			81.		
43:40,21	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	Mi.01.09.1999	Westerburg
43:46,6	Scheja, Christel	1934	LLG Wonnegau	Sa.01.10.1983	Ingelheim
43:50,99	Nagy, Eva	1979	USC Mainz	So.24.05.1998	Worms
43:52,0	Schmitt, Ingrid	1937	USC Mainz	Fr.16.06.1978	Berlin
43:52,2	Diefenbach, Christel	1959	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
43:59,3	Schweikhard, Hannelore	1942	Ingelheimer LG	Sa.01.10.1988	Ingelheim
44:01,82	Hartwig, Beate	1960	TV Hechtsheim	So.25.04.2004	Bingen
44:03,0	Scheurer, Christel	1941	TG Worms	So.28.09.1980	Ingelheim
44:06,6	Beck, Ursula	1947	LG Rheinfront	Sa.11.04.1992	Sprendlingen
44:07,06	Diefenbach, Christel	1959	TV Hechtsheim	So.25.04.2004	Bingen
			91.		
44:16,80	Landvogt, Manuela	1969	TSG Heidesheim	So.20.04.2008	Bingen
44:19,0	Schmitt, Ingrid	1937	USC Mainz	Sa.14.05.1977	Stuttgart
44:21,47	Schmitt, Ingrid	1937	Ingelheimer LG	Mi.31.12.1986	???
44:39,0	Taschinski, Rosi	1941	Ingelheimer LG	Sa.02.05.1981	Kassel
44:55,6	Drisch, Gisela	1929	Ingelheimer LG	So.13.10.1985	Ingelheim
44:56,0	Ohm, Christel	1940	LG Rheinfront	So.28.09.1986	Ingelheim
44:58,3	Bley, Gisela	1942	Ingelheimer LG	Sa.11.04.1992	Sprendlingen
45:03,4	Funda, Heike	1964	LC Bingen	Mi.14.05.1986	Sankt Augustin
45:08,0	Schmitt, Ingrid	1937	USC Mainz	Sa.05.05.1979	Griesheim
45:08,5	Drisch, Gisela	1929	Ingelheimer LG	Sa.02.10.1982	Ingelheim
			101.		
45:09,58	Landvogt, Manuela	1969	TSG Heidesheim	So.25.04.2004	Bingen
45:13,0	Drisch, Gisela	1929	Ingelheimer LG	Sa.30.04.1983	Rodenbach
45:15,4	Wahl, Katharina	1952	LLG Wonnegau	So.30.09.1979	Ingelheim
45:20,3	Sattler, Ulrike	1940	LG Rheinfront	So.28.09.1986	Ingelheim
45:20,9	Villiger, Trudel	1934	LLG Wonnegau	So.28.09.1980	Ingelheim
45:23,2	Haffner, Ute	1964	TV Hechtsheim	So.24.04.2005	Bingen
45:33,0	Bürger, Hilde	1950	Ingelheimer LG	Di.20.09.1994	Mainz
45:35,8	Hofmann, Anita	1950	LLG Wonnegau	Do.28.05.1981	Ingelheim
45:42,5	Wahl, Katharina	1952	LLG Wonnegau	So.28.09.1980	Ingelheim
45:44,3	Drisch, Gisela	1929	Ingelheimer LG	So.28.09.1986	Ingelheim