

# Wie läuft's?



Rückblick 2006

**Lauffreunde Bönen 1985 e.V.**

[www.lauffreunde-boenen.de](http://www.lauffreunde-boenen.de)





**Top Ten Frauen  
Top Twenty Männer  
2006**



# Top-Ten-Wertung 2006 – Frauen

## 5 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	18:41	Walter, Katrin	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	10
2	20:59	Kluge, Silke	2. Sep.	Ahlen	9
3	21:07	Uelzmann, Christine	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	8
3	21:07	Reisige-Muhr, Bettina	17. Sep.	Hamm-Uentrop	8
5	21:29	Brinkmann, Susanne	10. Dez.	Hamm	6
6	23:01	Maletz, Manuela	4. Nov.	Ascheberg-Herbern	5
7	23:33	Pfeffer, Dorothea	17. Sep.	Hamm-Uentrop	4
8	24:16	Homeyer, Gisela	29. Okt.	Hamm	3
9	24:43	Tessarek, Ingrid	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	2
10	24:59	Stoepel, Corinna	10. Dez.	Hamm	1

## 10 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	38:52	Walter, Katrin	14. Okt.	Coesfeld	10
2	42:09	Kluge, Silke	15. Jul.	Norderney	9
3	42:55	Reisige-Muhr, Bettina	4. Nov.	Ascheberg-Herbern	8
3	44:47	Uelzmann, Christine	27. Mai	Walstedde	7
5	45:29	Brinkmann, Susanne	14. Mai	Unna-Königsborn	6
6	45:36	Voß-Berkhoff, Heidrun	8. Jan.	Bönen	5
7	47:20	Maletz, Manuela	8. Jan.	Bönen	4
8	48:22	Pfeffer, Dorothea	25. Nov.	Essen	3
9	51:04	Stoepel, Corinna	29. Jan.	Hamm	2
10	51:09	Homeyer, Gisela	10. Dez.	Hamm	1

## 15 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	59:56	Walter, Katrin	31. Dez.	Werl-Soest	10
2	1:06:36	Reisige-Muhr, Bettina	3. Dez.	Bertlich	9
3	1:07:00	Kluge, Silke	12. Feb.	Hamm	8
3	1:09:35	Uelzmann, Christine	3. Dez.	Bertlich	7
5	1:10:04	Pfeffer, Dorothea	12. Feb.	Hamm	6
6	1:10:09	Brinkmann, Susanne	12. Feb.	Hamm	5
7	1:11:48	Maletz, Manuela	31. Dez.	Werl-Soest	4
8	1:16:48	Stoepel, Corinna	12. Feb.	Hamm	3
9	1:21:02	Homeyer, Gisela	31. Dez.	Werl-Soest	2
10	1:21:16	Tessarek, Ingrid	31. Dez.	Werl-Soest	1

## Halbmarathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	1:28:09	Walter, Katrin	5. Nov.	Verl	10
2	1:35:48	Kluge, Silke	2. Apr.	Bonn	9
3	1:36:49	Uelzmann, Christine	14. Mai	Unna-Königsborn	8
3	1:39:55	Reisige-Muhr, Bettina	26. Feb.	Hamm	7
5	1:40:32	Brinkmann, Susanne	26. Feb.	Hamm	6
6	1:42:26	Pfeffer, Dorothea	26. Feb.	Hamm	5
7	1:42:41	Maletz, Manuela	26. Feb.	Hamm	4
8	1:49:40	Tessarek, Ingrid	30. Apr.	Dresden	3
9	1:53:16	Stoepel, Corinna	26. Feb.	Hamm	2
10	1:58:27	Homeyer, Gisela	1. Mai	Kamen-Methler	1

## Marathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	3:13:59	Walter, Katrin	23. Apr.	Hamburg	10
2	3:37:55	Maletz, Manuela	30. Apr.	Duisburg	9
3	3:42:37	Reisige-Muhr, Bettina	21. Okt.	Rothaarsteig	8
4	3:47:14	Pfeffer, Dorothea	2. Apr.	Bonn	7

## Top-Ten-Wertung 2006

Top-Ten 2006		Punkte	Top-Ten- 2005
1	Walter, Katrin	50	1
2	Reisige-Muhr, Bettina	40	-
3	Kluge, Silke	35	5
4	Uelzmann, Christine	30	4
5	Maletz, Manuela	26	3
6	Pfeffer, Dorothea	25	2
7	Brinkmann, Susanne	23	6
8	Stoepel, Corinna	8	-
9	Hohmeyer, Gisela	7	-
10	Tessarek, Ingrid	6	-

# Top-Twenty-Wertung 2006 – Männer

## 5 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	18:16	Pfeffer, Dirk	5. Mrz.	Hamm-Berge	20
2	18:46	Münstermann, Marcus	10. Dez.	Hamm	19
3	18:51	Budde, Klaus	10. Dez.	Hamm	18
4	19:54	Wöllert, Michael	10. Sep.	Bergkamen-Rünthe	17
5	20:24	Freitag, Thomas	2. Jun.	Haltern	16
6	20:41	von Glahn, Joachim	2. Sep.	Ahlen	15
7	20:47	Schelter, Michael	8. Okt.	Unna-Lünern	14
8	21:58	Kasischke, Ulf	11. Mrz.	Unna	13
9	22:18	Stoepel, Hartmut	2. Apr.	Ahlen-Vorhelm	12
10	22:24	Freitag, Dieter	2. Jun.	Haltern	11
11	22:25	Jahn, Bernd	10. Jun.	Werne	10
12	22:58	Hermann, Wolfgang	1. Mai	Kamen-Methler	9
13	23:07	Flehsig, Jürgen	10. Dez.	Hamm	8
14	23:10	Stoepel, Dominik	27. Mai	Walstedde	7
15	23:21	Kloosterboer, Gerard	17. Sep.	Hamm-Uentrop	6
16	23:24	Budde, Rüdiger	27. Mai	Walstedde	5
17	24:23	Engel, Manfred	4. Nov.	Ascheberg-Herbern	4
18	24:25	Flory, Michael	18. Feb.	Fröndenberg	3
19	24:55	Blank, Steffen	4. Nov.	Ascheberg-Herbern	2
20	24:58	Walter, Lothar	2. Sep.	Borchen	1

## 10 km

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	35:39	Voß, Marcus	8. Jan.	Bönen	20
2	36:52	Pfeffer, Dirk	27. Aug.	Bad Sassendorf	19
3	38:33	Budde, Klaus	5. Mrz.	Hamm-Berge	18
4	39:19	Holtmann, Jörg	29. Jan.	Hamm	17
5	39:41	Kohrt, Thomas	29. Jan.	Hamm	16
6	40:11	Münstermann, Marcus	10. Dez.	Hamm	15
7	40:36	Löddemann, Wolfgang	14. Mai	Unna-Königsborn	14
8	41:32	Wöllert, Michael	10. Dez.	Hamm	13
9	41:55	Freitag, Thomas	8. Jan.	Bönen	12
10	42:03	von Glahn, Joachim	29. Jan.	Hamm	11
11	44:33	Schelter, Michael	22. Okt.	Hamm-Berge	10
12	44:52	Vulf, Simon	27. Mai	Walstedde	9
13	44:56	Unruh, Alexander	29. Jan.	Hamm	8
14	45:20	Kasischke, Ulf	29. Jan.	Hamm	7
15	46:08	Nolte, Michael	14. Mai	Unna-Königsborn	6
16	46:24	Brinkmann, Klaus	8. Jul.	Möhnesee	5
17	46:39	Freitag, Dieter	1. Mai	Kamen-Methler	4
18	46:45	Budde, Rüdiger	29. Jan.	Hamm	3
19	47:05	Flehsig, Jürgen	2. Apr.	Ahlen-Vorhelm	2
20	47:29	Stock, Ralf	8. Jan.	Bönen	1

# 15 km

<b>Platz</b>	<b>Zeit</b>		<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Punkte</b>
1	55:35	Voß, Marcus	31. Dez.	Werl-Soest	20
2	56:23	Pfeffer, Dirk	12. Feb.	Hamm	19
3	59:00	Budde, Klaus	12. Feb.	Hamm	18
4	59:14	Münstermann, Marcus	31. Dez.	Werl-Soest	17
5	1:04:00	Löddemann, Wolfgang	12. Feb.	Hamm	16
6	1:04:28	Freitag, Thomas	12. Feb.	Hamm	15
7	1:04:53	von Glahn, Joachim	12. Feb.	Hamm	14
8	1:06:42	Wöllert, Michael	12. Feb.	Hamm	13
9	1:08:37	Unruh, Alexander	31. Dez.	Werl-Soest	12
10	1:08:39	Kasischke, Ulf	12. Feb.	Hamm	11
11	1:09:55	Budde, Rüdiger	12. Feb.	Hamm	10
12	1:10:18	Vulf, Simon	14. Jul.	Fröndenberg	9
13	1:10:47	Koller, Udo	31. Dez.	Werl-Soest	8
14	1:11:27	Schelter, Michael	31. Dez.	Werl-Soest	7
15	1:12:21	Harb, Khodr	12. Feb.	Hamm	6
16	1:12:34	Teumert, Walter	12. Feb.	Hamm	5
17	1:13:29	Freitag, Dieter	31. Dez.	Werl-Soest	4
18	1:14:20	Flechsig, Jürgen	31. Dez.	Werl-Soest	3
19	1:14:59	Stoepel, Hartmut	12. Feb.	Hamm	2
20	1:15:14	Daidok, Michael	12. Feb.	Hamm	1

# Halbmarathon

<b>Platz</b>	<b>Zeit</b>		<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Punkte</b>
1	1:19:16	Pfeffer, Dirk	2. Apr.	Bonn	20
2	1:24:38	Budde, Klaus	26. Feb.	Hamm	19
3	1:29:05	Kohrt, Thomas	26. Feb.	Hamm	18
4	1:29:38	Holtmann, Jörg	26. Feb.	Hamm	17
5	1:32:11	Wöllert, Michael	14. Mai	Unna-Königsborn	16
6	1:32:46	Münstermann, Marcus	26. Feb.	Hamm	15
7	1:33:44	von Glahn, Joachim	26. Feb.	Hamm	14
8	1:36:40	Kasischke, Ulf	2. Apr.	Bonn	13
9	1:37:22	Brock, Karl-Heinz	1. Okt.	Bad Godesberg	12
10	1:38:22	Freitag, Thomas	26. Feb.	Hamm	11
11	1:39:44	Schelter, Michael	5. Nov.	Verl	10
12	1:42:20	Budde, Rüdiger	26. Feb.	Hamm	9
13	1:42:36	Vulf, Simon	14. Mai	Unna-Königsborn	8
14	1:43:39	Freitag, Dieter	15. Apr.	Paderborn	7
15	1:44:37	Teumert, Walter	26. Feb.	Hamm	6
16	1:45:17	Stoepel, Hartmut	14. Mai	Unna-Königsborn	5
17	1:48:05	Daidok, Michael	26. Feb.	Hamm	4
18	1:49:48	Harb, Khodr	26. Feb.	Hamm	3
19	1:50:59	Flechsig, Jürgen	1. Mai	Kamen-Methler	2
20	1:54:57	Dieckmann, Lothar	14. Mai	Unna-Königsborn	1

# Marathon

Platz	Zeit		Datum	Ort	Punkte
1	2:51:29	Pfeffer, Dirk	7. Mai	Hannover	20
2	3:20:03	Budde, Klaus	15. Okt.	Essen	19
3	3:21:00	Münstermann, Marcus	15. Okt.	Essen	18
4	3:31:07	Wöllert, Michael	8. Okt.	Köln	17
5	3:34:31	Freitag, Thomas	5. Mrz.	Malta	16
6	3:37:22	Brock, Karl-Heinz	22. Okt.	Magdeburg	15
7	3:37:59	Kasischke, Ulf	10. Sep.	Münster	14
8	3:44:38	Vulf, Simon	15. Okt.	Essen	13
9	3:52:51	Fabian, Hans	15. Okt.	Essen	12
10	3:54:35	Freitag, Dieter	15. Okt.	Essen	11
11	3:55:17	Schelter, Michael	24. Sep.	Herten-Bertlich	10
12	4:05:33	Daidok, Michael	10. Sep.	Münster	9
13	4:33:22	Hermann, Wolfgang	1. Okt.	Bestwig	8

## Top Twenty-Wertung 2006

Top-Twenty 2006		Punkte	Top-Twenty 2005
1	Pfeffer, Dirk	98	1
2	Budde, Klaus	92	2
3	Münstermann, Marcus	84	-
4	Wöllert, Michael	76	3
5	Freitag, Thomas	70	4
6	Kasischke, Ulf	58	6
7	von Glahn, Joachim	54	18
8	Schelter, Michael	51	-
9	Voß, Marcus	40	-
10	Vulf, Simon	39	16
11	Freitag, Dieter	37	20
12	Holtmann, Jörg	34	14
12	Kohrt, Thomas	34	10
14	Löddemann, Wolfgang	30	5
15	Brock, Karl-Heinz	27	-
15	Budde, Rüdiger	27	-
17	Unruh, Alexander	20	7
18	Stoepel, Hartmut	19	-
19	Hermann, Wolfgang	17	14
20	Flehsig, Jürgen	15	-

# Wettkampfwertung 2006

## Männer

### Wettkampf-Kilometer

<b>Platz</b>		<b>km</b>
1	Vulf, Simon	333,8
2	Münstermann, Marcus	329,1
3	Freitag, Dieter	313,2
4	Kasischke, Ulf	232,8
5	Wöllert, Michael	215,5
6	Stoepel, Hartmut	203,6
7	Flechsig, Jürgen	186,0
7	Daidok, Michael	161,6
9	Budde, Klaus	159,4
10	Brock, Karl-Heinz	156,0

### Zahl der Wettkämpfe

<b>Platz</b>		<b>Läufe</b>
1	Stoepel, Hartmut	25
2	Münstermann, Marcus	22
3	Vulf, Simon	21
3	Freitag, Dieter	21
5	Wöllert, Michael	18
6	Kasischke, Ulf	15
7	Flechsig, Jürgen	14
7	Budde, Klaus	10
9	Freitag, Thomas	10
10	Engel, Manfred	10

# Wettkampfwertung 2006

## Frauen

### Wettkampf-Kilometer

<b>Platz</b>		<b>km</b>
!	Walter, Katrin	453,7
2	Pfeffer, Dorothea	297,7
3	Maletz, Manuela	249,5
4	Stoepel, Corinna	151,2
5	Reisige-Muhr, Bettina	157,2
6	Kluge, Silke	132,2
7	Brinkmann, Susanne	121,1
8	Uelzmann, Christine	120,5
9	Tessarek, Ingrid	117,2
10	Homeyer, Gisela	110,2

### Zahl der Wettkämpfe

<b>Platz</b>		<b>Läufe</b>
!	Walter, Katrin	43
2	Maletz, Manuela	24
3	Stoepel, Corinna	23
4	Uelzmann, Christine	13
5	Reisige-Muhr, Bettina	12
5	Kluge, Silke	12
5	Brinkmann, Susanne	12
5	Pfeffer, Dorothea	10
9	Tessarek, Ingrid	9
10	Homeyer, Gisela	9

# Lauffreunde Bönen 1985 e.V.



## Vereinsrekorde Frauen + Männer mit „ewiger“ Top-Ten- Wertung

Stand: 23. Februar 2007



# Vereinsbeste

## Frauen

### 5 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	18:41	Walter, Katrin	27. Sep. 06	Bergkamen-Oberaden	10
2	19:57	Reisige-Muhr, Bettina	9. Nov. 02	Werl	9
3	20:40	Tölle, Sandra	20. Mai 00	Wiedenbrück	8
4	20:49	Kluge, Silke	7. Dez. 03	Hamm	7
5	20:59	Steinkuhl, Heike	27. Okt. 90	Oberaden	6
6	21:07	Uelzmann, Christine	27. Sep. 06	Bergkamen-Oberaden	5
7	21:29	Brinkmann, Susanne	5. Mrz. 06	Hamm-Berge	4
8	21:49	Pfeffer, Dorothea	8. Dez. 02	Hamm	3
9	21:55	Daidok, Eva	27. Apr. 97	Castrop	2
10	21:56	Hermann, Sabine	9. Jul. 94	Oberaden	1

### 10 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	38:52	Walter, Katrin	14. Okt. 06	Coesfeld	10
2	41:11	Reisige-Muhr, Bettina	23. Nov. 02	Dortmund	9
3	42:09	Kluge, Silke	15. Jul. 06	Norderney	8
4	42:30	Steinkuhl, Heike	8. Mai 88	Lüdinghausen	7
5	44:28	Daidok, Eva	12. Jul. 96	Rorup	6
6	44:46	Pfeffer, Dorothea	31. Okt. 04	Hamm	5
7	44:47	Uelzmann, Christine	27. Mai 06	Walstedde	4
8	45:25	Jäger, Sonja	30. Okt. 94	Hamm	3
9	45:29	Brinkmann, Susanne	14. Mai 06	Unna	2
10	45:36	Voß-Berkhoff, Heidrun	8. Jan. 06	Bönen	1

### 15 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	59:48	Walter, Katrin	11. Feb. 07	Hamm	10
2	1:04:25	Reisige-Muhr, Bettina	9. Feb. 03	Hamm	9
3	1:07:00	Kluge, Silke	12. Feb. 06	Hamm	8
4	1:08:21	Steinkuhl, Heike	20. Feb. 90	Hamm	7
5	1:09:01	Brinkmann, Susanne	11. Feb. 07	Hamm	6
6	1:09:25	Daidok, Eva	14. Feb. 99	Hamm	5
7	1:09:37	Pfeffer, Dorothea	2. Dez. 02	Herten-Bertlich	4
8	1:09:50	Maletz, Manuela	31. Dez. 04	Werl-Soest	3
9	1:10:15	Tölle, Sandra	31. Dez. 99	Werl-Soest	2
10	1:10:27	Hermann, Sabine	7. Feb. 94	Hamm	1

# Halbmarathon

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	1:28:09	Walter, Katrin	4. Nov. 06	Verl	10
2	1:30:54	Reisige-Muhr, Bettina	14. Apr. 01	Paderborn	9
3	1:35:48	Kluge, Silke	2. Apr. 06	Bonn	8
4	1:36:07	Steinkuhl, Heike	1. Mai 91	Kamen-Methler	7
5	1:36:49	Uelzmann, Christine	14. Mai 06	Unna-Königsborn	6
6	1:37:58	Pfeffer, Dorothea	10. Apr. 05	Bonn	5
7	1:40:26	Daidok, Eva	8. Nov. 98	Verl	4
8	1:40:32	Brinkmann, Susanne	26. Feb. 06	Hamm	3
9	1:41:52	Maletz, Manuela	23. Feb. 03	Hamm	2
10	1:44:09	Hermann, Sabine	12. Mai 96	Unna	1

# Marathon

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	3:13:59	Walter, Katrin	23. Apr. 06	Hamburg	10
2	3:17:05	Reisige-Muhr, Bettina	22. Mrz. 03	Steinfurt	9
3	3:26:58	Pfeffer, Dorothea	8. Mai 05	Hannover	8
4	3:37:55	Maletz, Manuela	30. Apr. 06	Duisburg	7
5	3:42:16	Daidok, Eva	15. Okt. 00	Essen	6
6	3:48:47	Hermann, Sabine	22. Sep. 96	Karlsruhe	5
7	3:48:54	Karlsohn, Ulrike	28. Aug. 94	Herzlake	4
8	3:50:27	Tessarek, Ingrid	28. Sep. 97	Berlin	3
9	3:53:52	Schlink, Rosemarie	20. Okt. 91	Essen	2
10	3:55:15	Uelzmann, Christine	9. Okt. 05	Essen	1

# Ewige Top-Ten-Wertung

Platz	Punkte	
1	Walter, Katrin	50
2	Reisige-Muhr, Bettina	45
3	Kluge, Silke	31
4	Steinkuhl, Heike	27
5	Pfeffer, Dorothea	25
6	Daidok, Eva	23
7	Uelzmann, Christine	16
8	Brinkmann, Susanne	15
9	Maletz, Manuela	12
10	Tölle, Sandra	10

# Vereinsbeste

## Männer

### 5 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	16:09	Holtmann, Jörg	19. Aug. 95	Bönen	10
2	16:39	Wrede, Michael	19. Jul. 96	Oberaden	9
3	17:00	Kohrt, Thomas	8. Okt. 94	Sythen	8
4	17:02	Karlsohn, Heinrich	19. Jul. 96	Oberaden	7
5	17:20	Schlockermann, Martin	8. Dez. 96	Hamm	6
6	17:29	Stoepel, Hartmut	13. Sep. 86	Fröndenberg	5
7	17:40	Pfeffer, Dirk	16. Okt. 05	Geseke	4
8	17:45	Budde, Klaus	14. Sep. 93	Oberaden	3
9	17:50	Engel, Manfred	13. Okt. 90	Sythen	2
10	17:52	Linnenlücke, Manfred	21. Okt. 92	Brackwede	1

### 10 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	33:40	Holtmann, Jörg	26. Nov. 94	Mesum	10
2	33:59	Wrede, Michael	6. Apr. 96	Paderborn	9
3	34:15	Karlsohn, Heinrich	19. Aug. 95	Bönen	8
4	34:16	Schlockermann, Martin	19. Aug. 96	Bönen	7
5	34:33	Pfeffer, Dirk	26. Jan. 03	Hamm	6
6	35:01	Budde, Klaus	27. Mrz. 94	Bönen	5
7	35:39	Voß, Marcus	8. Jan. 06	Bönen	4
8	35:40	Kohrt, Thomas	26. Jan. 97	Hamm	3
9	35:55	Fabian, Hans	16. Mrz. 87	Bielefeld	2
10	36:04	Engel, Manfred	7. Dez. 90	Rheda	1

### 15 km

Platz	Zeit	Name	Datum	Ort	Punkte
1	52:29	Wrede, Michael	9. Feb. 97	Hamm	10
2	52:31	Holtmann, Jörg	4. Dez. 94	Bertlich	9
3	52:47	Pfeffer, Dirk	9. Feb. 03	Hamm	8
4	53:34	Karlsohn, Heinrich	9. Feb. 97	Hamm	7
5	54:09	Budde, Klaus	31. Dez. 91	Werl	6
6	54:32	Schlockermann, Martin	14. Feb. 99	Hamm	5
7	54:45	Kohrt, Thomas	31. Dez. 93	Werl	4
8	54:57	Groß, Herbert	31. Dez. 86	Werl	3
9	55:30	Fabian, Hans	20. Feb. 88	Hamm	2
10	55:35	Voß, Marcus	31. Dez. 06	Werl	1

# Halbmarathon

<b>Platz</b>	<b>Zeit</b>	<b>Name</b>	<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Punkte</b>
1	1:14:21	Wrede, Michael	1. Mai. 97	Methler	10
2	1:15:15	Karlsohn, Heinrich	1. Mai. 97	Methler	9
3	1:15:54	Pfeffer, Dirk	23. Feb. 03	Hamm	8
4	1:16:24	Holtmann, Jörg	07. Nov. 93	Unna-Lünern	7
5	1:17:15	Schlockermann, Martin	23. Feb. 97	Hamm	6
6	1:18:08	Kohrt, Thomas	25. Feb. 95	Hamm	5
7	1:18:56	Engel, Manfred	10. Mai. 90	Selm	4
8	1:19:39	Budde, Klaus	23. Feb. 97	Hamm	3
9	1:19:45	Groß, Herbert	20. Dez. 87	Lippborg	2
10	1:20:51	Fabian, Hans	17. Dez. 89	Lippborg	1

# Marathon

<b>Platz</b>	<b>Zeit</b>	<b>Name</b>	<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Punkte</b>
1	2:38:25	Karlsohn, Heinrich	27. Apr. 97	Hamburg	10
2	2:39:09	Wrede, Michael	27. Okt. 96	Essen	9
3	2:45:33	Pfeffer, Dirk	8. Mai. 05	Hannover	8
4	2:45:45	Groß, Herbert	4. Okt. 87	Berlin	7
5	2:48:22	Fabian, Hans	4. Okt. 87	Berlin	6
6	2:48:43	Schlockermann, Martin	27. Okt. 96	Frankfurt	5
7	2:48:50	Holtmann, Jörg	29. Okt. 95	Frankfurt	4
8	2:53:37	Engel, Manfred	24. Okt. 94	Essen	3
9	2:53:53	Budde, Klaus	24. Apr. 88	Hamburg	2
10	2:54:01	Brock, Karl-Heinz	4. Okt. 98	Aschaffenburg	1

# Ewige Top-Ten-Wertung Männer

<b>Platz</b>	<b>Punkte</b>
1	Wrede, Michael 47
2	Karlsohn, Heinrich 41
3	Holtmann, Jörg 40
4	Pfeffer, Dirk 34
5	Schlockermann, Martin 29
6	Kohrt, Thomas 20
7	Budde, Klaus 19
8	Groß, Herbert 12
9	Fabian, Hans 11
10	Engel, Manfred 10

# Die Lauffreunde Bönen 1985 e.V.

in den

## Bestenlisten



# Frauen

## Kreisbestenliste 2006

- Nennungen bis Platz10 -

### Hauptklasse

#### 5.000 m

18:41,2 Walter, Katrin 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 2

#### 5 km

18:52 Walter, Katrin 10. Dez Hamm Platz 1

33:41 Wierike, Birte 17. Sep Hamm-Uentrop Platz 7

#### 10 km

38:52 Walter, Katrin 14. Okt Coesfeld Platz 1

#### 15 km

59:56 Walter, Katrin 31. Dez Werl-Soest Platz 2

#### Halbmarathon

1:28:09 Walter, Katrin 05. Nov Verl Platz 2

#### Marathon

3:13:59 Walter, Katrin 23. Apr Hamburg Platz 1

### W 35

#### 5.000 m

21:06,6 Uelzmann, Christine 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 1

#### 5 km

20:59 Kluge, Silke 02. Sep Ahlen Platz 1

21:07 Reisige-Muhr, Bettina 17. Sep Hamm-Uentrop Platz 2

21:10 Uelzmann, Christine 10. Dez Hamm Platz 3

21:29 Brinkmann, Susanne 10. Dez Hamm Platz 4

#### 10 km

42:09 Kluge, Silke 15. Jul Norderney Platz 2

42:55 Reisige-Muhr, Bettina 04. Nov Ascheberg-Herbern Platz 3

44:47 Uelzmann, Christine 27. Mai Walstedde Platz 4

45:29 Brinkmann, Susanne 14. Mai Unna-Königsborn Platz 5

45:36 Voß-Berkhoff, Heidrun 08. Jan Bönen Platz 6

#### 15 km

1:06:36 Reisige-Muhr, Bettina 03. Dez Bertlich Platz 2

1:07:00 Kluge, Silke 12. Feb Hamm Platz 3

1:09:35 Uelzmann, Christine 03. Dez Bertlich Platz 4

1:10:09 Brinkmann, Susanne 12. Feb Hamm Platz 5

#### Halbmarathon

1:35:48 Kluge, Silke 02. Apr Bonn Platz 1

1:36:49 Uelzmann, Christine 14. Mai Unna-Königsborn Platz 2

1:39:55 Reisige-Muhr, Bettina 26. Feb Hamm Platz 3

1:40:32 Brinkmann, Susanne 26. Feb Hamm Platz 4

### W 40

#### 3.000 m

13:51,1 Maletz, Manuela 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 2

**5 km**

23:01	Maletz, Manuela	04. Nov	Ascheberg-Herbern	Platz 3
26:18	Firus, Sandra	10. Dez	Hamm	Platz 7

**10 km**

47:36	Maletz, Manuela	18. Nov	Bergkamen-Oberaden	Platz 5
-------	-----------------	---------	--------------------	---------

**15 km**

1:11:48	Maletz, Manuela	31. Dez	Werl-Soest	Platz 3
---------	-----------------	---------	------------	---------

**Halbmarathon**

1:42:41	Maletz, Manuela	26. Feb	Hamm	Platz 3
---------	-----------------	---------	------	---------

**Marathon**

3:37:55	Maletz, Manuela	30. Apr	Duisburg	Platz 2
---------	-----------------	---------	----------	---------

**W 45****5 km**

23:33	Pfeffer, Dorothea	17. Sep	Hamm-Uentrop	Platz 5
26:41	Daidok, Eva	10. Sep	Bergkamen-Rünthe	Platz 6

**10 km**

48:22	Pfeffer, Dorothea	25. Nov	Essen	Platz 8
-------	-------------------	---------	-------	---------

**15 km**

1:10:04	Pfeffer, Dorothea	12. Feb	Hamm	Platz 3
---------	-------------------	---------	------	---------

**Halbmarathon**

1:42:26	Pfeffer, Dorothea	26. Feb	Hamm	Platz 5
---------	-------------------	---------	------	---------

**Marathon**

3:47:14	Pfeffer, Dorothea	02. Apr	Bonn	Platz 3
---------	-------------------	---------	------	---------

**100 km**

9:21:19	Pfeffer, Dorothea	29. Apr	Hanau-Rodenbach	Platz 1
---------	-------------------	---------	-----------------	---------

**W 50****5 km**

27:20	Freitag, Karin	02. Jun	Haltern	Platz 7
-------	----------------	---------	---------	---------

**W 55****3.000 m**

13:55,5	Homeyer, Gisela	27. Sep	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	-----------------	---------	--------------------	---------

**5.000 m**

24:42,9	Tessarek, Ingrid	27. Sep	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	------------------	---------	--------------------	---------

**5 km**

24:16	Homeyer, Gisela	29. Okt	Hamm	Platz 1
-------	-----------------	---------	------	---------

**10 km**

51:09	Homeyer, Gisela	10. Dez	Hamm	Platz 2
-------	-----------------	---------	------	---------

52:22	Tessarek, Ingrid	22. Okt	Hamm-Berge	Platz 4
-------	------------------	---------	------------	---------

56:24	Schlüter, Helga	29. Jan	Hamm	Platz 7
-------	-----------------	---------	------	---------

**15 km**

1:21:02	Homeyer, Gisela	31. Dez	Werl-Soest	Platz 2
---------	-----------------	---------	------------	---------

1:21:16	Tessarek, Ingrid	31. Dez	Werl-Soest	Platz 3
---------	------------------	---------	------------	---------

1:24:38	Schlüter, Helga	12. Feb	Hamm	Platz 4
---------	-----------------	---------	------	---------

**Halbmarathon**

1:49:40	Tessarek, Ingrid	30. Apr	Dresden	Platz 1
---------	------------------	---------	---------	---------

1:58:27	Homeyer, Gisela	01. Mai	Kamen-Methler	Platz 2
---------	-----------------	---------	---------------	---------



# Westfälische Bestenliste 2006

## Frauen gesamt

### 5.000 m

18:41,2 Walter, Katrin 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 17

### 10 km

38:52 Walter, Katrin 14. Okt Coesfeld Platz 18

### Halbmarathon

1:28:09 Walter, Katrin 05. Nov Verl Platz 17

### 100 km

9:21:19 Pfeffer, Dorothea 29. Apr Hanau-Rodenbach Platz 4

## W 35

### 5.000 m

21:06,6 Uelzmann, Christine 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 6

## W 45

### 100 km

09:21:19 Pfeffer, Dorothea 29. Apr Hanau-Rodenbach Platz 1

## W 55

### 3.000 m

13:55,5 Homeyer, Gisela 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 2

### 5.000 m

24:42,9 Tessarek, Ingrid 27. Sep Bergkamen-Oberaden Platz 5

### Halbmarathon

1:49:40 Tessarek, Ingrid 30. Apr Dresden Platz 5

## Mannschaft

### Halbmarathon

4:51:07 26. Feb. Hamm Platz 12

Walter 1:30:04 - Reisige-Muhr 1:39:55 - Brinkmann 1:40:32

# Deutsche Bestenliste 2006

### 100 km

9:21:19 Pfeffer, Dorothea 29. Apr Hanau-Rodenbach Platz 18

### Halbmarathon-Mannschaft

4:51:07 26. Feb. Hamm Platz 50

Walter 1:30:04 - Reisige-Muhr 1:39:55 - Brinkmann 1:40:32

# Männer

## Kreisbestenliste 2006

- Nennungen bis Platz10 -

### Hauptklasse

#### 5 km

20:24	Freitag, Thomas	2. Jun.	Haltern	Platz 8
23:10	Stoepel, Dominik	27. Mai	Walstedde	Platz 10

#### 10 km

41:55	Freitag, Thomas	8. Jan.	Bönen	Platz 10
-------	-----------------	---------	-------	----------

#### 15km

1:04:28	Freitag, Thomas	12. Feb.	Hamm	Platz 7
---------	-----------------	----------	------	---------

#### Halbmarathon

1:38:22	Freitag, Thomas	26. Feb.	Hamm	Platz 7
---------	-----------------	----------	------	---------

#### Marathon

3:34:31	Freitag, Thomas	5. Mrz.	Malta	Platz 3
---------	-----------------	---------	-------	---------

### M 30

#### 5 km

18:46	Münstermann, Marcus	10. Dez.	Hamm	Platz 3
-------	---------------------	----------	------	---------

#### 10 km

40:11	Münstermann, Marcus	10. Dez.	Hamm	Platz 6
-------	---------------------	----------	------	---------

#### 15 km

59:14	Münstermann, Marcus	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 1
-------	---------------------	----------	------------	---------

1:12:21	Harb, Khodr	12. Feb.	Hamm	Platz 4
---------	-------------	----------	------	---------

#### Halbmarathon

1:32:46	Münstermann, Marcus	26. Feb.	Hamm	Platz 2
---------	---------------------	----------	------	---------

1:49:48	Harb, Khodr	26. Feb.	Hamm	Platz 4
---------	-------------	----------	------	---------

1:51:33	Homeyer, Henner	26. Feb.	Hamm	Platz 6
---------	-----------------	----------	------	---------

#### Marathon

3:21:00	Münstermann, Marcus	15. Okt.	Essen	Platz 2
---------	---------------------	----------	-------	---------

### M 35

#### 5 km

20:47	Schelter, Michael	8. Okt.	Unna-Lünern	Platz 3
-------	-------------------	---------	-------------	---------

29:58	Uelzmann, Bernd	10. Dez.	Hamm	Platz 10
-------	-----------------	----------	------	----------

#### 10 km

35:39	Voß, Marcus	8. Jan.	Bönen	Platz 1
-------	-------------	---------	-------	---------

#### 15 km

55:35	Voß, Marcus	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 1
-------	-------------	----------	------------	---------

1:04:00	Löddemann, Wolfgang	12. Feb.	Hamm	Platz 7
---------	---------------------	----------	------	---------

### M 40

#### 3.000 m

13:38,6	Flory, Michael	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 4
---------	----------------	----------	--------------------	---------

#### 5.000 m

19:57,0	Wöllert, Michael	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 6
---------	------------------	----------	--------------------	---------

**5 km**

18:16	Pfeffer, Dirk	5. Mrz.	Hamm-Berge	Platz 2
19:54	Wöllert, Michael	10. Sep.	Bergkamen-Rünthe	Platz 7

**10 km**

36:52	Pfeffer, Dirk	27. Aug.	Bad Sassendorf	Platz 1
39:19	Holtmann, Jörg	29. Jan.	Hamm	Platz 10

**15 km**

56:23	Pfeffer, Dirk	12. Feb.	Hamm	Platz 1
-------	---------------	----------	------	---------

**Halbmarathon**

1:19:16	Pfeffer, Dirk	2. Apr.	Bonn	Platz 1
1:29:05	Kohrt, Thomas	26. Feb.	Hamm	Platz 6
1:29:38	Holtmann, Jörg	26. Feb.	Hamm	Platz 7

**Marathon**

2:51:29	Pfeffer, Dirk	7. Mai	Hannover	Platz 1
---------	---------------	--------	----------	---------

**M 45****3.000 m**

14:03,7	Budde, Rüdiger	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 7
---------	----------------	----------	--------------------	---------

**5 km**

20:41	von Glahn, Joachim	2. Sep.	Ahlen	Platz 8
-------	--------------------	---------	-------	---------

**15 km**

1:04:53	von Glahn, Joachim	12. Feb.	Hamm	Platz 4
---------	--------------------	----------	------	---------

**Halbmarathon**

1:33:44	von Glahn, Joachim	26. Feb.	Hamm	Platz 9
---------	--------------------	----------	------	---------

**M 50****5 km**

18:51	Budde, Klaus	10. Dez.	Hamm	Platz 1
23:07	Flehsig, Jürgen	10. Dez.	Hamm	Platz 10

**10 km**

38:33	Budde, Klaus	5. Mrz.	Hamm-Berge	Platz 2
-------	--------------	---------	------------	---------

**15 km**

59:00	Budde, Klaus	12. Feb.	Hamm	Platz 1
1:08:37	Unruh, Alexander	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 9

**Halbmarathon**

1:24:38	Budde, Klaus	26. Feb.	Hamm	Platz 2
---------	--------------	----------	------	---------

**Marathon**

3:20:03	Budde, Klaus	15. Okt.	Essen	Platz 3
4:05:33	Daidok, Michael	10. Sep.	Münster	Platz 10

**M 55****3.000 m**

13:41,6	Stoepel, Hartmut	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 6
14:02,1	Walter, Lothar	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 7

**5 km**

22:18	Stoepel, Hartmut	2. Apr.	Ahlen-Vorhelm	Platz 7
22:24	Freitag, Dieter	2. Jun.	Haltern	Platz 5
22:25	Jahn, Bernd	10. Jun.	Werne	Platz 6
22:58	Hermann, Wolfgang	1. Mai	Kamen-Methler	Platz 8

**10 km**

44:52	Vulf, Simon	27. Mai	Walstedde	Platz 6
46:39	Freitag, Dieter	1. Mai	Kamen-Methler	Platz 8
47:46	Stoepel, Hartmut	1. Mai	Kamen-Methler	Platz 9

**15 km**

1:10:18	Vulf, Simon	14. Jul.	Fröndenberg	Platz 3
1:13:29	Freitag, Dieter	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 4
1:14:59	Stoepel, Hartmut	12. Feb.	Hamm	Platz 7
1:21:32	Homeyer, Klaus	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 10

**Halbmarathon**

1:42:36	Vulf, Simon	14. Mai	Unna-Königsborn	Platz 6
1:43:39	Freitag, Dieter	15. Apr.	Paderborn	Platz 7
1:45:17	Stoepel, Hartmut	14. Mai	Unna-Königsborn	Platz 9

**Marathon**

3:37:22	Brock, Karl-Heinz	22. Okt.	Magdeburg	Platz 2
3:44:38	Vulf, Simon	15. Okt.	Essen	Platz 3
3:52:51	Fabian, Hans	15. Okt.	Essen	Platz 5
3:54:35	Freitag, Dieter	15. Okt.	Essen	Platz 6

**M 60****5.000 m**

21:59,5	Kasischke, Ulf	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 6
---------	----------------	----------	--------------------	---------

**5 km**

21:58	Kasischke, Ulf	11. Mrz.	Unna	Platz 2
-------	----------------	----------	------	---------

**10 km**

45:20	Kasischke, Ulf	29. Jan.	Hamm	Platz 6
-------	----------------	----------	------	---------

**15 km**

1:08:39	Kasischke, Ulf	12. Feb.	Hamm	Platz 3
1:28:58	Tessarek, Günter	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 10

**Halbmarathon**

1:36:40	Kasischke, Ulf	2. Apr.	Bonn	Platz 4
1:54:57	Dieckmann, Lothar	14. Mai	Unna-Königsborn	Platz 10

**Marathon**

3:37:59	Kasischke, Ulf	10. Sep.	Münster	Platz 3
---------	----------------	----------	---------	---------

**M 65****3.000 m**

14:06,9	Engel, Manfred	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 2
---------	----------------	----------	--------------------	---------

**5 km**

24:23	Engel, Manfred	4. Nov.	Ascheberg-Herbern	Platz 2
-------	----------------	---------	-------------------	---------

**10 km**

49:30	Engel, Manfred	10. Dez.	Hamm	Platz 5
-------	----------------	----------	------	---------

**15 km**

1:40:27	Engel, Manfred	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 5
---------	----------------	----------	------------	---------

**M 75****15 km**

1:30:45	Gosewinkel, Ludwig	31. Dez.	Werl-Soest	Platz 2 M70-80
---------	--------------------	----------	------------	----------------

## **Mannschaft**

### **10 km**

1:57:20 29. Jan. Hamm Platz 4  
Pfeffer 38:47 - Budde 39:14 - Holtmann 39:19

### **15 km**

2:59:23 12. Feb. Hamm Platz 3  
Pfeffer 56:23 - Budde 59:00 - Löddemann 1:04:00

### **Halbmarathon**

4:14:39 26. Feb. Hamm Platz 4  
Pfeffer 1:20:56 - Budde 1:24:38 - Kohrt 1:29:05

# Meisterschaftsergebnisse 2006 Frauen

## Kreismeisterschaften

### Cross

#### W 35

##### 3.300 m

13:53	Uelzmann, Christine	25. Mrz.	Hamm	Platz 1
-------	---------------------	----------	------	---------

#### W 40

##### 3.300 m

15:14	Maletz, Manuela	25. Mrz.	Hamm	Platz 1
-------	-----------------	----------	------	---------

### Langstrecke

#### Hauptklasse

##### 5.000 m

18:41,2	Walter, Katrin	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	----------------	----------	--------------------	---------

#### W 35

##### 5.000 m

21:06,6	Uelzmann, Christine	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	---------------------	----------	--------------------	---------

#### W 40

##### 3.000 m

13:51,1	Maletz, Manuela	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	-----------------	----------	--------------------	---------

#### W 55

##### 3.000 m

13:55,5	Homeyer, Gisela	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	-----------------	----------	--------------------	---------

##### 5.000 m

24:42,9	Tessarek, Ingrid	27. Sep.	Bergkamen-Oberaden	Platz 1
---------	------------------	----------	--------------------	---------

### 10 km

#### Hauptklasse

40:20	Walter, Katrin	22. Okt.	Hamm- Berge	Platz 1
-------	----------------	----------	-------------	---------

#### W 35

45:52	Kluge, Silke	22. Okt.	Hamm-Berge	Platz 1
-------	--------------	----------	------------	---------

#### W 40

48:27	Maletz, Manuela	22. Okt.	Hamm-Berge	Platz 1
-------	-----------------	----------	------------	---------

## Halbmarathon

### W 35

1:36:49 Uelzmann, Christine 14. Mai Unna-Königsborn Platz 1

Folgeplatzierungen wurden vom Verband nicht veröffentlicht.

## Bezirksmeisterschaft

### 10 km

#### Hauptklasse

41:50 Walter, Katrin 02. Apr. Ahlen Platz 1

## Halbmarathon

#### Weibliche Jugend A

1:53:16 Stoepel, Corinna 26. Feb. Hamm Platz 1

#### Hauptklasse

1:30:40 Walter, Katrin 26. Feb. Hamm Platz 2

### W 35

1:39:55 Reisige-Muhr, Bettina 26. Feb. Hamm Platz 2

1:40:32 Brinkmann, Susanne 26. Feb. Hamm Platz 3

### W 40

1:42:41 Maletz, Manuela 26. Feb. Hamm Platz 3

### W 45

1:42:26 Pfeffer, Dorothea 26. Feb. Hamm Platz 3

### W 55

1:53:33 Tessarek, Ingrid 26. Feb. Hamm Platz 1

2:03:51 Homeyer, Gisela 26. Feb. Hamm Platz 2

## Westfälische und Westdeutsche Meisterschaft

### Halbmarathon

1:28:09 Walter, Katrin 05. Nov. Verl

Platz 8 Westfälische Meisterschaft gesamt

Platz 12 Westdeutsche Meisterschaft gesamt

# Deutsche Meisterschaft

## Halbmarathon

1:33:34      Walter, Katrin      26.Mrz.      Herten-Bertlich      Platz 20 Gesamt

## 100 km-Straßenlauf

9:21:19      Pfeffer, Dorothea      29. Apr.      Hanau-Rodenbach      Platz 4 AK  
Platz 14 Gesamt

**Diese Zeit stellt auch den aktuellen Rekord im Leichtathletikkreis Unna-Hamm dar.**

# Meisterschaftsergebnisse 2006

## Männer

### Kreismeisterschaften

#### Langstrecke

##### **M 40**

##### **3.000 m**

13:38,6 Flory, Michael 27. Sep. Bergkamen-Oberaden Platz 1

##### **M 65**

14:06,9 Engel, Manfred 27. Sep. Bergkamen-Oberaden Platz 1

#### 10 km

##### **M 65**

50:35 Engel, Manfred 22. Okt. Hamm-Berge Platz 1

**Folgeplatzierungen wurden vom Verband nicht veröffentlicht.**

### Bezirksmeisterschaft

#### 10 km

##### **M 35**

41:33 Münstermann, Marcus 2. Apr. Ahlen-Vorhelm Platz 1

##### **M 50**

47:05 Flechsig, Jürgen 2. Apr. Ahlen-Vorhelm Platz 4

##### **M 55**

47:25 Vulf, Simon 2. Apr. Ahlen-Vorhelm Platz 3

#### Halbmarathon

##### **Hauptklasse**

1:38:22 Freitag, Thomas 26. Feb. Hamm Platz 10

##### **M 30**

1:32:46 Münstermann, Marcus 26. Feb. Hamm Platz 4

1:49:48 Harb, Khodr 26. Feb. Hamm Platz 6

**M 40**

1:20:56	Pfeffer, Dirk	26. Feb.	Hamm	Platz 3
1:29:05	Kohrt, Thomas	26. Feb.	Hamm	Platz 10

**M 45**

1:33:44	von Glahn, Joachim	26. Feb.	Hamm	Platz 9
---------	--------------------	----------	------	---------

**M 50**

1:47:11	Freitag, Dieter	26. Feb.	Hamm	Platz 7
1:24:38	Budde, Klaus	26. Feb.	Hamm	Platz 2

**M 55**

1:49:03	Vulf, Simon	26. Feb.	Hamm	Platz 8
---------	-------------	----------	------	---------

**M 60**

1:37:04	Kasischke, Ulf	26. Feb.	Hamm	Platz 2
---------	----------------	----------	------	---------