



SG Arheilgen
Abteilung Triathlon

Ergebnisübersicht 2019

31. Dez 2019		Griesheim		24. Griesheimer Silvesterlauf			sport-in-suedhessen.de/silvesterlauf			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Ulrike Bickert	W45	10	0:48:13			0:48:13	142	311	3	16
Jutta Cymanek	W50	10	0:48:21			0:48:21	146	311	3	16
Claudia Jehn	W45	10	0:48:21			0:48:21	147	311	5	16
Frauke Ostermann	W40	10	0:51:45			0:51:45	180	311	4	8
Maja Walter	W40	10	0:57:57			0:57:57	252	311	6	8
Katja Forchheim	W45	10	1:00:16			1:00:16	265	311	10	16
Bernd Eisele	M45	10	0:41:13			0:41:13	32	311	3	39
Henri Lassig	MHK	10	0:41:30			0:41:30	35	311	8	21
Marcus Ortlund	M45	10	0:42:00			0:42:00	39	311	5	39
Stefan Wendel	M45	10	0:54:43			0:54:43	224	311	32	39
Uli Forchheim	M50	10	1:00:17			1:00:17	266	311	27	29
Iris Gönsch	W35	5	0:27:27			0:27:27	110	248	3	9
Kathrin Strelow*	W45	5	0:28:26			0:28:26	130	248	5	13
SG Arheilgen-Triathlon 1 (Eisele, Lassig, Ortlund)	M	30	2:04:43			2:04:43	Teamwertung		2	13
SG Arheilgen-Triathlon 1 (Bickert, Ostermann, Forchh.)	W	30	2:40:14			2:40:14	Teamwertung		3	4

* Laufbegleitung

29. Dez 2019		Frankfurt		41. Spiridon Silvesterlauf			www.spiridon-silvesterlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Ulrike Bickert	W45	10	0:48:22			0:48:22	96	817	10	106
Iris Gönsch	W35	10	0:56:25			0:56:25	319	817	39	105

8. Dez 2019		Weiterstadt		34. Nikolauslauf			nikolauslauf.tus-tria.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Johanna Thilenius	W55	10	0:58:20			0:58:20	23	46	3	7
Guido Götz	M45	10	0:50:20			0:50:20	58	93	10	19

7. Dez 2019		Rodgau-Jügesheim		40. Rodgauer Winterlaufserie - Lauf 2			www.iskrodgau.de/index.php/winterlauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	10	0:51:48			0:51:48	29	64	5	10

1. Dez 2019		Goldbach		Wintercross 2019/2020 Lauf 5			www.wintercross.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	LM60	10	0:57:56			0:57:56	336	559	10	27

1. Dez 2019		Pfungstadt		51. Advents-Cross			www.pfungstadt-leichtathletik.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Iris Gönsch	F	4,7	0:25:37			0:25:37	12	37	2	19

17. Nov 2019		Goldbach		Wintercross 2019/2020 Lauf 3			www.wintercross.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	LM60	10	0:59:08			0:59:08	400	628	17	30

3. Nov 2019		Neu-Isenburg		13. Hugenotten-Duathlon			www.radteam-neu-isenburg.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	run	bike	run	Ges.	von	AK	von
Karin Eisenhut	JO-W40	4,5 - 20 - 4	1:58:58	0:30:37	0:58:08	0:30:11	2	2	1	1
Mike Ronneberger	M50	4,5 - 20 - 4	1:33:21	0:23:32	0:47:30	0:22:17	172	247	41	57

3. Nov 2019		Goldbach		Wintercross 2019/2020 Lauf 1			www.wintercross.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	LM60	10	0:56:56			0:56:56	313	627	12	30

2. - 9. Nov. 2019		Mangshi ⇌ Lijiang (CHN)		6. Granfondo Yunnan			www.granfondoynunnan.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Zeit	Etappe	Datum	hm	Ges.	von	AK	von
Nicole Umlauf	W40	8,6	0:20:28	Prolog	2.11.	170	24	129	4	30
		103	2:58:07	1	3.11.	800	21	129	4	30
		118	4:04:44	2	4.11.	1200	22	128	3	30
		197	7:57:11	3	6.11.	2900	19	120	2	30
		120	3:28:04	4	8.11.	500	23	132	4	32
		102	4:55:01	5	9.11.	2500	12	113	2	28
		648,6	23:43:35	Gesamt			8070	14	64	2

2. Nov 2019		Rodgau-Jügesheim		40. Rodgauer Winterlaufserie - Lauf 1			www.iskrodgau.de/index.php/winterlauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	10	0:51:45			0:51:45	32	72	6	13

27. Okt 2019		Ljubljana (SI)		24. Ljubljanski maraton			http://www.ljubljanskimaraton.si			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dagmar Backes	ZF	21,1	1:54:25			1:54:25	391	2172	24	224

27. Okt 2019		Dresden		21. Dresden Marathon			www.dresden-marathon.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Johanna Thilenius	W55	21,1	2:04:27			2:04:27	442	1012	28	72
Torsten Velde	M50	21,1	1:42:43			1:42:43	527	2070	54	263

27. Okt 2019		Frankfurt		Mainova Frankfurt Marathon			www.frankfurt-marathon.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Jutta Cymanek	W50	42,195	3:37:02			3:37:02	400	2362	16	283
Claudia Jehn	W45	42,195	3:49:10			3:49:10	633	2362	81	361
Ulrike Bickert	W45	42,195	4:22:23			4:22:23	1498	2362	231	361
Daniela Reich	W40	42,195	4:30:18			4:30:18	1675	2362	278	389
Andrea Klein	W40	42,195	4:48:54			4:48:54	1995	2362	331	389
Henri Lassig	MHK	42,195	3:23:00			3:23:00	2188	8190	287	801
Stefan Wesarg	M45	42,195	3:29:11			3:29:11	2756	8190	443	1315
Stefan Wendel	M45	42,195	3:59:11			3:59:11	5248	8190	900	1315
Mike Ronneberger	M50	42,195	4:37:29			4:37:29	7174	8190	993	1140
Axel Reinhardt u.a.	Staff. mix	(9,5) 42,195	3:53:37			3:53:37			425	1119
Frauke Ostermann u.a.	Staff. mix	(12,9) 42,195	3:56:16			3:56:16			482	1119
Kathrin Muth u.a.	Staff. f	(13,5) 42,195	4:59:30			4:59:30			190	194

20. Okt 2019		Frankenstein		Bergzeitfahren			www.sga-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Karsten Heisch		2,8 km / 200 hm	0:10:08		0:10:08		1	7		
Bernd Eisele		2,8 km / 200 hm	0:10:32		0:10:32		2	7		
Axel Reinhardt		2,8 km / 200 hm	0:10:47		0:10:47		3	7		
Günter Kaschke		2,8 km / 200 hm	0:11:43		0:11:43		4	7		
Fabio		2,8 km / 200 hm	0:12:14		0:12:14		5	7		
Thomas Malauschek		2,8 km / 200 hm	0:14:33		0:14:33		6	7		
Michael Schwalm		2,8 km / 200 hm	0:15:29		0:15:29		7	7		

12. Okt 2019		Rüsselsheim		38. Lindenseelaufserie - Lauf 1			www.lindenseelauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dagmar Backes	W50	10	0:51:13			0:51:13	110	229	4	18
Axel Reinhardt	M50	10	0:43:01			0:43:01	30	229	5	35
Hendrik Schneider	MHK	10	0:43:03			0:43:03	31	229	3	11

6. Okt 2019		Heidelberg		Gelita Trailmarathon			www.trailmarathon-heidelberg.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Peter Krichbaum	M55	50 km / 2000 hm	5:37:00			5:37:00	31	86	2	7

6. Okt 2019	Lindau ⇒ Bregenz		Sparkasse 3-Länder-Marathon				www.sparkasse-3-laender-marathon.at			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Ulrike Bickert	W45	42,195	3:57:11			3:57:11	84	278	20	56

3. Okt 2019	Mühltal-Traisa		29. Volkslauf				www.svtraisa.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	11	0:45:18			0:45:18	7	90	3	5
Stefan Wendel	M40	11	0:56:13			0:56:13	41	90	4	7
Andreas Faßmann	M50	11	1:13:39			1:13:39	88	90	22	22

29. Sep 2019	Groß-Umstadt		19. Wald- & Hügellauf				www.tv-gross-umstadt.de/lauffreff			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	13,2	1:05:17			1:05:17	29	79	4	6

29. Sep 2019	Berlin		Berlin-Marathon				www.bmw-berlin-marathon.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Mike Ronneberger	M50	42,195	4:46:09			4:46:09	25423	30779	3555	4368

29. Sep 2019	Bensheim		Jog and Rock 2019				www.bensheim-marathon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Conny Spiecker	W40	21,1	1:41:37			1:41:37	37	160	2	6

15. Sep 2019	Neu-Isenburg		43. Hugenottenlauf				www.hugenottenlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Claudia Jehn	W45	21,1	1:39:40			1:39:40	19	275	3	39
Ulrike Bickert	W45	21,1	1:47:31			1:47:31	44	275	5	39
Daniela Reich	W40	21,1	2:04:12			2:04:12	158	275	29	51
Iris Gönsch	W35	10	1:00:27			1:00:27	120	212	12	24
Andreas Faßmann	M50	10	1:06:50			1:06:50	314	333	51	53

8. Sep 2019	Gimbsheim		Herbst-Triathlon 2019				www.schwimmbad-gimbsheim.de/triathlon-2019/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Roland Bauer	M40	0,5 - 20 - 5	0:59:45	0:09:03	0:29:38	0:20:17	3	67	1	8

8. Sep 2019	Traisa		37. SV3sathlon				www.svtraisa.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Edith Dicks	F50-54	0,55 - 20 - 5	1:28:28	0:14:45	0:48:37	0:25:05	141	384	7	16
Johanna Thilenius	F55-59	0,55 - 20 - 5	1:43:50	0:12:41	1:01:55	0:29:13	318	384	6	9
Iris Gönsch	F35-39	0,55 - 20 - 5	1:44:26	0:12:53	1:05:04	0:26:28	319	384	9	9
Nicole Hennebeul	F50-54	0,55 - 20 - 5	1:44:41	0:14:41	1:00:34	0:29:25	321	384	12	16
Karsten Heisch	M50-54	0,55 - 20 - 5	1:19:24	0:12:29	0:44:29	0:22:26	44	384	10	59
Torsten Velde	M50-54	0,55 - 20 - 5	1:25:23	0:12:27	0:50:01	0:22:54	99	384	18	59
Martin Dreher	M55-59	0,55 - 20 - 5	1:25:30	0:12:06	0:48:19	0:25:04	102	384	11	40

8. Sep 2019	Erzhausen		23. Heegbachlauf				www.die-kaltduscher.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Iris Gönsch	W30	6,4	0:31:25			0:31:25	11	89	1	15
Maja Walter	W40	6,4	0:31:32			0:31:32	13	89	2	16
Kathrin Strelow	W45	6,4	0:34:05			0:34:05	21	89	5	19
Henri Lassig	W30	6,4	0:24:14			0:24:14	4	168	3	30
Marcus Orland	W45	6,4	0:25:18			0:25:18	8	168	1	25

8. Sep 2019	Hochheim		15. Weinbergslauf				www.weinbergslauf-hochheim.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	M60	12,4	1:04:50			1:04:50	45	78	6	6

7.-8. Sep 2019	Rodgau-Dudenhofen		24-Stunden-Lauf				www.24hlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann, u. a.		30,4								
Die Montagsläufer		313,2	24:00:00			24:00:00	8	34	8	25

1. Sep 2019	Hamburg		Blankeneser Heldenlauf				www.heldenlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
John Malzfeldt	M70	21,1	2:31:24			2:31:24	283	296	4	4

1. Sep 2019	Darmstadt		10-Freunde-Triathlon				www.zehnfreunde-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Diana Bauer	W35	3,8 - 18 - 4,2	1:03:51	0:08:25	0:34:09	0:18:23	14	549	2	77
Dagmar Backes	W50	3,8 - 18 - 4,2	1:06:39	0:08:34	0:35:20	0:19:05	36	549	3	55
Marie Fernau	W25	3,8 - 18 - 4,2	1:10:14	0:07:14	0:36:24	0:23:03	27	296	6	59
Nicola Herrlitz	W30	3,8 - 18 - 4,2	1:12:27	0:08:07	0:36:36	0:24:25	44	296	12	39
Ulrike Bickert	W45	3,8 - 18 - 4,2	1:12:28	0:08:53	0:39:24	0:19:43	112	549	9	41
Frauke Ostermann	W40	3,8 - 18 - 4,2	1:13:58	0:08:40	0:40:02	0:20:26	144	549	23	54
Jutta Cymanek	W50	3,8 - 18 - 4,2	1:15:15	0:10:51	0:41:34	0:18:49	170	549	12	55
Kathrin Muth	W35	3,8 - 18 - 4,2	1:23:16	0:07:46	0:40:29	0:29:27	356	549	54	77
Bernd Eisele	M45	3,8 - 18 - 4,2	0:58:50	0:07:21	0:30:27	0:17:43	24	640	6	105
Gerd Herrlitz	M60	3,8 - 18 - 4,2	1:03:08	0:07:32	0:31:41	0:19:46	77	640	3	14
Jörg Halstenberg	M45	3,8 - 18 - 4,2	1:03:59	0:07:42	0:33:56	0:19:12	96	640	21	105
Jochen Benz	M60	3,8 - 18 - 4,2	1:29:14	0:11:13	0:44:37	0:27:45	592	640	14	14

31. Aug 2019	Darmstadt		Halber Heiner				www.darmstadt-halbmarathon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Kathrin Strelow	W45	10,5	1:04:47			1:04:47	82	152	2	5
Inge Hoppe	W55	10,5	1:17:44			1:17:44	123	152	3	3

22.-31. Aug. 2019	Buchs (CH)		Swissultra - Deca one per day (10x1)				www.swissultra.ch			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Tag 1	w	3,8 - 180 - 42,2	16:29:26	1:32:00	7:50:30	6:51:25	2	2		
Tag 2	w	3,8 - 180 - 42,2	18:06:15	1:33:30	8:35:59	7:39:53	2	2		
Tag 3	w	3,8 - 180 - 42,2	18:53:12	1:32:47	8:54:30	8:09:01	2	2		
Tag 4	w	3,8 - 180 - 42,2	DNF	1:33:17	9:48:09					
Tag 5-10	w	3,8 - 180 - 42,2	DNS							
Andrea Klein		15,2 - 720 - 126,6		6:11:34	35:09:08	22:40:19				

24. Aug 2019	Viernheim		36. V-Card Triathlon				www.viernheimer-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Ulrike Bickert	MK45	1,5 - 40 - 10	3:10:32	0:33:04	1:40:09	0:51:10	73	81	9	55
Dagmar Backes	MK50	1,5 - 40 - 10	2:51:45	0:31:01	1:27:24	0:50:49	55	81	7	80
Johanna Thilenius	MK55	1,5 - 40 - 10	3:24:14	0:30:59	1:40:52	1:05:16	79	81	5	42
Klaus Trarbach	M55	1,5 - 40 - 10	2:50:10	0:31:25	1:22:49	0:51:00	299	394	28	42
Roland Bauer	MK40	1,5 - 40 - 10	2:25:16	0:27:08	1:11:40	0:44:33	2	47	2	9
Marcus Ortland	MK45	1,5 - 40 - 10	2:35:14	0:28:51	1:19:05	0:44:33	12	47	4	13
Stefan Albers	MK55	1,5 - 40 - 10	2:43:03	0:27:50	1:20:30	0:51:10	24	47	5	8
Torsten Velde	MK50	1,5 - 40 - 10	2:49:12	0:32:52	1:21:09	0:51:55	30	47	7	13
							Teamwertung		Tabelle	
SG Arheilgen	Sen2	4,5 - 120 - 30	7:43:32				3	12	3	12

18. Aug 2019	Kopenhagen (DK)		Ironman				www.ironman.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Theresa Stoll	W25	3,8 - 180 - 42,2	13:04:10	1:14:16	6:12:26	5:18:19	2061	2543	38	45

18. Aug 2019	Rodgau Dudenhofen		18. Rodgau Triathlon				www.tsv-dudenhofen.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Kathrin Strelow	W45	0,4 - 14 - 4	1:02:47	0:09:34	1:42:00	0:23:32	77	150	1	8
Roland Bauer	M40	1,4 - 41 - 10	2:14:02	0:25:05	1:01:10	0:44:18	10	298	2	28
Marcus Ortland	M45	1,4 - 41 - 10	2:26:47	0:27:17	1:11:13	0:43:51	62	298	13	43
Jürgen Haaf	M55	1,4 - 41 - 10	DNF	0:25:01	1:09:33	-----				

11. Aug 2019	Arheilgen		28. Arheilger Mühlichen-Triathlon				www.muehlchen-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	run	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dariusz Fischer	SchülerB	0,3 - 2,5 - 0,4	0:10:34				14	25	5	10
Jan Fischer	SchülerA	1 - 8,9 - 2	0:39:02				20	32	6	9
Nicola Herriütz	W30	1 - 8,9 - 2	0:42:26				7	18	2	2
Susan Blatt	W35	2,2 - 18,1 - 3,9	1:08:15				39	197	1	7
Miriam Sauerwein	W40	2,2 - 18,1 - 3,9	1:08:36				42	197	1	7
Edith Dicks	W50	2,2 - 18,1 - 3,9	1:13:10				68	197	1	12
Jürgen Haaf	M55	2,2 - 18,1 - 3,9	1:09:46				51	197	5	15

3. Aug 2019	Gernsheim		16. Fischerfestlauf				www.fischerfestlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	10	0:38:55			0:38:55	19	296	4	56

2. Aug 2019	Reinheim-Ueberau		17. Ueberauer Dorflauf				www.sg-ueberau.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	10	0:38:14			0:38:14	7	58	1	4

27. Jul 2019	St. Moritz - Davos (CH)		Swiss Alpine Irontrail (T88)				www.swissalpine.ch			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Hendrik Schneider	M20	84,9	22:34:33			22:34:33	305	368	18	18

26. - 28. Juli 2019	Nürburgring		Rad am Ring				www.radamring.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Theresa Stoll u.a. (4er Team)	MAS1	18 Runden i. 24h	24:05:42		24:05:42		16	24	12	14

28. Jul 2019	Leipzig		36. Leipziger Triathlon				www.leipziger-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Miriam Sauerwein	WK40	0,59- 21 - 5	1:19:08	0:12:53	0:40:21	0:22:21	101	268	1	24

21. Jul 2019	Mühlacker		Mühlacker-Triathlon				www.triathlon-muehlacker.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Theresa Stoll	TW25	1,5 - 40 - 10	3:06:03	0:29:09	1:38:55	0:53:25	6	12	2	2

21. Jul 2019	Tübingen		Mey Generalbau Triathlon				www.mey-generalbau-triathlon.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Peer Hellwig	SEN2	0,75 - 20 - 5	1:36:39	0:15:18	0:48:21	0:27:12	202	240	14	20

21. Jul 2019	Mörfelden		Möwathlon				www.moewathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dagmar Backes	W50	0,5 - 20 - 5	1:14:00	0:10:16	0:39:37	0:24:07	162	530	2	3

20. Jul 2019	Heidelberg		4. Bahnstadtlauf Heidelberg				https://http21660.wordpress.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Daniela Reich	W40	10	0:59:50			0:59:50	151	205	6	14

14. Jul 2019	Bad Blumau		4. Ultra Triathlon Rogner Bad Blumau Double				www.lauffestival.com/ultratri.html			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	m/w	von
Andrea Klein		7,6 - 360 - 84,4	42:28:01	3:01:49	19:44:56	18:48:15	17	20	3	3

14. Jul 2019	Niedernberg		11. Hensel Recycling Churfranken Triathlon				www.tripaul.de/triathlon			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Kathrin Strelow	SEN2	1,5 - 38 - 10	3:03:09	0:40:10	1:13:51	1:02:04	211	234	7	8
Marcus Ortland	SEN2	1,5 - 38 - 10	2:30:06	0:36:22	1:05:03	0:44:47	83	234	12	32

3. Jul 2019	Darmstadt		Sporthübner Darmstadt Waldlauf				www.darmstadt-waldlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Iris Gönsch	W35	11	1:03:48			1:03:48	15	20	1	2
Kathrin Muth	W35	5,5	0:41:38			0:41:38	43	45	5	5
Henri Lassig	MHK	5,5	0:20:17			0:20:17	2	72	1	6

30. Jun 2019	Lampertheim		24. EWR-Triathlon				www.triathlon-lampertheim.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Kathrin Strelow	TW45	0,5 - 20 - 5	1:21:31	0:11:40	0:37:36	0:28:11	15	39	2	6

30. Jun 2019	Darmstadt		15. Merck-Heinerman				www.heinerman.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dagmar Backes	TW50	1,5 - 46 - 10	3:11:15	0:37:05	1:33:31	0:57:10	25	58	3	9
Jürgen Haaf	TM55	1,5 - 46 - 10	2:49:44	0:34:02	1:19:48	0:52:13	78	279	5	21
Stephan Lich	TM55	1,5 - 46 - 10	ca. 3:13:00*							
Ulrike Bickert	TW45	0,75 - 26 - 5	1:48:45	0:22:46	0:54:38	0:25:41	59	91	3	3

* Zeitnahme nicht ausgelöst

29. Jun 2019	Waldeck		36. Edersee-Triathlon				www.triathlon-waldeck.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Marcus Orland	TM45	1,5 - 42 - 10	2:48:28	0:33:15	1:26:58	0:48:15	6	33	4	13
Torsten Velde	TM50	1,5 - 42 - 10	2:58:58	0:36:39	1:29:38	0:52:40	19	33	2	5
Oliver Schmidt	TM45	1,5 - 42 - 10	3:19:49	0:35:04	1:42:37	1:02:07	28	33	12	13
							Teamwertung		Tabelle	
SG Arheilgen	2. SL	4,5 - 126 - 30					8	12	2	12

29. Jun 2019	Dreieich		38. Dreieich-Waldlauf				www.dreieichlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	M20	10	0:39:06			0:39:06	6	114	3	5

22. Jun 2019	Bezau (AT)		9. Wälderlauf				www.waelderlauf.at			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Conny Spiecker	W40	12,7	1:04:22			1:04:22	27	258	4	33

22. Jun 2019	Dieburg		20. Dieburger Stadtlauf				www.dieburger-stadtlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	10	0:37:04			0:37:04	9	126	3	17

19. Jun 2019	Darmstadt		41. Darmstädter Stadtlauf				www.darmstadt-laeuft.de/darmst%C3%A4dter-stad			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	5	0:18:20			0:18:20	21	223	12	87
Marcus Orland	M45	5	0:20:49			0:20:49	39	227	11	53
Guido Götz	M45	5	0:24:13			0:24:13	122	227	33	53
Stephan Lich	M55	5	0:25:16			0:25:16	146	227	25	38
René Teske	MK U12	2	0:08:01			0:08:01	31	115	19	76

16. Jun 2019	Luxemburg (LU)		IRONMAN 70.3 Luxembourg - Région Moselle				www.ironman.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Theresa Stoll	W25	1,9 - 90 - 21,1	5:47:12	0:38:18	3:01:41	1:58:26	183	413	22	45

16. Jun 2019	Münster-Altheim		35. Moret-Triathlon				www.vfl-muenster.de/category/morettriathlon/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Marcus Orland	TM45	1,9 - 92 - 21,1	5:28:26	0:37:04	3:00:44	1:43:51	69	139	13	22
Kai Henning	TM40	1,9 - 92 - 21,1	5:44:00	0:35:19	3:10:10	1:49:39	85	139	9	14
Carolin Pratschker*	TW30	1,5 - 45 - 10	2:41:08	0:26:20	1:20:15	0:49:52	6	37	2	4
Sarah Oelsner	TW30	1,5 - 45 - 10	3:05:46	0:33:53	1:32:29	0:54:38	25	37	4	4
Susanne Treber*	TW55	1,5 - 45 - 10	3:38:55	0:36:15	1:44:25	1:06:55	35	37	2	2
Kathrin Muth	TW35	1,5 - 45 - 10	3:48:44	0:29:50	1:43:44	1:28:29	37	37	6	6
							Teamwertung		Tabelle	
Mörfelden/Arheilgen		4,5 - 135 - 30	9:25:50				10	10	10	10

* extern

15. Jun 2019	Traisa		7. Autohaus Lutz NightRun				www.svtraisa.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	5,5	0:20:43			0:20:43	4	95	1	7

15. Jun 2019	Stockstadt/ Rhein		Triathlon der DLRG OG Stockstadt				www.stockstadt.dlr.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Roland Bauer		0,5 - 20 - 5,4	1:05:53				3	21		

9. Jun 2019	Alsbach		50. Melibokuslauf				www.melibokuslauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	20	1:26:59			1:26:59	11	127	4	15
Peter Krichbaum	M50	20	1:33:36			1:33:36	23	127	8	41

9. Jun 2019	Maxdorf		14. Maxdorfer Triathlon				www.tsg-maxdorf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Marcus Ortland	Sen 2 m	2 - 85 - 19,8	5:53:23	0:38:34	3:27:52	1:46:55	347	442	55	63

7.-8. Juni 2019	Biel (CH)		Bieler Lauftage				www.100km.ch/index.php/de/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Hendrik Schneider	M20	100	10:52:41			10:52:41	125	548	6	23

7.-9. Juni 2019	Hanau - Steinau		35. Brüder Grimm Lauf				https://brueder-grimm-lauf.de/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Andrea Klein	W40	15,3*14*17*10,8*18	9:11:30			9:11:30	134	143	18	18

7. Jun 2019	Wolfskehlen		36. Straßenlauf				www.tsv03wolfskehlen.de/leichtathletik/strassenlauf			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	10	0:20:43			0:20:43	9	118	3	9

2. Jun 2019	Bruchköbel		13. Quarterman Germany Triathlon				www.quarterman-germany.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Axel Reinhardt	AK50M	0,95 - 45 - 10,5	2:30:19	0:14:51	1:20:49	0:51:37	2	46	1	13
Karsten Herisch	AK50M	0,95 - 45 - 10,5	2:46:50	0:21:11	1:27:59	0:53:39	16	46	5	13
Torsten Velde	AK50M	0,95 - 45 - 10,5	2:49:41	0:22:16	1:23:59	0:59:06	19	46	6	13
							Teamwertung		Tabelle	
SG Arheilgen	2. Sen	2,85 - 135 - 31,5	8:17:18				4	11	2	12

2. Jun 2019	Bad Schönborn		Ironman 70.3 Kraichgau				www.ironman.com			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Franziska Veit	MTR	1,9	0:37:21	0:37:21			1235	2141	20	41
Bernd Eisele	MTR	90	2:54:09		2:54:09		813	2141	9	41
Andreas Faßmann	MTR	21,1	2:37:34			2:37:34	1992	2141	37	41
Es ist wie Urlaub, nur mit Schmerzen	Staffel	1,9 - 90 - 21,1	6:12:30	0:37:21	2:54:09	2:37:34	1497	2141	27	41

30. Mai 2019	Fischbachtal		38. Fischbachtal-Lauf				www.fc-niedernhausen.de/fischbachtal-lauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	MHK	12,6	0:52:45			0:52:45	12	119	5	10

29. Mai 2019	Darmstadt		8. Darmstädter Merck-Firmenlauf				www.darmstadt-firmenlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Daniele Teske	W45	10	0:49:24			0:49:24	55	268	8	28
Henri Lassig	MHK	10	0:35:48			0:35:48	15	902	6	173
Marcus Ortland	M45	10	0:41:39			0:41:39	131	902	18	107
Marcus Ortland	M45	5	0:18:38			0:18:38	34	1820	4	182
Kathrin Strelow	W45	5	0:27:01			0:27:01	221	1674	26	189
Oliver Schmidt	M45	5	0:28:36			0:28:36	1051	1820	113	182
Kathrin Muth	W35	5	0:33:22			0:33:22	902	1674	104	191

26. Mai 2019	Bad Liebenwerda		41. Elsterlauf				www.elsterlauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	M20-29	21,1	1:27:42			1:27:42	4	88	1	7

26. Mai 2019	Dieburg		10 Freunde Team Triathlon				www.zehnfreunde-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Sibylle Goldammer	W50	0,38 - 18 - 4,2	1:25:37	0:09:44	0:42:59	0:24:55	33	57	3	7
Elke Emmer	W55	0,38 - 18 - 4,2	1:58:16	0:12:32	0:51:01	0:43:34	56	57	1	1

19. Mai 2019	Griesheim		12. Short Track Triathlon				www.tus-tria.de/index.php/2014-04-04-05-01-57/sh			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Nicole Best*	TW50	0,5 - 19 - 5	1:03:10	0:08:06	0:32:03	0:21:08	2	40	1	4
Theresa Stoll	TW25	0,5 - 19 - 5	1:14:47	0:09:29	0:34:16	0:28:31	28	40	5	8
Maria Krautzig*	TW35	0,5 - 19 - 5	1:15:04	0:09:05	0:36:17	0:27:22	29	40	5	6
Tanja Schiefer-Linn*	TW45	0,5 - 19 - 5	1:20:08	0:10:37	0:36:01	0:30:10	35	40	4	5
							Teamwertung		Tabelle	
Mörfelden/Arheilgen		1,5 - 57 - 15	3:33:01				8	10		

* extern

18. Mai 2019	Eisenach/Oberhof-Schmiedefeld		47. GutsMuths-Rennsteiglauf				www.rennsteiglauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Hendrik Schneider	MHK	73,9	9:32:47			9:32:47	1034	1521	41	53
Henri Lassig	MHK	42,195	3:28:00			3:28:00	98	2258	10	109
Dagmar Backes	W50	21,1	2:03:54			2:03:54	356	2366	37	354
Sibylle Goldammer	W50	21,1	2:31:16			2:31:16	1495	2366	218	354

11. Mai 2019	Mannheim		Dämmer-Marathon				www.daemmermarathon-mannheim.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Marcus Ortland	M45	42,195	3:29:27			3:29:27	84	496	13	71

5. Mai 2019	Fulda		Barockstadt Triathlon Fulda				www.barockstadt-fulda-triathlon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Roland Bauer	TM40	0,5 - 20 - 5	1:09:23	0:08:53	0:39:51	0:18:57	1	46	1	9
Axel Reinhardt	TM50	0,5 - 20 - 5	1:16:17	0:08:10	0:44:01	0:20:46	11	46	3	11
Jürgen Haaf	TM55	0,5 - 20 - 5	1:19:41	0:10:38	0:43:10	0:22:31	17	46	4	7
Karsten Herisch	TM50	0,5 - 20 - 5	1:22:54	0:10:21	0:46:35	0:21:08	28	46	7	11
							Teamwertung		Tabelle	
SG Arheilgen	2. SL	1,5 - 60 - 15	3:45:23				3	11	3	11

5. Mai 2019	Rödermark		13. wumboR-Lauf				http://wumbor-lauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Marcus Ortland	M45	21,1	1:33:19			1:33:19	18	65	2	15
Kathrin Strelow	W45	10	0:58:38			0:58:38	35	62	11	12
Henri Lassig	MHK	10	0:38:15			0:38:15	2	153	1	16

5. Mai 2019	Heilbronn		19. Trollinger-Marathon				www.trollinger-marathon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Jutta Cymanek	W50	42,195	4:19:24			4:19:24	61	112	11	24
Ulrike Bickert	W45	21,1	2:35:53			2:35:53	975	1076	94	103
Michael Ihringer	M50	21,1	2:35:54			2:35:54	2621	2718	346	353
Stefan Wesarg	M45	21,1	2:35:54			2:35:54	2622	2718	300	309
Thilo Bickert	M50	21,1	2:35:54			2:35:54	2623	2718	347	353

28. Apr 2019	Hamburg		Hamburg Marathon				www.haspa-marathon-hamburg.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Hendrik Schneider	MHK	42,195	3:34:15			3:34:15	2151	7772	290	967

27. Apr 2019	Darmstadt-Eberstadt		9. DAV Skinfit Frankensteinlauf				www.frankensteinauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Peter Krichbaum	M55	16	1:12:18			1:12:18	36	162	2	15

22. Apr 2019	Rodgau-Jügesheim		41. Rodgauer Osterlauf				www.iskrodgau.de/index.php/osterlauf			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	25	2:31:33			2:31:33	38	52	9	12
Stefan Wendel	M45	25	2:35:02			2:35:02	127	149	24	27

14. Apr 2019	Mörfelden		6-Stundenlauf				www.lq-mw.de/index.php/veranstaltungen/6-stunde			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Andrea Klein	W40	47,75	6:00:00			6:00:00	46	67	6	10

7. Apr 2019	Freiburg		Freiburg-Marathon				www.mein-freiburgmarathon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Stefan Wendel	M45	21,1	1:53:40			1:53:40	2640	4310	291	481

7. Apr 2019	Erzhausen ⇔ Felsenmeer		52. Nord-Süd-Marathon				www.stefan-seibold.de/nord-sued			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Peter Krichbaum		42,2	4:01:00			4:01:00	3	25		

7. Apr 2019	Griesheim		48. Griesheimer Straßenlauf				http://sport-in-suedhessen.de/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	21,1	1:53:45			1:53:45	12	35	2	4
Henri Lassig	MHK	10	0:40:28			0:40:28	12	109	3	9

16. Mrz 2019	Roßdorf		Crosslauf				www.vdh-rossdorf.com/crosslauf-2019			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Andrea Klein	W40	8,5	0:59:47			0:59:47	17	18	2	2
Peter Krichbaum	M55	8,5	0:37:50			0:37:50	9	31	1	2
Stefan Wendel	M45	8,5	0:47:16			0:47:16	26	31	2	2

10. Mrz 2019	Frankfurt/ Main		17. Frankfurter Mainova Halbmarathon				www.frankfurter-halbmarathon.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Theresa Stoll	WHK	21,1	2:14:18			2:14:18	1046	1522	280	402
Jörg Halstenberg	M45	21,1	1:43:08			1:43:08	956	3352	130	472

2. Mrz 2019	Groß-Gerau		35. Frühjahrslauf				www.fruehjahrslauf.eu			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	M60	10	0:51:47			0:51:47	175	334	6	13

17. Feb 2019	Mörfelden		42. Halbmarathon				www.lq-mw.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Dagmar Backes	W50	21,1	1:49:30			1:49:30	211	427	6	18
Frauke Ostermann	W40	21,1	1:50:40			1:50:40	221	427	7	18
Henri Lassig	MHK	21,1	1:26:32			1:26:32	35	427	8	16
Hendrik Schneider	MHK	21,1	1:30:11			1:30:11	51	427	9	16
Axel Reinhardt	M50	21,1	1:34:21			1:34:21	83	427	16	72
Stefan Wendel	M45	21,1	1:58:11			1:58:11	294	427	42	48
SG Arheilgen-Triathlon		63,3	5:02:43						10	23

2018/2019	Rodgau-Jügesheim		39. Rodgauer Winterlaufserie Gesamt				www.iskrodgau.de/index.php/winterlauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	3 x 10	2:29:35			2:29:35	26	52	3	7

2. Feb 2019	Rodgau-Jügesheim		39. Rodgauer Winterlaufserie - Lauf 4				www.iskrodgau.de/index.php/winterlauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	10	0:49:24			0:49:24	44	108	3	9

27. Jan 2019	Darmstadt		13. DSW Swim & Run				www.triathlon-darmstadt.de/swim-run/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanzen	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Henri Lassig	TM 25	0,5 - 5,5	0:30:27	0:09:59		0:20:28	26	45	12	16

26. Jan 2019	Rodgau-Dudenhofen		20. 50 km-Ultramarathon				rit-rodgau.de/index.php/ultramarathon			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Andrea Klein	W40	50	6:15:47			6:15:47	121	228	17	31

20. Jan 2019	Mörfelden		42. Marathonstaffel				www.lg-mw.de/index.php/veranstaltungen/marathon			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Maja Walter*		10,55	0:55:36			0:55:36				
Ulrike Bickert*		10,55	0:50:21			0:50:21				
Johanna Thilenius		10,55	1:00:05			1:00:05				
Amelie Mayer*		10,55	0:54:06			0:54:06				
SG Arheilgen-Triathlon III	F	42,2	3:40:07			3:40:07			8	16
Theresa Stoll		10,55	0:58:11			0:58:11				
Daniela Teske		10,55	0:54:34			0:54:34				
Dagmar Backes		10,55	0:56:42			0:56:42				
Frauke Ostermann		10,55	0:52:47			0:52:47				
SG Arheilgen-Triathlon I	F	42,2	3:42:12			3:42:12			11	16
Jörg Halstenberg		10,55	0:49:24			0:49:24				
Axel Reinhardt		10,55	0:45:45			0:45:45				
Torsten Velde		10,55	0:47:52			0:47:52				
Marcus Ortlund		10,55	0:47:03			0:47:03				
SG Arheilgen-Triathlon II	Sen M40	42,2	3:10:03			3:10:03			3	26

* extern

19. Jan 2019	Rüsselsheim		37. Lindenseelaufserie - Lauf 3				www.lindenseelauf.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Hendrik Schneider	MHK	10	0:41:25			0:41:25	26	280	5	15

6. Jan 2019	Goldbach		36. Goldbacher Winter-Crosslaufserie - L7				www.wintercross.de			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Klaus Hoppe	M60	10	0:55:51			0:55:51	240	483	8	14

5. Jan 2019	Rodgau-Jügesheim		39. Rodgauer Winterlaufserie - Lauf 3				www.iskrodgau.de/index.php/winterlauf/			
Teilnehmer(in)	AK	Distanz	Gesamtzeit	swim	bike	run	Ges.	von	AK	von
Frauke Ostermann	W40	10	0:49:39			0:49:39	38	84	2	7