

TV REFRATH

Jahresbestenlisten 2022

Stand: 20.11.2022

DR = Deutscher Rekord LR = Landesrekord RR = Regiorekord

VR = TVR-Vereinsrekord PB = persönliche Bestzeit ever

5 km Frauen

1.	PB	VR	17:30	Nicole Scholz	1999	W20	17.10.	Refrath
2.			18:50	Alexandra Tiegel	1984	W35	17.10.	Refrath
3.			19:11	Evrin Sevgin	1999	W20	17.10.	Refrath
4.			19:54	Carola Riethausen	1998	W20	17.10.	Refrath
5.			20:33	Cornelia Türk	1966	W55	26.05.	Refrath
6.			20:34	Liz Roche	1973	W45	19.09.	Köln
7.			21:23	Karin Janz	1966	W55	06.03.	Leverkusen
8.	PB		21.39	Elena Görlich	1996	W20	10.06.	Kerpen-Horrem
9.			21:40	Antje Wietscher	1956	W65	22.10.	Köln-Porz
10.			22:14	Eliza Zarl	1970	W50	26.05.	Refrath
11.			22:16	Carola Rentergent	1963	W55	30.04.	Moers
12.	PB		22:29	Tatjana Latt	1993	W20	20.02.	Köln-Porz
13.			22:13	Doris Remshagen	1967	W55	13.05.	Neuss-Rosellen
14.			23:31	Yvonne Basinski	1972	W50	06.03.	Leverkusen
15.	PB	*	23:43	Isabella Pithan	1985	W35	26.06.	Köln
16.			23:45	Beate Gebehart	1961	W60	26.05.	Refrath
17.			26:22	Eva Lauderbach	1982	W40	12.06.	Leverkusen
18.			26:57	Kinga Fuchshuber	1979	W40	06.03.	Leverkusen
19.			27:15	Stefanie Richter	1967	W50	24.04.	Köln
20.	PB		27:53	Evelyn Wieland	1983	W35	06.02.	Köln-Porz

5 km Mannschaft - Frauen

1.	DR	VR	0:55:31	TV Refrath	W20	17.10.	Refrath
				Scholz (1999) 17:30 - Tiegel (1984) 18:50 - Sevgin (1999) 19:11			
2.			0:58:03	TV Refrath	W20	26.05.	Refrath
				Scholz (1999) 17:50 - Tiegel (1984) 19:40 - Türk (1966) 20:33			
3.			1:02:24	TV Refrath	W20	06.03.	Leverkusen
				Tiegel (1984) 19:13 - Janz (1966) 21:23 - Görlich (1996) 22:02			
4.			1:02:51	TV Refrath	W20	06.03.	Leverkusen
				Scholz (1999) 17:50 - Görlich (1996) 22:02 - Latt (1993) 23:01			
5.			1:04:19	TV Refrath	W20	17.10.	Refrath
				Riethausen (1998) 19:54 - Janz (1966) 21:58 - Rentergent (1963) 22:27			
6.			1:04:40	TV Refrath	W50	06.03.	Leverkusen
				Türk (1966) 20:33 - Janz (1966) 21:23 - Zarl (1970) 22:14			
7.			1:06:07	TV Refrath	W20	26.05.	Refrath
				Janz (1966) 21:53 - Görlich (1996) 22:00 - Zarl (1970) 22:14			
8.			1:06:47	TV Refrath	W55	13.05.	Neuss-Rosellen
				Türk (1966) 21:02 - Wietscher (1956) 22:33 - Remshagen (1967) 23:12			
9.			1:07:35	TV Refrath	W20	26.05.	Refrath
				Wietscher (1956) 22:15 - Rentergent (1963) 22:19 - Latt (1993) 23:01			
10.			1:10:30	TV Refrath	W50	26.05.	Refrath
				Rentergent (1963) 22:19 - Remshagen (1967) 23:30 - Basinski (1972) 24:41			
11.			1:11:56	TV Refrath	W50	26.05.	Refrath
				Remshagen (1967) 23:30 - Gebehart (1961) 23:45 - Basinski (1970) 24:41			

10 km Frauen

1.	PB	VR	35:13	Nicole Scholz	1999	W20	06.03.	Leverkusen
2.			39:08	Alexandra Tiegel	1984	W35	22.10.	Köln-Porz
3.			40:09	Carola Riethausen	1998	W40	22.10.	Köln-Porz
4.	PB		41:39	Cornelia Türk	1966	W55	06.03.	Leverkusen
5.			42:20	Liz Roche	1973	W45	06.03.	Leverkusen
6.			44:35	Karin Janz	1966	W55	18.09.	Saarbrücken
7.			44:43	Carola Rentergent	1963	W55	06.03.	Leverkusen
8.			44:55	Antje Wietscher	1956	W65	19.11.	Essen
9.	PB		45:08	Elena Görlich	1996	W20	18.09.	Köln
10.			46:32	Doris Remshagen	1967	W55	19.11.	Essen
11.	PB		47:12	Anja Büscher	1985	W35	23.01.	Köln-Porz
12.			47:16	Eliza Zarl	1970	W50	18.09.	Köln
13.	PB		49:12	Miriam Siebertz	1970	W50	19.11.	Essen
14.	PB		58:02	Evelyn Wieland	1983	W35	06.03.	Leverkusen

10 km Mannschaft - Frauen

1.			1:59:14	TV Refrath		W20	06.03.	Leverkusen
				Scholz (99) 35:13 - Türk (66) 41:39 - Roche (73) 42:20				
2.			2:09:10	TV Refrath		W20	18.09.	Köln
				Scholz (99) 36:47 - Görlich (96) 45:08 - Zarl (70) 47:16				
3.	DR		2:12:09	TV Refrath		W55	18.09.	Saarbrücken
				Türk (66) 42:09 - Janz (66) 44:35 - Rentergent (63) 45:25				
4.			2:13:52	TV Refrath		W55	19.11.	Essen
				Türk (66) 41:58 - Wietscher (56) 44:55 - Remshagen (67) 46:32				
5.			2:27:46	TV Refrath		W35	06.03.	Leverkusen
				Rentergent (63) 44:43 - Wietscher (56) 45:00 - Wieland (83) 58:02				

15 km Frauen

1.	PB		1:05:47	Cornelia Türk	1966	W55	13.03.	Duisburg
2.			1:08:27	Carola Rentergent	1963	W55	19.11.	Neuss
3.			1:11:38	Antje Wietscher	1956	W65	13.03.	Duisburg
4.	PB		1:12:53	Anja Büscher	1985	W35	06.02.	Köln-Porz

21,1 km Frauen

1.	PB	VR	1:18:37	Nicole Scholz	1999	W20	02.10.	Köln
2.			1:29:59	Liz Roche	1973	W45	02.10.	Köln
3.			1:33:38	Carola Riethausen	1998	W20	02.10.	Köln
4.			1:33:54	Cornelia Türk	1966	W55	25.09.	Ulm
5.			1:37:47	Karin Janz	1966	W55	25.09.	Ulm
6.			1:40:14	Carola Rentergent	1963	W55	02.10.	Köln
7.			1:42:30	Antje Wietscher	1956	W65	02.04.	Duisburg
8.	PB		1:42:34	Anja Büscher	1985	W35	02.10.	Köln
9.	PB		1:42:53	Tatjana Latt	1993	W20	02.10.	Köln
10.	PB		1:46:24	Elena Görlich	1996	W20	02.10.	Köln
11.			1:46:33	Doris Remshagen	1967	W55	19.09.	Köln
12.			1:52:58	Miriam Siebertz	1970	W50	11.09.	Bonn
13.	PB		1:56:19	Eva Lauderbach	1981	W40	02.10.	Köln
14.			2:01:40	Jessica Köhler	1979	W40	20.02.	Köln-Porz
15.			2:17:03	Kinga Fuchshuber	1979	W40	12.06.	Leverkusen

Halbmarathon-Mannschaft - Frauen

1.	4:22:13	TV Refrath	W20	02.10.	Köln
		Scholz (99) 1:18:36 - Roche (73) 1:29:59 - Riethausen (98) 1:33:38			
2.	4:53:13	TV Refrath	W45	12.06.	Leverkusen
		Roche (73) 1:31:37 - Türk (66) 1:39:02 - Janz (66) 1:42:34			
3.	5:05:41	TV Refrath	W20	02.10.	Köln
		Rentergent (63) 1:40:14 - Büscher (85) 1:42:34 - Latt (93) 1:42:53			
4.	5:26:35	TV Refrath	W20	02.10.	Köln
		Türk (66) 1:43:52 - Görlich (96) 1:46:24 - Lauderbach (81) 1:56:19			

Marathon Frauen

1.	3:28:14	Karin Janz	1966	W55	06.11.	Simmerath
2.	3:41:24	Antje Wietscher	1956	W65	09.10.	Essen
3.	3:47:54	Eliza Zarl	1970	W50	02.10.	Köln
4.	3:55:42	Tatjana Latt	1994	W20	24.04.	Hamburg
5.	4:14:27	Miriam Siebertz	1970	W50	02.10.	Köln

5 km Männer

1.		16:19	Arthur Ralenosvky	1993	M20	26.05.	Refrath
2.		16:49	Julius Zachow	1992	M30	04.09.	Düsseldorf
3.	PB	16:55	Kai Willems	2000	U23	26.05.	Refrath
4.	PB	17:08	Marvin Jesinghaus	1998	M20	26.05.	Refrath
5.	PB	17:10	Tobias Hohagen	1984	M35	26.05.	Refrath
6.	PB	17:15	Marc Schneider	1978	M40	26.05.	Refrath
7.	PB	17:20	Tobias Kratz	1995	M20	26.05.	Refrath
8.		17:21	Eric Cramer	1999	M20	06.03.	Leverkusen
9.	PB	17:25	Johannes Ritter	1965	M55	23.10.	Köln-Porz
10.		17:33	Frank Schröder	1968	M50	23.01.	Köln-Porz
11.		17:44	Manuel Skopnik	1972	M50	06.03.	Leverkusen
12.		18:07	René Grass	1967	M55	27.03.	Köln
13.	PB	18:13	Christian Horstmann	1982	M40	20.02.	Köln-Porz
14.		18:13	Heiko Wilmes	1969	M50	28.08.	Gladbeck
15.		18:14	Oliver Kalmes	1971	M50	20.02.	Köln-Porz
16.	PB	18:14	Jakob Eberhardt	1985	M35	26.05.	Refrath
17.	PB	18:16	Daniel Sander	1995	M20	26.05.	Refrath
18.		18:18	Niklas von der Assen	1984	M35	06.03.	Leverkusen
19.	PB	18:22	Yannik Kopezki	1994	M20	20.02.	Köln-Porz
20.	PB	18:37	Sven Hermann	1997	M20	26.05.	Refrath
21.		18:38	Oliver Bruns	1980	M40	06.03.	Leverkusen
22.	PB	18:48	Jan Kratz	1985	M35	26.05.	Refrath
23.		19:04	Liam Condon	1968	M50	20.08.	London / GB
24.	PB	19:12	Moritz Oden	1985	M35	26.05.	Refrath
25.	PB	19:26	Dieter Pütz	1961	M60	26.05.	Refrath
26.	PB	19:28	Martin Miebach	1963	M55	26.05.	Refrath
27.	PB	19:28	Kai Dunkel	1968	M50	26.05.	Refrath
28.	PB	19:44	Erik Bosgraaf	1980	M40	06.03.	Leverkusen
29.		19:54	Klaus Lieth	1968	M50	20.02.	Köln-Porz
30.		20:16	Ulrich Buchmüller	1960	M60	18.09.	Saarbrücken
31.		20:30	Michael Singer	1965	M55	17.10.	Refrath
32.		20:32	Ramsi Mekkioui	1972	M50	06.03.	Leverkusen
33.		20:39	Markus Heisig	1960	M60	06.03.	Leverkusen
34.		21:03	Alexander Droreck	1975	M45	23.01.	Köln-Porz
35.		21:05	Björn Opitz	1974	M45	06.03.	Leverkusen
36.	PB	21:08	Philipp Höfner	1995	M20	06.11.	Simmerath
37.	PB	22:25	Sebastian Görk	1982	M40	26.05.	Refrath
38.		22:37	Achim Fuchshuber	1969	M50	20.02.	Köln-Porz
39.		22:38	Georg Husemann	1968	M50	06.03.	Leverkusen
40.		22:57	Hendrik Thierolf	1970	M50	17.10.	Refrath
41.		23:31	Christoph Fieberg	1963	M55	06.03.	Leverkusen
42.		23:34	Dirk-Henning Lotz	1974	M45	27.03.	Köln
43.		24:24	Martin Groos	1953	M65	23.01.	Köln-Porz
44.		25:47	Egbert Dohm	1961	M60	06.03.	Leverkusen
45.		28:25	Stefan Wörsdörfer	1961	M60	03.07.	Köln-Porz
46.		36:23	Gehard Krüger	1940	M80	17.10.	Refrath

5 km Mannschaft - Männer

1. **VR** 0:50:22 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Ralenovsky (1993) 16:19 - Willems (2000) 16:55 - Jesinghaus (1998) 17:08
2. 0:50:47 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Ralenovsky (1993) 16:19 - Jesinghaus (1998) 17:08 - Kratz (1995) 17:20
3. 0:51:45 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Hohagen (1984) 17:10 - Schneider (1978) - 17:15) - Kratz T. (1995) 17:20
4. 0:53:35 **TV Refrath** **M35** 26.05. Refrath
Ritter (1965) 17:29 - Schröder (1968) 17:52 - Eberhardt (1985) 18:14
5. 0:54:02 **TV Refrath** **M50** 26.05. Refrath
Ritter (1965) 17:29 - Schröder (1968) 17:52 - Wilmes (1969) 18:41
6. 0:54:12 **TV Refrath** **M30** 26.05. Refrath
Hohagen (1984) 17:10 - Eberhardt (1985) 18:14 - Kratz J. (1985) 18:48
7. 0:55:34 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Sander (1995) 18:16 - Hermann (1997) 18:37 - Wilmes (1969) 18:41
8. 0:55:42 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Sander (1995) 18:16 - Hermann (1997) 18:37 - Kopezki (1994) 18:49
9. 0:56:49 **TV Refrath** **M20** 26.05. Refrath
Kratz J. (1985) 18:48 - Kopezki (1994) 18:49 - Oden (1985) 19:12
10. 0:58:22 **TV Refrath** **M50** 26.05. Refrath
Pütz (1961) 19:26 - Dunkel (1968) 19:28 - Miebach (1963) 19:28
11. 0:58:56 **TV Refrath** **M20** 13.05. Neuss-Rosellen
Eberhardt (18:23) - Sander (19:26) - Heisig (21:07)
12. 0:59:21 **TV Refrath** **M40** 06.03. Leverkusen
Wilmes (69) 19:05 - Bosgraaf (80) 19:44 - Mekkioui (72) 20:32
13. 1:01:27 **TV Refrath** **M40** 17.10. Refrath
Schneider M. (78) 18:02 - Singer (65) 20:30 - Thierolf (70) 22:55
14. 1:02:55 **TV Refrath** **M50** 26.05. Refrath
Dunkel (1968) 19:28 - Miebach (1963) 19:28 - Fieberg (1963) 23:59
15. 1:05:17 **TV Refrath** **M45** 06.03. Leverkusen
Heisig (60) 20:39 - Opitz (74) 21:05 - Fieberg (63) 23:31
16. 1:07:51 **TV Refrath** **M40** 26.05. Refrath
Heisig (1960) 21:27 - Görk (1982) 22:25 - Fieberg (1963) 23:59
17. 1:25:07 **TV Refrath** **M40** 17.10. Refrath
Görk (82) 24:20 - Lotz (74) 24:24 - Krüger (40) 36:23

10 km Männer

1.		33:30	Arthur Ralenovsky	1993	M20	06.03.	Leverkusen
2.	PB	34:46	Kai Willems	2000	U23	06.03.	Leverkusen
3.		35:02	Eric Cramer	1999	M20	06.03.	Leverkusen
4.		35:12	Marvin Jesinghaus	1998	M20	18.09.	Saarbrücken
5.	PB	35:31	Marc Schneider	1978	M40	06.03.	Leverkusen
6.		35:35	Manuel Skopnik	1972	M50	06.03.	Leverkusen
7.	PB	35:36	Tobias Kratz	1995	M20	06.03.	Leverkusen
8.		35:45	Johannes Ritter	1965	M55	17.10.	Refrath
9.	PB	36:10	Yannik Kopetzki	1994	M20	06.03.	Leverkusen
10.	PB	36:17	Tobias Hohagen	1984	M35	19.11.	Essen
11.		36:31	Frank Schröder	1968	M50	16.07.	Biedenkopf / Hessen
12.		36:49	Niklas von der Assen	1984	M35	06.03.	Leverkusen
13.		36:53	Oliver Kalmes	1971	M50	18.09.	Saarbrücken
14.		37:15	Oliver Bruns	1981	M40	06.03.	Leverkusen
15.	PB	37:17	Chrisian Horstmann	1982	M40	06.03.	Leverkusen
16.		37:36	René Grass	1967	M55	06.03.	Leverkusen
17.		38:04	Heiko Wilmes	1969	M50	19.11.	Essen
18.	PB	38:49	Kai Dunkel	1968	M50	19.11.	Essen
19.	PB	39:06	Jan Kratz	1985	M35	06.03.	Leverkusen
20.	PB	39:35	Dieter Pütz	1961	M60	18.09.	Saarbrücken
21.	PB	40:16	Moritz Oden	1985	M35	24.04.	Köln
22.		40:28	Ulrich Buchmüller	1960	M60	18.09.	Saarbrücken
23.		40:43	Olaf Mennicken	1973	M45	17.10.	Refrath
24.		40:48	Liam Condon	1968	M50	10.07.	London / GB
25.		42:21	Erik Bosgraaf	1980	M40	19.09.	Köln
26.		43:44	Markus Heisig	1960	M60	18.09.	Saarbrücken
27.		45:55	Georg Husemann	1968	M50	06.03.	Leverkusen
28.		46:53	Achim Fuchshuber	1969	M50	27.03.	Köln
29.	PB	47:11	Sebastian Görk	1982	M40	06.03.	Leverkusen
30.		54:52	Egbert Dohm	1961	M60	02.04.	Duisburg

10 km Mannschaft - Männer

1. 1:43:20 **TV Refrath** **M20** 06.03. Leverkusen
Ralenovsky (93) 33:30 - Willems (2000) 34:46 - Cramer (99) 35:02
2. 1:46:43 **TV Refrath** **M20** 06.03. Leverkusen
Schneider (78) 35:31 - Skopnik (72) 35:35 - Kratz T. (95) 35:36
3. 1:47:49 **TV Refrath** **M20** 19.11. Essen
Jesinghaus (98) 35:12 - Kopezki (94) 36:10 - Hohagen (84) 36:17
4. 1:49:46 **TV Refrath** **M35** 06.03. Leverkusen
Ritter (65) 35:47 - v.d. Assen (84) 36:49 - Hohagen (84) 37:09
5. 1:50:04 **TV Refrath** **M40** 06.03. Leverkusen
Schneider (78) 35:31 - Bruns (81) 37:15 - Horstmann (82) 37:17
6. 1:51:01 **TV Refrath** **M50** 18.08. Saarbrücken
Ritter (65) 36:00 - Kalmes (71) 36:53 - Wilmes (69) 38:08
7. 1:51:46 **TV Refrath** **M20** 06.03. Leverkusen
Kopezki (94) 37:13 - Bruns (81) 37:15 - Horstmann (82) 37:17
8. 1:53:06 **TV Refrath** **M35** 06.03. Leverkusen
v.d. Assen (84) 36:49 - Hohagen (84) 37:09 - Kratz J. (85) 39:06
9. 1:57:50 **TV Refrath** **M35** 06.03. Leverkusen
Grass (67) 37:36 - Kratz J. (85) 39:06 - Oden (85) 41:06
10. 1:58:04 **TV Refrath** **M40** 18.09. Köln
Schneider M. (78) 34:46 - Grass (67) 38:57 - Bosgraaf (80) 42:21
11. 2:02:51 **TV Refrath** **M50** 06.03. Leverkusen
Skopnik (72) 35:35 - Dunkel (68) 41:20 - Husemann (68) 45:55
12. 2:03:47 **TV Refrath** **M60** 18.08. Saarbrücken
Pütz (61) 39:35 - Buchmülller (60) 40:28 - Heisig (60) 43:44
13. 2:10:20 **TV Refrath** **M45** 17.10. Refrath
Ritter (65) 35:45 - Mennicken (73) 40:43 - Fuchshuber (69) 53:52
14. 2:14:16 **TV Refrath** **M50** 06.03. Leverkusen
Dunkel (68) 41:20 - Husemann (68) 45:55 - Fuchshuber (69) 47:00

15 km Männer

1.	0:49:14	Simon Dahl	1987	M35	20.11.	Nijmegen / NL	
2.	0:56:14	Manuel Skopnik	1972	M50	06.02.	Köln-Porz	
3.	PB	0:57:03	Tobias Kratz	1995	M20	06.02.	Köln-Porz
4.	PB	1:17:58	Sebastian Görk	1982	M40	06.02.	Köln-Porz
5.	1:28:34	Stefan Wörsdörfer	1961	M60	06.02.	Köln-Porz	

21,1 km Männer

1.	1:16:54	Johannes Ritter	1965	M55	25.09.	Ulm	
2.	1:18:34	Manuel Skopnik	1972	M50	20.02.	Köln-Porz	
3.	1:19:30	Marc Schneider	1978	M40	22.05.	Gelsenkirchen	
4.	1:20:41	Frank Schröder	1968	M50	25.09.	Ulm	
5.	PB	1:21:00	Tobias Kratz	1995	M20	20.02.	Köln-Porz
6.	1:21:15	Tobias Hohagen	1984	M35	02.10.	Köln	
7.	1:22:27	Arthur Ralenovsky	1993	M20	02.10.	Köln	
8.	PB	1:22:45	Yannik Kopezki	1994	M20	02.04.	Ddf Benrath
9.	1:23:59	Heiko Wilmes	1969	M50	06.11.	Gütersloh	
10.	PB	1:24:14	Christian Horstmann	1982	M40	02.10.	Köln
11.	PB	1:25:48	Tim Funken	1985	M35	11.09.	Bonn
12.	PB	1:26:17	Daniel Sander	1995	M20	12.06.	Leverkusen
13.	1:27:39	Liam Condon	1968	M50	25.09.	Ulm	
14.	PB	1:27:55	Kai Dunkel	1968	M50	02.10.	Köln
15.	1:28:24	Jakob Eberhardt	1985	M35	20.03.	Bensberg	
16.	1:29:15	Dieter Pütz	1961	M60	12.06.	Duisburg	
17.	PB	1:29:18	Martin Miebach	1963	M55	12.06.	Leverkusen
18.	1:29:22	Kai Willems	2000	U23	15.05.	Venlo / NL	
19.	1:29:23	Marvin Jesinghaus	1999	M20	15.05.	Venlo / NL	
20.	1:29:26	René Grass	1967	M55	02.10.	Köln	
21.	PB	1:31:50	Moritz Oden	1985	M35	12.06.	Leverkusen
22.	PB	1:32:48	Erik Bosgraaf	1980	M40	02.10.	Köln
23.	1:38:48	Linus Echterhoff	2003	U20	20.02.	Köln-Porz	
24.	1:42:05	Markus Heisig	1960	M60	12.06.	Leverkusen	
25.	1:48:41	Dirk Lotz	1974	M45	18.09.	Karlsruhe	
26.	PB	1:52:42	Hendrik Thierolf	1970	M50	19.09.	Köln
27.	1:58:30	Marvin Jesinghaus	1982	M40	15.05.	Venlo / NL	
28.	2:00:36	Achim Fuchshuber	1969	M50	12.06.	Leverkusen	
29.	2:16:46	Stefan Wörsdörfer	1961	M60	20.02.	Köln-Porz	
30.	2:37:46	Georg Okraj	1950	M70	02.10.	Köln	

Halbmarathon-Mannschaft - Männer

1.	4:01:48	TV Refrath	M50	25.09.	Ulm
		Ritter (65) 1:16:55 - Schröder (68) 1:20:42 - Wilmes (69) 1:24:11			
2.	4:07:56	TV Refrath	M20	02.10.	Köln
		Hohagen (84) 1:21:15 - Ralenovsky (93) 1:22:27 - Horstmann (82) 1:24:14			
3.	4:15:23	TV Refrath	M20	12.06.	Leverkusen
		Skopnik (72) 1:19:48 - Sander (95) 1:26:17 - Miebach (63) 1:29:18			
4.	4:30:09	TV Refrath	M40	02.10.	Köln
		Dunkel (68) 1:27:55 - Grass (67) 1:29:26 - Bosgraaf (80) 1:32:48			
5.	5:13:34	TV Refrath	M35	12.06.	Leverkusen
		Oden (85) 1:31:50 - Heisig (60) 1:42:05 - Thierolf (70) 1:59:39			

Marathon Männer

1.	PB	2:53:56	Yannik Kopezki	1994	M20	30.10.	Frankfurt
2.	PB	2:54:31	Marvin Jesinghaus	1998	M20	30.10.	Frankfurt
3.		2:59:30	Manuel Skopnik	1972	M50	02.10.	Köln
4.	PB	3:04:11	Tobias Kratz	1995	M20	02.10.	Köln
5.		3:08:45	Gunnar Diederichs	1979	M40	06.11.	New York / USA
6.		3:10:47	Hans-Dieter Pütz	1961	M60	09.10.	Essen
7.		3:11:18	Liam Condon	1968	M50	06.02.	Murcia / ESP
8.	PB	3:17:26	Daniel Sander	1995	M20	02.10.	Köln
9.		3:24:09	Oliiver Bruns	1981	M40	02.10.	Köln
10.	PB	3:26:46	Tim Funken	1984	M35	02.10.	Köln
11.		3:27:49	Erik Bosgraaf	1980	M40	06.11.	Terschelling / NL
12.		3:50:00	Markus Heisig	1960	M60	02.10.	Köln
13.		4:28:17	Sebastian Görk	1982	M40	25.09.	Berlin

Marathon Mannschaft Männer

1.		9:21:07	TV Refrath		M20	02.10.	Köln
			Skopnik (72) 2:59:30 - Kratz (95) 3:04:11 - Sander (95) 3:17:26				
2.		10:08:49	TV Refrath		M35	02.10.	Köln
			Oden (85) 3:17:54 - Bruns (81) 3:24:09 - Funken (84) 3:26:46				

100 km Männer

1.	PB	8:34:42	Manuel Skopnik	1972	M50	09.04.	Ubstadt
----	-----------	---------	----------------	------	-----	--------	---------