

RLT - Aktuell

Dezember 2019

| TERMINE | | | | Start | |
|-----------------------------|--------|-----------------------|-------------------------|--|-----------------------|
| SA | 14.12. | 25 km | Niederroden-Don Bosco | Landschaftslauf "Bulau" | 13:00 |
| MI | 18.12. | 1 Std. | Hainhausen-Waldfreizeit | Lauftreff | 17:00 |
| MI | 18.12. | | Hainhausen-Falkenweg 14 | "Waldweihnacht" bei Junkers | 18:00 |
| SA | 21.12. | 5 / 10 km | Seligenstadt | Winterlaufserie | ab 14:20 |
| DO | 26.12. | 1 Std. | Niederroden-Don Bosco | Weihnachts-Lauftreff | 10:00 |
| DI | 31.12. | 1 Std. | Niederroden-Don Bosco | RLT-Silvesterlauf | 10:00 |
| SA | 4.1.20 | 10 km | Jügesheim | Winterlaufserie | 15:00 |
| SO | 5.1.20 | | Dudenhofen-Gänsbrüh | Ultra-Vorbereitungslauf | 10:00 |
| jeden SA | 1 Std. | | Niederroden-Don Bosco | Lauftreff (alle Gruppen) | 15:00 |
| jeden MI | 1 Std. | | RLT Hainhausen | Lauftreff (Walking) | 15:00 |
| jeden MI | 1 Std. | | RLT Hainhausen | Lauftreff (Laufgruppen) | 18:00 |
| jeden FR | 1 Std. | | Dudenhofen-Gänsbrüh | Lauftreff (1-2 Gruppen) | 16:00 |
| ERGEBNISSE | | | | | |
| Jügesheim | | 10 km | 2.11. | Goldbach | 10 km 3.11. |
| Sven Kempe | | 41:43 | | Gerhard Lenz | 1:00:29 |
| Kati Patzke | | 43:46 | BZ 1.Pl. | Sigurd Haarstark | 1:20:50 Walking |
| Markus Müller | | 43:57 | | Goldbach | 10 km 10.11. |
| Bärbel Fischer | | 46:17 | 2.Pl. | Gerhard Lenz | 57:40 |
| Annett Sovonja | | 49:45 | (BZ) | Goldbach | 10 km 17.11. |
| Hartmut Wirth | | 51:09 | 1.Pl. | Gerhard Lenz | 1:00:00 |
| Thomas Schäfer | | 51:33 | (BZ) | Goldbach | 10 km 24.11. |
| Karsten Döllinger | | 51:36 | | Gerhard Lenz | 57:47 6.Pl. |
| Frauke Ostermann | | 51:45 | 6.Pl. | Goldbach | 10 km 1.12. |
| Frank Zimmer | | 53:21 | | Mathis Seebacher | 1:01:37 |
| Joachim Quaiser | | 54:13 | 2.Pl. | Goldbach | 10 km 8.12. |
| Marita Hermes | | 54:59 | 2.Pl. | Gerhard Lenz | 58:21 |
| Dorothee Wirth | | 56:09 | 1.Pl. | Mathis Seebacher | 59:34 |
| Gerhard Walper | | 59:16 | 6.Pl. | Sigurd Haarstark | 1:25:34 Walking |
| Sandra Becker | | 1:09:47 | BZ | Nürnberg Indoor-Marathon | 21,1 km 10.11. |
| Jügesheim | | 10 km | 7.12. | Thorsten Aull | 1:46:59 3.Pl. |
| Sven Kempe | | 40:22 | | Niederroden | 1 Meile 9.11. |
| Thomas Fischer | | 42:33 | | Sven Kempe | 5:45,5 |
| Michael Ostermann | | 43:29 | | Gunther Winter | 6:54,5 |
| Kati Patzke | | 44:34 | 2.Pl. | Bärbel Fischer | 7:08,9 |
| Bärbel Fischer | | 45:11 | 2.Pl. | Felix Kempe | 7:50,1 BZ |
| Thomas Schäfer | | 48:28 | BZ | Arnold Sadorf | 7:58,6 |
| Annett Sovonja | | 48:51 | BZ 4.Pl. | Birgit Schrottenbaum | 9:20,6 BZ |
| Hartmut Wirth | | 49:37 | 1.Pl. | Tina Kempe | 10:19,8 |
| Gunther Winter | | 50:25 | | Seligenstadt | 10 km 16.11. |
| Karsten Döllinger | | 51:24 | | Mathis Seebacher | 57:15 |
| Frauke Ostermann | | 51:48 | 5.Pl. | Seligenstadt | 5 km 16.11. |
| Joachim Quaiser | | 53:32 | 2.Pl. | Gunther Winter | 23:12 6.Pl. |
| Frank Zimmer | | 53:45 | | Gerhard Walper | 29:12 2.Pl. |
| Dorothee Wirth | | 56:28 | 2.Pl. | Birgit Schrottenbaum | 30:50 6.Pl. |
| Gerhard Walper | | 57:56 | 6.Pl. | Olne - Spa - Olne | 69 km HD 2449m 24.11. |
| Birgit Schrottenbaum | | 1:03:21 | 6.Pl. | Thomas Fischer | 8:09:26 |
| Rüsselsheim | | 15 km | 23.11. | Bärbel Fischer | 8:43:31 1.Pl. |
| Gerhard Walper | | 1:31:21 | | Singapur | 21,1 km 30.11. |
| Frankfurt Nikolaus-Duathlon | | 2,5 - 15 - 2,5 | 1.12. | Marita Hermes | 2:18:12 3.Pl. |
| Sigurd Haarstark | | 1:34:37 | | Hugo Blaum | 2:31:09 |
| Statistiker | | Gerhard Walper | | mail: gwalper@vacantmm.de | |
| Tel. 06106-21975 | | | | www.rlt-rodgau.de | |