

# RLT - Aktuell

Januar 2024

TERMINE					Start	
jeden SA	1 Std.	RLT Hainhausen	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.	RLT Hainhausen	Lauftreff (2 Gruppen)	16:00		
SO 14.1.	10 km	Goldbach	Wintercross Walking 8:40 Lauf 9:30			
SA 20.1.	5 / 10 km	Seligenstadt	Winterlaufserie	ab 13:50		
SO 21.1.	10 km	Goldbach	Wintercross Walking 8:40 Lauf 9:30			
SA 27.1.	50 km	Rodgau	Ultramarathon	10:00		
ERGEBNISSE						
Jügesheim		10 km	6.1.	Frankfurt Silvesterlauf	10 km	31.12.
Thomas Fischer		42:58	6.Pl.	Gerhard Walper	1:01:11	
Christoph Oestreich-Schuck		43:17	<b>BZ</b>	Weilbach Silvesterlauf	8,7 km NW	31.12.
Thomas Schäfer		47:30		Sigurd Haarstark	1:14:52	<b>3.Pl.</b>
<b>Bärbel Fischer</b>		47:41	<b>3.Pl.</b>	Meiningen Silvesterlauf	10 km	31.12.
<b>Annett Sovonja</b>		49:04	<b>3.Pl.</b>	<b>Bärbel Fischer</b>	48:39,9	<b>1.Pl.</b>
Gerhard Walper		59:40	<b>3.Pl.</b>	Griesheim Silvesterlauf	10 km	31.12.
<b>Marita Hermes</b>		1:04:56	4.Pl.	Michael Ostermann	41:38	
Goldbach		10 km	7.1.	<b>Frauke Ostermann</b>	49:41	*
Stefan Ott		1:17:45	5.Pl. Walking	Ultra-Vorbereitungslauf		7.1.
<b>Cordula Ott</b>		1:20:26	<b>2.Pl.</b> Walking	15 Teilnehmer		
Sigurd Haarstark		1:33:16	Walking			
<b>Bestenlisten 2023</b>		<b>Männer</b>	<b>1.-3.Platz</b>	<b>Bestenlisten 2023</b>	<b>Frauen</b>	<b>1.-3.Platz</b>
Gunther Winter		7:18	1 Meile 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	7:24	1 Meile 1.
Timo Winter		7:55	1 Meile 2.	<b>Anja Winter</b>	8:03	1 Meile 2.
Gerhard Walper		9:13	1 Meile 3.	unbesetzt		1 Meile 3.
Sven Kempe		21:44	5 km 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	23:57	5 km 1.
Holger Assion		22:14	5 km 2.	<b>Nicole Merten</b>	25:13	5 km 2.
Gunther Winter		23:19	5 km 3.	<b>Marita Hermes</b>	29:47	5 km 3.
Holger Assion		37:52	7,777 km 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	36:48	7,777 km 1.
Volker Spahn		42:25	7,777 km 2.	<b>Annett Sovonja</b>	39:40	7,777 km 2.
Hartmut Wirth		43:28	7,777 km 3.	<b>Kamilla Spahn Lundgren</b>	42:25	7,777 km 3.
Michael Ostermann		39:39	10 km 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	46:37	10 km 1.
Thomas Fischer		42:14	10 km 2.	<b>Annett Sovonja</b>	47:56	10 km 2.
Thomas Schäfer		45:57	10 km 3.	<b>Frauke Ostermann</b>	49:12	10 km 3.
Michael Ostermann		1:28:54	21,1 km 1.	<b>Annett Sovonja</b>	1:50:59	21,1 km 1.
Thomas Fischer		1:32:35	21,1 km 2.	<b>Frauke Ostermann</b>	1:51:21	21,1 km 2.
Thorsten Aull		1:50:47	21,1 km 3.	<b>Stefanie Müller</b>	1:55:26	21,1 km 3.
Michael Ostermann		3:19:18	Marathon 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	3:43:04	Marathon 1.
Thomas Fischer		3:25:20	Marathon 2.	<b>Annett Sovonja</b>	3:58:15	Marathon 2.
Markus Müller		3:41:07	Marathon 3.	<b>Julia Steinbach</b>	4:48:22	Marathon 3.
Thomas Fischer		3:56:40	50 km 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	4:40:16	50 km 1.
Hartmut Wirth		5:02:24	50 km 2.	<b>Annett Sovonja</b>	5:34:21	50 km 2.
Thomas Schäfer		5:03:54	50 km 3.	unbesetzt		50 km 3.
Thomas Fischer		20:18:16	100 Meilen 1.	<b>Bärbel Fischer</b>	11:10:43	100 km 1.
<a href="http://www.rlt-rodgau.de">www.rlt-rodgau.de</a>						