

RLT - Aktuell

November 2025

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 (alle Laufgruppen)	18:00	
jeden FR	1 Std.	RLT Hainhausen	Lauftreff (2 Gruppen L+W)	16:00	
SA 1.11.	5 / 10 km	Jügesheim	Winterlaufserie	14:00/15:00	RLT 12
SO 2.11.	Marathon	New York	New York Marathon	ab 14:35	RLT 2
SO 2.11.	10 km	Goldbach	Wintercross-Laufserie	09:30	RLT 5
SO 9.11.	10 km	Goldbach	Wintercross-Laufserie	09:30	RLT 5
SA 15.11.	5 / 10 km	Seligenstadt	Winterlaufserie	ab 13:50	RLT 6
SO 16.11.	10 km	Goldbach	Wintercross-Laufserie	09:30	RLT 5
SO 23.11.	10 km	Goldbach	Wintercross-Laufserie	09:30	RLT 5
SO 30.11.	10 km	Goldbach	Wintercross-Laufserie	09:30	RLT 5
ERGEBNISSE					
Heidelberg Trail 30 km HD 1437m 21.9.			Frankfurt Marathon 26.10.		
Gerhard Appelhans	5:39:49	3.Pl.	Sabine Beck BZ VR	3:07:47	20.Pl. 3.HM
Aschaffenburg 21,1 km 5.10.			Andy Beck BZ	3:08:36	298.Pl.12.HM
Christoph Oestreich-Schuck	1:41:32	14.Pl.	Michael Ostermann BZ	3:10:16	201.Pl.
Hugo Blaum	2:09:20	4.Pl.	Thomas Fischer	3:21:06	80.Pl. 6.HM
Marita Hermes	2:18:11	2.Pl.	Annett Schäfer BZ	3:41:48	85.Pl. 4.HM
Offenbach 21,1 km 12.10.			Christoph Oestreich-Schuck	3:42:46	202.Pl.15.HM
Sabine Beck VR BZ	1:27:27	1.Pl. 3.Ges.	Thomas Schäfer	3:54:21	650.Pl.16.HM
Andy Beck	1:27:55	BZ 17.Pl.	Jörg Kugler BZ	4:07:32	377.Pl.
Christoph Oestreich-Schuck	1:37:32	15.Pl.	Frauke Ostermann BZ	4:11:30	151.Pl.
Annett Schäfer	1:43:14	5.Pl.	Hartmut Wirth	4:23:57	3.Pl. 1.HM
Thomas Schäfer	1:44:32	BZ 22.Pl.	Kristin Rosenkranz BZ	4:51:32	290.Pl.
Hartmut Wirth	1:55:24	1.Pl.	Marita Hermes	4:55:32	3.Pl. 1.HM
Marita Hermes	2:14:54	1.Pl.	Gerhard Appelhans	6:02:53	130.Pl.
Offenbach 10 km 12.10.			Frankfurt Marathon-Staffel 26.10.		
Holger Assion	49:33	9.Pl.	The Running RLT-Ladies	3:58:56	451.Mix
Kristin Rosenkranz	56:31	BZ 13.Pl.	Maik Weber, Gerlinde Müller,		
Stefanie Assion	59:57	6.Pl.	Bärbel Fischer, Nicole Merten.		
Gerhard Walper	1:03:31	5.Pl.	RLT Rodgau Lauftreff	4:03:29	183. M
Ulrich Neumann	1:24:46	1.Pl.	Gunther Winter, Karsten Döllinger,		
Offenbach 5 km 12.10.			Frank Lorenz, Frank Zimmer.		
Dorothee Wirth	40:03	59.Pl.Ges.	RLT Roadrunner	4:37:25	1035.Mix
Hainhausen 1 Meile 18.10.			Stefanie Assion, Ulrich Neumann,		
Kati Patzke	6:32	BZ VR	Volker Spahn, Solvig Müller.		
Til Fischer	6:55	BZ	Groß-Umstadt 45 km HD 350m 18.10.		
Annett Schäfer	7:01	BZ	Sabine Beck	4:13:57	1.Pl. Ges.F
Jörg Kugler	7:10	BZ	Andy Beck	4:13:58	3.Pl. Ges.M
Ben Pönicke	7:36 *		Christoph Oestreich-Schuck	4:41:40	6.Pl.Ges.M
Frank Zimmer	8:11	BZ	Bärbel Fischer	5:28:57	3.Pl. Ges.F
Joachim Quaiser	9:23		Feldberg/Ts. Bergsprint 1249m HD 170m 9.10.		
Marita Hermes	9:41		Sigurd Haarstark	18:52	1.Pl. NW
Gerhard Appelhans	10:15	BZ	Bad Saarow OL 2,6 km 3.10.		
Ulrich Neumann	10:48	BZ	Sigurd Haarstark	28:53	* 14.Pl.
Zornheim 5,2 km HD 93m 11.10.			Rauen OL - DM 10,5 km HD 193m 4.10.		
Sigurd Haarstark	45:23	2.Pl. W	Sigurd Haarstark	2:33:14	* 11.Pl.
Bad Dürkheim Berglauf 8,7 km HD 510m 18.10.			Frankfurt OL 7,75 km 25.10.		
Sigurd Haarstark	1:36:44	14.Pl.	Sigurd Haarstark	1:32:21	* 7.Pl.
www.rlt-rodgau.de					