

Die Tabelle ist als zweites immer nach der Laufzeit sortiert.

Ergebnisliste Stand 13.07.2026 05:24

Veranstaltung Pönitzer Volkslauf
Lauf Nr.1 21,1 km Halbmarathon

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
1	1	1	1	01:19:32	303	Holger	Aselmeyer	LAUFTEAM KASSEL	M40
1	2	2	1	01:27:27	304	Sönke	Banck	SC VICTORIA HAMBURG	M55
1	3	3	1	01:27:58	321	Marcel	Frieburg	-	M30
1	4	4	1	01:29:54	324	Lenny	Gadziecki	-	M
1	5	5	1	01:30:06	370	Sven	Schulze	TRIAS BAD SCHWARTAU	M45
1	6	6	2	01:31:41	389	Marvin	Ziegenhorn	SG ELBE-SAALE	M40
1	7	7	1	01:33:48	327	Carsten	Gehrdt	CITTI TEAM LÜBECK	M50
1	8	8	1	01:34:10	350	Felix	Luff	-	M35
1	9	9	2	01:34:56	958	Johannes	Dick	-	M
1	10	1	1	01:35:16	316	Carolin	Ernst	-	F
1	11	10	1	01:35:41	352	Peter	Massny	TSV NEUSTADT LIONSRUNNER	M70
1	12	11	3	01:35:47	309	Nils	Bunge	-	M40
1	13	12	1	01:36:15	388	Marcus	Zeinert	VFR WILSCHE-NEUBOKEL	M60
1	14	13	4	01:37:40	949	Franz-Josef	Bartlick	BSG GMSH	M40
1	15	2	1	01:37:41	302	Maria	Ahlers	KARMA	W35
1	16	3	2	01:38:31	329	Sabine	Geyer	TEAM ERDINGER ACTIVE	W35
1	17	14	5	01:38:32	386	Martin	Witt	-	M40
1	18	15	2	01:39:51	959	Timo	Szymanek	BIRTIMO	M30
1	19	16	2	01:40:14	332	Martin	Gross	-	M50
1	20	4	1	01:40:38	368	Daniela	Schmidt	-	W30
1	21	17	6	01:40:43	955	Philipp	Oehl	SC GÜTTERSBAACH	M40
1	22	18	3	01:41:01	314	Björn	Dieball	-	M50
1	23	19	2	01:43:04	349	Philip	Lüdtke	SVG PÖNITZ	M35
1	24	20	3	01:43:21	320	Davis	Fleischer	-	M35
1	25	21	3	01:43:49	384	Marius	Winkler	-	M30
1	26	22	4	01:43:50	937	Lars	Calsen	SVG PÖNITZ	M50
1	27	23	4	01:44:56	325	Flemming	Garken	-	M30
1	27	23	2	01:44:56	354	Martin	Meyer	LG LÜBECK	M45
1	29	5	2	01:45:01	382	Lisa	Vössing	-	F
1	30	25	5	01:46:08	337	Manuel	Heinemann	-	M50
1	31	26	2	01:47:02	301	Karsten	Ahlers	KARMA	M55
1	32	27	4	01:47:07	355	Andreas	Modrow	TSV NEUSTADT IN HOLSTEIN	M35
1	33	28	5	01:47:17	942	Michel	Bremer	-	M30
1	34	29	3	01:47:23	359	Dennis	Pohl	LAUF FREU(N)DE	M45

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
1	35	6	2	01:47:24	351	Vera	Maslova	-	W30
1	36	30	5	01:47:25	334	Matthias	Haß	AHRENSBÖKER JUDOCLUB	M35
1	37	31	2	01:48:19	342	Jens	Hoeft	USC KIEL	M70
1	38	32	6	01:48:45	952	Andre	Bölter	-	M50
1	39	33	6	01:50:32	373	Roman	Schuwert	-	M30
1	40	34	7	01:51:48	378	Hendrik	Strotmann	TWO-STROKE POWER	M50
1	41	35	4	01:52:54	381	Matthias	Tiedgen	CITTI LÜBECK	M45
1	42	7	3	01:53:19	315	Anna	Elwert	-	F
1	43	36	2	01:53:50	322	Thomas	Friedl	LAUF MIT DEM WOLF	M60
1	44	37	8	01:54:07	333	Bastian	Groth	TREPPENBAU VOSS REINFELD	M50
1	45	38	5	01:54:11	364	Christoph	Saul	-	M45
1	45	38	3	01:54:11	946	Alexander	Wonsak	-	M55
1	47	40	6	01:54:42	371	Sven	Schumacher	-	M45
1	48	8	4	01:54:45	341	Lucie	Herzfeld	-	F
1	49	41	6	01:55:18	335	Jendrik	Hauschildt	TSV GNUTZ	M35
1	50	9	3	01:55:24	360	Caro	Prüß	-	W35
1	51	42	7	01:56:24	345	Patrick	Kaufhold	-	M35
1	52	43	8	01:58:23	330	Bruno	Gonçalves	-	M35
1	53	44	4	01:58:30	948	Timo	Brunnermeier	-	M55
1	54	10	3	01:59:35	376	Franziska	Speer	TSV KREMPEHEIDE	W30
1	55	11	1	02:00:04	311	Freja Carolin	Chromik	FRIEDRICH EBERT GYMNASIUM HABURG	WJ U18
1	56	45	9	02:00:05	310	Ansgar	Chromik	ASKLEPIOS HARBURG	M50
1	57	12	5	02:00:30	336	Elisa	Heikens	-	F
1	58	46	3	02:03:47	339	Thomas	Helmrich von Elgott	GERMAN DUSTEATER	M60
1	59	47	4	02:04:22	361	Peter	Riechard	LAUFEN IN LÜBECK	M60
1	60	13	6	02:04:27	379	Sofia	Tascon	-	F
1	61	14	4	02:04:48	372	Katharina	Schütz	-	W30
1	62	48	7	02:04:52	377	Lars	Stark	RUNSEATEN	M40
1	63	49	8	02:04:59	305	Konrad	Becker	RUNSEATEN	M40
1	64	50	5	02:05:28	344	Holger	Kanzog	-	M60
1	65	15	1	02:06:01	307	Kathrin	Bengson	-	W45
1	66	51	3	02:08:59	308	Ole	Boonekamp	-	M
1	67	52	1	02:09:29	343	Peter	Jacques	LTV KIEL-OST	M65
1	68	53	7	02:09:41	312	Melf	Cosmilla	-	M30
1	69	54	4	02:10:54	319	Altay	Filiz	-	M
1	70	55	7	02:11:44	313	Holger	Cron	-(LÜBECK)	M45
1	71	56	5	02:13:24	374	Olaf	Semitschow	MILCHSPETION PILNIOK 25348 GLÜCKSTADT	M55
1	72	57	5	02:14:03	367	Leon	Scherf	-	M
1	73	16	1	02:14:12	317	Beata	Eßer-Sladek	-	W60

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL- Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
1	74	58	8	02:16:44	331	Roland	Grätz	-	M45
1	74	16	1	02:16:44	318	Susanne	Eybächer	-	W40
1	76	59	6	02:16:50	365	Thomas	Schaper	-	M60
1	77	60	9	02:16:55	387	Jürgen	Zeger	-	M40
1	78	61	9	02:17:14	366	Jens	Schenkies	HEIDGRABENER SV	M45
1	79	18	5	02:17:25	961	Birta	Kock	BIRTIMO	W30
1	80	62	10	02:17:40	358	Patrick	Plog	ATSV STOCKELSDORF	M50
1	81	19	6	02:18:18	383	Hannah	Wedekind	-	W30
1	82	20	7	02:36:00	347	Emily Sophia	Kohnke	-	F

Ende der Liste

Die Tabelle ist als zweites immer nach der Laufzeit sortiert.

Ergebnisliste Stand 13.07.2026 05:27

Veranstaltung Pönitzer Volkslauf

Lauf Nr.2 10 km Hauptlauf

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
2	1	1	1	00:35:07	92	Lili	Schau	-	F
2	2	1	1	00:35:09	64	Asbjørn	Myhre	-	M35
2	3	2	2	00:35:13	288	Hannah	Hobbs	-	F
2	4	2	1	00:35:20	289	Jonas	Schomburg	WASPO 98 HANNOVER	M30
2	5	3	1	00:38:27	286	Wislaw	Daleki	WOLSZTYNSKI KLUB BIEGOWY	M50
2	6	4	2	00:38:39	13	Jacopo	Cristini	TTETEAM	M30
2	7	3	1	00:39:14	15	Laura	Deimann	LBV PHÖNIX LÜBECK	W40
2	8	5	1	00:40:01	296	Eric	Bruhnke	-	M40
2	9	6	1	00:41:22	53	Frederik	Koop	-	M
2	10	7	1	00:42:01	96	Jan-Henning	Schröder	-	M55
2	11	8	2	00:42:58	68	Tjorven	Nolting	-	M35
2	12	9	3	00:43:04	430	Fynn	Wenglarczyk	-	M30
2	13	10	4	00:43:11	107	Sören	Steimer	-	M30
2	14	11	2	00:43:14	43	Marc	Jansen	RST LÜBECK	M50
2	15	12	5	00:43:17	113	Jan	Westphal	-	M30
2	16	4	1	00:43:58	60	Sina	Marquardt	TRI-SPORT LÜBECK	W30
2	17	13	2	00:44:24	100	Fin	Schütz	NTSV STRAND08	M40
2	18	14	3	00:44:45	50	David	Knocke-Wehde	-	M40
2	19	15	6	00:45:04	86	Raphael Dario	Röhrs	VFL BAD SCHWARTAU	M30
2	20	5	1	00:46:35	56	Marlene	Liebendörfer	-	WJ U20
2	21	16	4	00:46:39	57	Marcel	Lindenau	-	M40
2	22	17	2	00:46:47	12	Ralf	Cordes	-	M55
2	23	18	1	00:46:54	59	Malte	Marcinkowski	-	MJ U20
2	24	19	3	00:47:25	62	Christopher	Mews	-	M35
2	25	20	4	00:47:31	95	Dennis	Schönfelder	-	M35
2	26	21	1	00:48:00	79	Franz	Quetsch	TSV PLÖN BOXRING	M65
2	27	22	3	00:48:01	108	Johannes	Stettner	#HANSERUNNING	M55
2	28	23	1	00:48:19	49	Michael	Knebel	RENNSCHNECKE S-H	M60
2	29	6	1	00:48:35	58	Helle	Luff	SVG PÖNITZ	W35
2	30	24	2	00:48:55	473	Josef	Dettmann	RST MALENTE	M60
2	31	25	3	00:49:34	99	Stephan	Schütt	-	M50
2	32	26	4	00:49:37	23	Carlos	Figueira	-	M55
2	33	7	3	00:50:40	26	Nike	Gall	-	F
2	34	27	1	00:51:29	65	Phillipp	Nasner	SVG PÖNITZ	MJ U16
2	35	28	7	00:51:43	34	Markus	Hansen	-	M30
2	36	29	3	00:51:44	28	Kai	Gehrt	LÜBECKER RUDERKLUB E.V.	M60

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
2	37	30	5	00:51:46	105	Peter	Stark	-	M40
2	38	31	4	00:51:59	85	Ingo	Roeders	SCC BERLIN	M60
2	39	8	1	00:52:06	31	Sonja	Grzeska	TEAM CHARL,	W55
2	40	9	1	00:52:23	9	Claudia	Burmeister	TSV OSTSEEBAD GRÖMITZ	W50
2	41	32	2	00:52:44	298	Thomas	Meier	-	M65
2	42	33	8	00:53:14	294	Lukas	Frank	-	M30
2	43	34	1	00:53:17	429	Mathias	Fischer	-	M45
2	44	35	2	00:53:39	5	Stefan	Barthels	-	M45
2	45	36	6	00:53:41	6	Thore	Benthien	-	M40
2	46	37	1	00:53:45	20	Fynn	Evers	-	MJ U18
2	47	10	4	00:54:28	72	Saskia	Path	-	F
2	48	38	9	00:54:29	116	Thorben	Wodi	-	M30
2	49	11	2	00:54:41	11	Andrea	Cordes	-	W55
2	50	39	5	00:54:43	287	Stefan	Dombrowski	-	M55
2	51	40	5	00:54:54	290	Michael	Ebentheuer	-	M60
2	52	12	2	00:55:05	293	Kristina	Weber	-	W35
2	53	41	6	00:55:11	36	Olaf	Haupt	-	M60
2	54	42	1	00:55:15	41	Johannes	Irmscher	LÜBECKER MARATHON E.V.	M70
2	55	13	1	00:55:19	469	Hannah	Krokowski	TEAM KROKOWSKI	WJ U18
2	56	43	7	00:55:20	295	Jürgen	Suckau	VFL BOCHUM 1848	M60
2	57	14	2	00:55:32	32	Selina	Hackenberg	FRAUENLAUFTREFF WEYHE	W40
2	58	15	2	00:56:01	70	Katharina	Ohm	-	W30
2	59	44	3	00:56:27	292	Axel	Weber	-	M45
2	60	16	3	00:56:28	101	Franziska	Schwalbe	-	W40
2	61	45	3	00:56:54	16	Heiko	Dickfeld	-	M65
2	62	46	2	00:57:03	45	Wolfgang	Kaselow	POLIZEI-SV EUTIN	M70
2	63	17	1	00:57:17	297	Gesine	Hoeft	HAMBURGER LAUFLADEN	W70
2	64	47	7	00:57:28	52	Jens	Konerow	-	M40
2	65	18	3	00:57:29	104	Eva-Maria	Stamer	-	W30
2	65	18	3	00:57:29	55	Anna-Julia	Lange	SVP PÖNITZ	W35
2	67	20	4	00:57:32	299	Katjana	Kreutzkamp	-	W30
2	68	21	2	00:57:52	24	Angela	Freitag	DLRG BAD SCHWARTAU	W50
2	69	22	4	00:58:07	22	Jessica	Fettke	-	W35
2	70	48	4	00:58:22	25	Sven	Fröse	-	M45
2	71	23	5	00:58:32	33	Ann-Christin	Hansen	-	F
2	71	23	5	00:58:32	30	Annica	Gosch	-	W30
2	73	25	6	00:58:40	46	Bianca	Kesslau	OHNE	F
2	74	49	8	00:59:01	437	Stefan	Löhndorf	URONSTORDE	M60
2	75	50	6	00:59:24	67	Frank	Neef	SVG PÖNITZ	M55
2	76	51	10	00:59:32	87	Philipp	Rosenfelder	-	M30
2	77	52	2	00:59:46	38	Nik	Heinemann	-	M
2	78	26	6	00:59:48	285	Anna-Theresia	Albert	-	W30
2	79	27	5	00:59:51	21	Christina	Feegers	-	W35

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
2	80	28	3	00:59:52	37	Stefanie	Heimann	-	W55
2	81	53	7	00:59:56	115	Dirk	Willmer	SVG PÖNITZ	M55
2	82	54	8	01:00:14	436	Marc	Liebmann	MSV DUISBURG	M55
2	83	55	8	01:00:46	88	Sascha	Rühmkorf	-	M40
2	84	56	9	01:01:03	478	Sven	Fahrenkrug	SVG PÖNITZ	M40
2	85	29	2	01:01:09	435	Emma	Kuehn	-	WJ U18
2	86	57	4	01:01:31	93	Helmut	Schmidt	-	M65
2	87	30	3	01:02:13	17	Sabine	Dornbusch	HAFENHOTEL MEERESZEITEN	W50
2	88	58	3	01:02:23	63	Benjamin	Mischke	-	M
2	89	31	1	01:02:37	112	Birthe	Wehde	-	W45
2	90	32	2	01:02:41	27	Sandra	Gehrke	-	W45
2	91	59	5	01:02:51	80	Christoph	Rapelius	-	M35
2	92	33	7	01:03:49	405	Celina	Frieburg	-	F
2	93	34	2	01:04:26	7	Elke	Beringer	-	W70
2	94	60	10	01:04:56	291	Daniel	Ganenz	SVG PÖNITZ	M40
2	95	61	4	01:06:11	1	Emre-Can	Akin	-	M
2	96	62	6	01:06:13	106	Florian	Steen	-	M35
2	97	35	8	01:06:31	103	Lisa	Stahl	-	F
2	98	63	11	01:06:32	71	Karl	Pachalli	-	M40
2	99	64	1	01:06:50	4	Wolfgang	Bandow	-	M75
2	100	36	9	01:07:25	84	Valeria Maria	Rocha Kalscheuer	-	F
2	101	37	10	01:07:26	83	Eva-Maria	Rocha Kalscheuer	-	F
2	102	65	11	01:07:46	82	Niklas	Reimer	-	M30
2	103	66	4	01:08:19	78	Arne	Prieß	-	M50
2	104	38	4	01:08:40	109	Celine	Stoffel	-	W40
2	105	67	5	01:09:28	77	Marvin	Plitt	-	M
2	106	68	5	01:10:15	110	Michael	Switalla	RATZEBURGER SV	M45
2	107	39	1	01:10:42	81	Astrid	Raven	-	W65
2	108	40	3	01:10:46	97	Simona	Schumacher	-	W45
2	109	41	6	01:11:26	14	Ginalie	Cron	-	W35
2	110	42	7	01:13:52	54	Julia	Kuchar	-	W30
2	111	43	4	01:14:00	477	Anne	Leyer	-	W45
2	112	44	5	01:14:01	476	Nurcan	Yilmaz	-	W40
2	112	68	6	01:14:01	90	Mirko	Sadowski	-	M45
2	114	45	6	01:14:37	75	Ulrike	Pickert	CROSSFIT LÜBECK	W40
2	115	70	7	01:15:22	89	Fabian	Sadowski	-	M35
2	116	46	11	01:16:48	94	Johanna Charlotte	Schmidt	-	F
2	117	71	9	01:17:18	73	Frank	Pevestorf	FLENSBURG LIEBT DICH MARATHON	M55
2	118	47	2	01:20:59	117	Jutta	Zellmer	-	W65
2	119	48	12	01:21:02	74	Nathalie	Pichura	-	F
2	120	49	13	01:21:03	47	Maria	Kiefer	-	F
2	121	50	5	01:23:09	76	Gaby	Plambeck	-	W45
2	122	51	1	01:25:14	10	Anke	Carstensen	-	W60

Ende der Liste

Die Tabelle ist als zweites immer nach der Laufzeit sortiert.

Ergebnisliste Stand 13.07.2026 05:30

Veranstaltung Pönitzer Volkslauf

Lauf Nr.4 5 km Jogginglauf

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
4	1	1	1	00:18:50	756	Oleksii	Prokopchuk	THORAXKLINIK HEIDELBERG	M35
4	2	2	2	00:19:52	735	Marvin	Kiehn	-	M35
4	3	3	1	00:20:03	724	Leon	Grebe	TUS HOLTENAU	M
4	4	4	1	00:21:10	731	Anton	Jaacks	SVG PÖNITZ	MJ U16
4	5	5	1	00:21:29	797	Sven	Kühnel	LG VELLMAR	M40
4	6	6	1	00:22:03	740	Renke	Lill	TSV SÜSEL	MJ U14
4	7	7	3	00:23:22	738	Patrick	Kurras	PAJAME	M35
4	8	8	1	00:23:33	780	Sven	Taubert	LAV HALENSIA	M55
4	9	9	1	00:23:43	748	Fynn	Möller	FACHKLINIK DO IT!	M30
4	10	1	1	00:24:24	785	Mandy	Schellbach	LBV PHÖNIX	W40
4	11	10	1	00:24:40	737	Daniel	Küchenmeister	FACHKLINIK DO IT!	M45
4	12	11	2	00:24:46	709	Burkhard	Bödeker	-	M40
4	13	2	1	00:24:54	772	Lara	Schulze	VFL OLDESLOE	WK U12
4	13	2	1	00:24:54	753	Ronja-Sophie	Panicker	-	WK U12
4	15	12	4	00:25:00	795	Martin	Fründt	SVG PÖNITZ	M35
4	16	13	2	00:25:20	713	Lucas	Denker	FACHKLINIK DO IT!	M
4	17	14	2	00:25:40	777	Andreas	Stähr	ALG-VFL BOKEL	M55
4	18	15	2	00:25:44	790	Tom	Wolf	SVG PÖNITZ	MJ U16
4	19	4	1	00:25:46	786	Simone	Rütz De Segura	LAC LÜBECK	W60
4	20	16	1	00:25:53	717	Dirk	Eisenberg	-	M50
4	21	17	1	00:25:54	650	Holger	Meier	VL BERLIN	M65
4	22	18	3	00:25:57	732	Marco	Jensch	FACHKLINIK DO IT!	M40
4	23	5	1	00:26:10	796	Leni	Kretzer	-	WJ U14
4	24	6	1	00:26:33	749	Anna	Mühlenbeck	-	F
4	25	19	1	00:26:57	755	Kai Liam	Prokopchuk	WASSERRATTEN NORDERSTEDT	MK U12
4	26	7	2	00:27:07	782	Anne	Weck	-	F
4	27	8	1	00:27:29	763	Jennifer	Ruppert	SVG PÖNITZ	W30
4	28	9	2	00:27:37	791	Liah	Wolf	SVG PÖNITZ	WJ U14
4	29	10	2	00:27:47	798	Alexander	Ohrtmann	PSV SÜSELER BAUM	W30
4	30	11	1	00:28:05	730	Alexandra	Ihne	MARLI FÜR MENSCHEN	W50
4	31	20	4	00:28:22	739	Alexander	Leischner	FC DORNBREITE	M40
4	32	21	5	00:28:23	787	Christoph	Cammin	-	M35
4	33	12	3	00:28:27	775	Kathrin	Spiering	-	W30
4	34	22	2	00:28:54	751	Alexander	Neer	-	M30
4	35	13	1	00:29:05	746	Annette	Mentz	-	W35
4	36	14	2	00:29:10	723	Léonie	Gieraths	-	W40
4	37	15	1	00:29:14	707	Pauline	Bloes	TSV SÜSEL	WJ U16
4	38	16	2	00:29:21	773	Sibylle	Schulze	-	W50

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
4	39	17	2	00:29:29	788	Theresa	Cammin	-	W35
4	40	23	3	00:30:27	720	Thomas	Franzen	-	MJ U16
4	41	23	6	00:30:36	792	Jan	Fischer	-	M35
4	41	18	3	00:30:36	794	Lena	Fischer	-	WK U12
4	43	19	1	00:31:29	699	Ute	Marthiens	SV-POLIZEI HAMBURG	W70
4	44	20	1	00:31:52	747	Luise	Michalsky	-	W45
4	45	25	2	00:32:00	766	Matheo	Schönfelder	SVG GW BAD GANDERSHEIM	MK U12
4	46	21	3	00:32:04	701	Hanna	Angstmann	-	W35
4	47	26	1	00:32:17	727	Holger	Hacker	LÜBECK 1876	M75
4	48	22	2	00:32:26	761	Brigitte	Rogge	MARLI FÜR MENSCHEN	W60
4	49	27	5	00:32:33	769	Christian	Schroeder	-	M40
4	50	23	4	00:32:35	771	Vanessa	Schulz	-	W35
4	50	23	3	00:32:35	705	Christina	Bloes	TSV SÜSEL	W40
4	52	25	4	00:32:36	706	Matilda	Bloes	TSV SÜSEL	WK U12
4	53	28	3	00:32:39	789	Martin	Weilandt	-	M55
4	54	26	1	00:32:48	776	Magdalena	Stäbler	-	W55
4	55	29	3	00:32:50	757	Robert	Rambow	FACHKLINIK DO IT!	M
4	56	27	3	00:33:04	762	Angelika	Rose-Plog	ATSV STOCKELSDORF	W50
4	57	28	4	00:33:06	725	Susanne	Greve	-	W50
4	58	29	5	00:33:08	759	Jennifer	Reise	-	W35
4	58	29	5	00:33:08	729	Ann-Katrin	Höft	-	W35
4	60	30	7	00:33:22	703	Moritz	Bernhard	SVG PÖNITZ	M35
4	61	31	4	00:33:23	750	Dmytro	Mykhalchuk	-	MJ U16
4	62	31	7	00:33:24	741	Hildur Inga	Magnadottir	-	W35
4	63	32	3	00:33:27	696	Carl	Ehlers	SVG PÖNITZ	MK U12
4	64	33	2	00:33:28	698	Nikolaus	Mentz	-	M50
4	64	33	4	00:33:28	697	Bosse	Mentz	-	MK U12
4	66	32	4	00:33:56	767	Daniela	Schröder	-	W40
4	67	33	5	00:34:52	719	Claire	Franzen	-	W50
4	68	35	1	00:35:32	726	Detlef	Hacker	LÜBECK 1876	M70
4	69	34	4	00:36:07	781	Katharina	Themer	SVG PÖNITZ	W30
4	69	34	4	00:36:07	715	Mirja	Dombrowski	TSV GREMERSDORF	W30
4	71	36	2	00:36:39	765	Dieter	Schober	-	M65
4	72	36	8	00:36:41	745	Anna Katharina	Mentz	-	W35
4	72	36	3	00:36:41	783	Kristina	Wieziolkowski	-	F
4	74	38	9	00:36:52	768	Ulrike	Schröder	-	W35
4	75	37	2	00:37:31	665	Henning	Mentz	SVG PÖNITZ	M45
4	76	38	8	00:37:58	784	Timm	Wulf	-	M35
4	77	39	5	00:38:57	742	Marta	Majdosz	THE ROADRUNNERS	W40
4	78	39	9	00:38:58	736	Artur	Klut	THE ROADRUNNERS	M35
4	79	40	4	00:39:06	721	Jonas	Franzke	-	M
4	80	41	3	00:39:07	718	Stefan	Fischer	-	M30
4	81	40	1	00:39:15	764	Dinah	Sauerbaum	-	W65
4	82	41	6	00:39:23	793	Karin	Fischer	-	W40
4	83	42	2	00:39:42	655	Reni	Meier	VL BERLIN	W65

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL- Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
4	84	42	2	00:40:55	734	Ulrich Josef	Kalscheuer	-	M70
4	85	43	1	00:41:08	702	Andreas	Bark	TEAM VR BANK	M60
4	86	44	3	00:41:26	743	Thorsten	Mehlfeld	LÜBECKER SC	M65
4	87	45	2	00:41:34	779	Liam	Suxdorf	-	MJ U14
4	88	43	7	00:41:35	778	Annika	Suxdorf	-	W40
4	89	46	2	00:42:07	760	Gerd	Reiske	SV-POLIZEI HAMBURG	M75
4	90	44	1	00:47:37	700	Waltraud	Bruhnke	-	W75
4	91	45	4	00:49:00	704	Charlotte	Bickel	BUGENHAGEN BERUFSBILDUNGSWERK	F
4	92	47	3	00:49:35	754	Dennis	Plitt	-	M45

Ende der Liste

Die Tabelle ist als zweites immer nach der Laufzeit sortiert.

Ergebnisliste Stand 13.07.2026 05:29

Veranstaltung Pönitzer Volkslauf

Lauf Nr.3 10 km Walking/Nordic-Walking

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
3	1	1	1	01:06:47	1050	Felicitas	Beßeler	-	W40
3	2	1	1	01:08:27	1089	Bryan	Worina	-	M35
3	3	2	1	01:14:22	1079	Maik	Reiser	-	M55
3	4	3	1	01:16:34	1056	Udo	Clement	-	M65
3	5	4	2	01:20:34	1077	Lutz	Penner	SVG PÖNITZ	M65
3	6	2	1	01:21:51	1078	Cindy	Reiser	-	W50
3	7	5	3	01:24:19	1063	Thomas	Harnack	SVP PÖNITZ	M65
3	7	5	1	01:24:19	1070	Dietmar	Lippke	TSV PLÖN	M60
3	9	3	1	01:31:35	1062	Elisabeth	Fenske	-	W55
3	10	7	2	01:34:05	1086	Jörg	Thiessen	-	M60
3	11	7	1	01:35:17	1059	Björn	Eichler	-	M50
3	11	4	2	01:35:17	1058	Astrid	Eichler	-	W50
3	13	8	1	01:39:21	1094	Michael	Gora	TSV SÜSEL	M45
3	13	5	1	01:39:21	1093	Nicole	Gora	-	W45
3	15	10	2	01:41:44	1075	Sascha	Niemann	-	M45
3	16	6	3	01:42:00	1069	Silvia	Lamprecht	LEBENSENERGIE COACH	W50
3	17	11	2	01:50:40	1057	Jan	Eggert	MARLI FÜR MENSCHEN	M50
3	18	7	1	01:51:03	1074	Anja	Niemann	-	W65
3	18	7	1	01:51:03	1065	Karin	Horstmann	-	W65
3	20	9	2	01:51:04	1067	Martina	Klemm	-	W40
3	21	10	3	01:55:45	1095	Susann	Sander	-	W40
3	21	10	4	01:55:45	1096	Liliana	Gomes	-	W50
3	23	12	1	01:55:46	1097	Josephine	Strauchmann	-	W35

Ende der Liste

Die Tabelle ist als zweites immer nach der Laufzeit sortiert.

Ergebnisliste Stand 13.07.2026 05:32

Veranstaltung Pönitzer Volkslauf

Lauf Nr.5 5 km Walking/Nordic-Walking

Lauf	Rang ▲	Platz	AKL-Platz	Laufzeit	SNR	Vorname	Nachname	Verein	AKL
5	1	1	1	00:31:02	1092	Norbert	Schneider	MILERS COLONIA 2020	M55
5	2	2	1	00:32:52	1090	Philipp	Wörlein	-	M45
5	3	1	1	00:33:40	1054	Jessica	Caplan	TREISER LWT	W45
5	4	3	1	00:38:06	1061	Bernd-Dieter	Faltin	ECKERNFÖRDE	M65
5	5	2	1	00:39:15	1087	Karin	Wagner	SKIVEREINIGUNG SCHLESWIG-HOLSTEIN	W65
5	6	3	1	00:39:40	1071	Melina	Milz	SGR STOCKELSDORF	W30
5	7	4	2	00:39:43	1072	Hans-Ulrich	Mücke	-	M65
5	8	4	1	00:41:45	1073	Wiebke	Nahrwold	LETS GO LOHBARBEK	W75
5	9	5	1	00:41:56	1081	Erni	Schmock	SG SÜVERKRÜP	M75
5	10	5	1	00:42:55	1055	Catrin	Clement	-	W60
5	11	6	1	00:44:15	1022	Kathleen	Kuehn	-	W50
5	12	7	2	00:45:39	1085	Dagmar	Suxdorf	SVG PÖNITZ	W65
5	13	6	2	00:46:09	1008	Wolfgang	Wieck	TSV SÜSEL	M75
5	14	8	2	00:46:20	1060	Anna	Ellinghaus	SVG PÖNITZ	W50
5	15	9	1	00:46:21	1048	Clara	Berlin	-	W35
5	16	10	1	00:47:08	1064	Carmen	Harries-Scheel	-	W55
5	17	11	2	00:47:09	1066	Julia	Kemper	-	W55
5	18	12	2	00:48:07	1068	Martina	Kratzer	-	W45
5	19	13	2	00:48:08	1019	Maria	Spallieri	-	W60
5	20	14	1	00:51:23	1053	Käthe Luise	Buck	SVG PÖNITZ	WK U8
5	21	15	2	00:51:24	1049	Dominique	Bernhard	-	W35
5	22	16	3	00:51:25	1052	Charlotte	Buck	-	W35
5	23	7	2	00:55:12	1083	Frank	Schüning	MARLI FÜR MENSCHEN	M55
5	24	17	3	00:56:43	1076	R.	P.	-	W45
5	25	18	3	01:30:47	1084	Ute	Speckmann	MARLI FÜR MENSCHEN	W60

Ende der Liste