

Chronik der 10 x 650 m Adventsstaffel

Vorname Name	Jahrgang	Jahr	1. Runde	2. Runde	3. Runde	4. Runde	5. Runde	Gesamtzeit
Jürgen Reents	71	1988	1:55	2:02	2:01	2:03	1:59	10:00
		1990	2:01	2:04	2:05	2:02	1:58	10:10
		1991	1:59	2:04	2:03	2:02	1:58	10:06
		1992	1:55	1:58	2:00	2:00	2:00	9:53
		1993	1:56	2:04	2:05	2:05	2:01	10:11
		1994	1:57	1:59	2:00	1:59	1:59	9:54
		1995	1:59	2:06	2:03	2:05	2:05	10:18
		1996	2:03	2:02	2:04	2:03	1:59	10:11
		1997	1:58	2:02	2:04	2:06	2:03	10:13
		1998	1:55	1:57	1:57	1:53	2:00	9:42
		1999	2:02	2:03	1:56	1:58	2:10	10:09
		2000	2:05	2:07	2:08	2:09	2:08	10:54
		2001	1:57	2:02	2:01	2:03	2:00	10:03
		2002	2:04	2:08	2:02	2:04	2:00	10:18
		2003	2:04	2:09	2:09	2:06	1:58	10:26
		2004	2:02	2:11	2:09	2:10	2:14	10:46
		2005	2:05	2:07	2:10	2:08	2:09	10:39
2006	2:05	2:08	2:13	2:13	2:09	10:48		
2007	2:04	2:09	2:10	2:11	2:02	10:36		
2008	2:05	2:14	2:18	2:14	2:14	11:05		
2009	2:03	2:07	2:10	2:12	2:09	10:41		
Michael Klemm	68	1983	2:02	2:15	2:32	2:34	2:24	11:47
		1984	1:55	2:06	2:06	2:09	2:05	10:21
		1985	1:53	2:07	2:15	2:15	2:10	10:40
		2001	2:21	2:27	2:21	2:24	2:17	11:50
		2002	2:14	2:21	2:20	2:15	2:21	11:31
		2003	2:10	2:16	2:19	2:17	2:16	11:18
		2004	2:20	2:23	2:27	2:27	2:17	11:54
		2005	2:23	2:30	2:36	2:35	2:27	12:31
		2007	2:29	2:24	2:38	2:27	2:30	12:28
		2008	2:31	2:29	2:37	2:38	2:30	12:45
		2009	2:39	2:46	2:46	2:42	2:44	13:37
		2011	2:34	2:43	2:51	2:56	2:39	13:43
		2012	2:41	2:39	2:41	3:02	3:00	14:03
		2013	2:38	2:53	2:57	2:59	2:41	14:08
		2014	2:22	2:30	2:36	2:32	2:26	12:26
2015	2:38	2:50	2:42	2:39	2:37	13:26		
2016	2:49	2:55	2:55	2:55	2:50	14:24		
2017	3:01	3:04	2:49	2:53	2:53	14:40		
Niklas Kuhnert	74	1991	1:55	2:00	2:06	2:05	2:01	10:07
		1992	1:51	1:54	1:58	2:01	1:52	9:36
		1993	1:58	1:57	1:55	2:01	1:57	9:48
		1994	1:54	1:56	1:57	1:59	1:56	9:42
		1995	1:48	1:53	2:01	2:05	2:00	9:47
		1996	1:55	1:55	1:56	1:57	1:54	9:37
		1997	1:54	1:42	2:05	2:09	1:56	9:46
		1998	1:55	1:34	2:22	2:15	1:59	10:05
		1999	1:51	1:51	1:54	1:50	1:52	9:18
		2001	1:57	2:04	2:04	1:59	2:04	10:08

		2004	1:57	1:58	2:00	1:56	1:56	9:47
		2006	1:53	2:01	2:06	2:07	2:02	10:09
		2009	1:59	2:00	2:06	2:11	2:14	10:30
Friedhelm Henze	52	1991	2:04	2:14	2:16	2:15	2:11	11:00
		1992	2:04	2:09	2:12	2:14	2:09	10:48
		1993	1:59	2:08	2:04	2:05	2:03	10:19
		1994	2:04	2:11	2:11	2:11	2:08	10:45
		1995	2:11	2:12	2:13	2:13	2:11	11:00
		1996	2:10	2:13	2:18	2:18	2:16	11:15
		1997	2:05	2:13	2:13	2:14	2:11	10:56
		1998	2:08	2:13	2:15	2:15	2:11	11:02
		2000	2:08	2:19	2:19	2:21	2:18	11:25
		2001	2:06	2:14	2:14	2:13	2:13	11:00
		2002	2:08	2:15	2:16	2:14	2:15	11:08
		2006	2:11	2:16	2:16	2:17	2:17	11:17
		2008	2:16	2:22	2:21	2:22	2:20	11:41
Manuela Schulz	70	2004	2:18	2:20	2:19	2:20	2:18	11:35
		2005	2:12	2:14	2:15	2:16	2:14	11:11
		2006	2:20	2:22	2:21	2:25	2:19	11:47
		2007	2:23	2:24	2:25	2:27	2:23	12:02
		2008	2:16	2:18	2:18	2:20	2:20	11:32
		2009	2:14	2:17	2:17	2:17	2:16	11:21
		2012	2:21	2:25	2:27	2:29	2:29	12:11
		2013	2:21	2:22	2:24	2:25	2:20	11:52
		2014	2:23	2:20	2:23	2:23	2:23	11:52
		2015	2:23	2:23	2:24	2:27	2:27	12:04
		2016	2:19	2:22	2:24	2:26	2:30	12:01
		2017	2:28	2:31	2:34	2:35	2:37	12:45
Matthias Pirschel	78	1992	2:07	2:14	2:20	2:21	2:16	11:18
		1994	2:05	2:09	2:11	2:13	2:07	10:45
		1995	1:55	2:09	2:22	2:19	2:12	10:57
		1996	2:04	2:08	2:11	2:08	2:08	10:39
		1997	2:14	2:11	2:23	2:23	2:18	11:29
		1999	1:54	1:59	1:58	1:56	2:00	9:47
		2001	1:58	2:09	2:08	2:09	2:03	10:27
		2002	1:58	2:07	1:58	2:20	2:24	10:47
		2003	2:01	2:04	2:11	2:12	2:02	10:30
		2004	1:55	2:01	2:01	2:05	2:01	10:03
		2005	1:52	2:01	2:02	2:06	2:00	10:01
		2006	1:53	2:01	2:06	2:07	2:02	10:09
Ulla Paga	52	1991	2:10	2:22	2:24	2:22	2:22	11:40
		1992	2:15	2:29	2:24	2:28	2:30	12:06
		1993	2:12	2:18	2:20	2:20	2:20	11:30
		1994	2:18	2:25	2:29	2:28	2:28	12:08
		1995	2:25	2:26	2:27	2:27	2:29	12:14
		2012	2:36	2:40	2:41	2:47	2:46	13:30
		2013	2:36	2:46	2:48	2:45	2:45	13:40
		2014	2:41	2:45	2:45	2:45	2:43	13:39
		2015	2:47	2:55	2:55	2:54	2:48	14:19
		2016	2:41	2:47	2:44	2:49	2:48	13:49
		2017	2:53	2:59	3:00	2:58	2:59	14:49
Georg Diettrich	70	1990	1:58	1:56	1:57	1:56	1:55	9:42
		1991	1:51	1:54	1:54	1:48	1:55	9:22
		1992	1:48	1:50	1:49	1:51	1:50	9:08

		1994	1:45	1:48	1:48	1:50	1:47	8:58
		1995	1:49	1:48	1:48	1:48	1:48	9:01
		1996	1:46	1:48	1:49	1:49	1:46	8:58
		1998	1:49	1:51	1:49	1:52	1:50	9:11
		2001	1:47	1:51	1:48	1:49	1:48	9:03
		2002	1:52	1:52	1:51	1:53	1:51	9:19
		2006	1:48	1:49	1:49	1:50	1:50	9:09
		2009	1:49	1:51	1:52	1:52	1:51	9:15
Sven Meinen	89	2002	2:21	2:33	2:41	2:43	2:29	12:47
		2003	2:20	2:20	2:26	2:32	2:24	12:02
		2004	2:06	2:21	2:15	2:11	2:13	11:06
		2006	1:59	2:04	2:05	2:10	2:22	10:40
		2007	2:04	2:01	2:03	2:13	1:59	10:20
		2008	2:05	2:09	2:06	2:12	2:02	10:34
		2009	1:57	1:59	2:02	2:00	1:59	9:57
		2012	2:01	2:07	2:08	2:09	2:07	10:32
		2013	2:01	2:00	2:06	2:02	2:02	10:11
Victoria Willcox-Heidner	73	1992	2:10	2:14	2:16	2:14	2:16	11:10
		1993	2:12	2:12	2:10	2:13	2:15	11:02
		1994	2:02	2:03	2:04	2:06	2:09	10:24
		1995	2:04	2:07	2:10	2:11	2:12	10:44
		1998	2:06	2:09	2:08	2:05	2:06	10:34
		2001	2:07	2:07	2:15	2:10	2:15	10:54
		2002	2:10	2:14	2:13	2:11	2:06	10:54
		2003	2:04	2:08	2:09	2:07	2:06	10:34
		2006	2:19	2:19	2:19	2:18	2:14	11:29
Klaus Heidner	48	1991	2:05	2:06	2:08	2:05	2:13	10:37
		1993	1:58	2:03	2:05	2:07	2:07	10:20
		1994	2:01	2:05	2:06	2:07	2:06	10:25
		1995	2:05	2:10	2:10	2:08	2:10	10:43
		1997	2:12	2:13	2:10	2:11	2:10	10:56
		1999	2:08	2:13	2:12	2:14	2:14	11:01
		2000	2:11	2:14	2:12	2:13	2:11	11:01
		2001	2:17	2:17	2:19	2:17	2:14	11:24
		2002	2:22	2:18	2:22	2:24	2:20	11:46
Michael Holzerland	70	1982	2:17	2:27	2:33	2:31	2:19	12:07
		1983	2:15	2:17	2:27	2:22	2:15	11:36
		1984	1:56	2:13	2:12	2:13	2:09	10:43
		1985	1:57	2:11	2:07	2:08	1:56	10:19
		1986	1:55	2:08	2:08	2:09	2:05	10:25
		1987	1:48	2:02	1:57	1:57	2:00	9:44
		1993	1:56	2:07	2:07	2:11	2:03	10:24
		1996	2:07	2:08	2:05	2:13	2:09	10:42
		1997	1:56	1:59	1:59	2:02	2:02	9:58
Pascal Pflüger ist 2016 in beiden Läufen gestartet.	97	2011	2:41	2:39	2:44	2:44	2:48	13:36
		2012	2:24	2:35	2:40	2:42	2:31	12:52
		2013	2:26	2:28	2:32	2:36	2:23	12:25
		2014	2:39	2:36	2:31	2:23	2:11	12:20
		2015	2:45	2:30	2:30	2:30	2:21	12:36
		2016	2:15	2:18	2:14	2:30	2:19	11:36
		2016	2:33	2:27	2:21	2:23	2:13	11:57
		2017	2:12	2:15	2:19	2:19	2:15	11:20
Detlef Otten	62	2003	2:16	2:20	2:22	2:26	2:16	11:40
		2005	2:14	2:16	2:30	2:28	2:23	11:51

		2006	2:25	2:26	2:25	2:29	2:26	12:11
		2007	2:26	2:30	2:33	2:38	2:33	12:40
		2009	2:27	2:30	2:30	2:29	2:27	12:23
		2012	2:34	2:37	2:41	2:43	2:40	13:15
		2014	2:38	2:39	2:39	2:41	2:40	13:17
		2017	2:47	2:49	2:50	2:50	2:51	14:07
Jeannette Horn	70	2003	2:36	2:49	2:49	2:50	2:48	13:52
		2004	2:31	2:41	2:42	2:46	2:44	13:24
		2005	2:25	2:31	2:32	2:29	2:28	12:25
		2006	2:28	2:28	2:26	2:29	2:29	12:20
		2007	2:21	2:33	2:37	2:40	2:33	12:44
		2008	2:23	2:26	2:32	2:35	2:33	12:29
		2009	2:23	2:28	2:29	2:29	2:25	12:14
		2011	2:34	2:40	2:41	2:40	2:33	13:08
Christian Kellerer	69	1996	1:59	2:14	2:11	2:15	2:13	10:52
		1998	2:00	2:13	2:14	2:10	2:07	10:44
		1999	2:10	2:16	2:24	2:27	2:22	11:39
		2000	2:14	2:20	2:22	2:21	2:12	11:29
		2001	2:20	2:19	2:19	2:19	2:25	11:42
		2007	2:17	2:15	2:14	2:15	2:22	11:23
		2008	2:19	2:22	2:23	2:29	2:22	11:55
		2009	2:18	2:21	2:25	2:20	2:25	11:49
Christiane Spallek	65	1985	2:15	2:39	2:35	2:37	2:27	12:33
		1988	2:13	2:24	2:27	2:36	2:23	12:03
		1992	2:23	2:27	2:32	2:40	2:23	12:25
		1996	2:14	2:21	2:21	2:20	2:16	11:32
		1997	2:10	2:19	2:22	2:18	2:15	11:24
		1999	2:10	2:18	2:17	2:16	2:11	11:12
		2001	2:04	2:15	2:15	2:12	2:11	10:57
		2002	2:09	2:17	2:16	2:16	2:12	11:10
Lars Haack	70	1985	2:03	2:03	2:10	2:18	2:12	10:46
		1986	1:58	2:05	2:12	2:14	2:08	10:37
		1987	1:48	2:10	2:21	2:28	2:29	11:16
		1988	1:46	2:01	2:02	2:05	1:57	9:51
		1990	1:55	2:00	2:01	2:08	2:04	10:08
		1992	1:53	2:04	2:10	2:10	2:03	10:20
		1996	2:02	2:01	2:03	2:10	2:09	10:25
		1997	2:07	2:09	2:08	2:16	2:09	10:49
Uwe Heidner	71	1985	1:51	2:00	2:07	2:12	2:11	10:21
		1986	1:58	1:58	1:42	2:00	1:54	9:32
		1987	1:49	1:58	1:59	2:03	2:05	9:54
		1988	1:44	1:53	1:56	1:54	1:52	9:19
		1991	1:44	1:51	1:58	1:54	1:53	9:20
		1992	1:48	1:52	1:56	1:55	1:53	9:24
		1993	1:49	1:49	1:50	1:54	1:54	9:16
		1995	1:55	1:54	1:57	1:53	1:56	9:35
Lars Hunsche	70	1987	1:49	1:54	2:04	2:07	1:50	9:44
		1988	1:43	1:51	1:49	1:44	1:50	8:57
		1990	1:50	1:55	1:54	1:55	1:54	9:28
		1991	1:53	2:01	2:02	2:08	1:50	9:54
		1992	1:50	1:53	1:56	1:58	1:48	9:25
		1993	1:51	2:01	1:57	1:56	1:56	9:41
		1994	1:46	1:55	1:55	1:52	1:49	9:17
		1995	1:47	1:53	1:58	1:58	1:55	9:31

Andref Kliem	69	1982	2:31	2:40	2:52	2:49	2:51	13:43
		1983	2:20	2:33	2:28	2:32	2:31	12:24
		1985	2:04	2:18	2:23	2:22	2:20	11:27
		1986	2:04	2:25	2:20	2:24	2:21	11:34
		1990	1:59	2:14	2:26	2:26	2:19	11:14
		1991	2:06	2:11	2:16	2:16	2:17	11:06
		1992	1:57	2:10	2:11	2:15	2:06	10:39
		1993	1:59	2:08	2:13	2:14	2:06	10:40
Thomas Ahrens	71	2003	2:16	2:30	2:37	2:37	2:37	12:37
		2012	2:28	2:39	2:54	2:59	2:54	13:54
		2013	2:35	2:38	2:42	2:45	2:48	13:28
		2014	2:41	2:46	2:42	2:48	2:49	13:46
		2015	2:35	2:47	2:52	2:53	2:52	13:59
		2016	2:43	2:41	2:46	2:52	2:51	13:53
		2017	2:31	2:49	2:56	2:53	2:58	14:07
Detlef Kasig	63	2003	2:32	2:43	2:48	2:49	2:48	13:40
		2007	2:39	2:46	2:53	2:53	2:58	14:09
		2009	2:50	2:56	3:00	3:05	2:59	14:50
		2012	2:52	3:04	3:13	3:12	3:12	15:33
		2013	2:54	3:01	3:07	3:06	3:06	15:14
		2014	3:03	3:24	3:31	3:32	3:33	17:03
Frank Dams	65	2000	2:24	2:41	2:40	2:40	2:43	13:08
		2001	2:22	2:31	2:33	2:33	2:35	12:34
		2002	2:25	2:38	2:36	2:37	2:40	12:56
		2003	2:29	2:39	2:44	2:44	2:49	13:25
		2006	2:29	2:37	2:41	2:44	2:41	13:12
		2007	2:32	2:36	2:38	2:41	2:39	13:06
		2013	2:28	2:39	2:38	2:40	2:39	13:04
Benjamin Horn	94	2003	2:51	2:48	3:03	3:06	3:17	15:05
		2004	2:37	2:40	2:40	2:44	2:43	13:24
		2005	2:22	2:31	2:31	2:34	2:29	12:27
		2006	2:23	2:29	2:31	2:35	2:34	12:32
		2007	2:17	2:23	2:26	2:25	2:20	11:51
		2009	2:02	2:03	2:08	2:08	2:06	10:27
		2013	2:11	2:55	3:23	2:56	2:38	14:03
Jens Seddig	65	2003	2:12	2:12	2:16	2:19	2:16	11:15
		2004	1:57	2:11	2:14	2:15	2:11	10:48
		2005	2:07	2:11	2:15	2:15	2:10	10:58
		2006	2:11	2:17	2:18	2:20	2:16	11:22
		2007	2:07	2:14	2:19	2:23	2:15	11:18
		2008	2:16	2:22	2:24	2:21	2:14	11:37
		2009	2:15	2:24	2:25	2:29	2:29	11:53
Daniel Schwietert	77	2001	2:15	2:20	2:25	2:22	2:18	11:40
		2002	2:05	2:06	2:09	2:12	2:11	10:43
		2003	2:07	2:10	2:05	2:09	2:09	10:40
		2005	1:59	2:04	2:02	2:04	2:02	10:11
		2006	1:59	2:04	2:04	2:05	2:05	10:17
		2008	2:04	2:09	2:09	2:12	2:05	10:39
		2009	2:01	2:04	2:06	2:04	1:59	10:14
Lars Gronewold	73	1987	1:50	1:59	2:04	2:07	2:06	10:06
		1988	1:49	1:51	1:48	1:56	1:56	9:20
		1992	1:42	1:48	1:49	1:51	1:49	8:59
		1997	1:49	1:51	1:58	1:58	1:58	9:34

		2000	1:47	1:55	1:54	1:55	1:51	9:22
		2001	1:49	1:53	1:52	1:53	1:49	9:16
		2002	1:58	1:59	2:02	2:03	1:55	9:57
Uwe Totzke	65	1994	2:01	2:02	2:04	2:04	2:05	10:16
		1995	1:59	2:02	2:01	2:03	1:57	10:02
		1996	2:04	2:05	2:04	2:05	2:02	10:20
		1997	2:02	2:02	2:03	2:03	2:03	10:13
		1998	1:57	2:01	2:06	2:03	2:09	10:16
		2001	1:57	1:59	2:02	2:04	2:04	10:06
		2002	2:02	2:08	2:11	2:10	2:12	10:43
Eike Steinbrück	79	1993	2:03	2:12	2:06	2:32	2:22	11:15
		1994	2:03	2:09	2:12	2:27	2:04	10:55
		1995	2:06	2:10	2:16	2:37	2:08	11:17
		1997	1:59	2:07	2:09	2:11	2:21	10:47
		1998	2:01	2:05	2:07	2:01	2:16	10:30
		1999	2:05	2:07	2:13	2:18	2:13	10:56
		2001	1:55	1:58	2:03	2:09	2:13	10:18
Thomas Raddatz	71	1988	1:54	1:57	2:01	2:02	1:58	9:52
		1990	1:52	1:59	2:07	1:59	2:01	9:58
		1991	1:48	1:51	1:57	1:55	1:53	9:24
		1992	1:45	1:53	1:57	1:58	1:56	9:29
		1993	1:50	1:53	1:56	2:00	1:57	9:36
		1994	1:38	1:48	1:55	1:51	1:54	9:06
		1996	1:47	1:55	1:55	1:56	1:57	9:30
Lena Baller	95	2011	3:09	3:04	3:10	3:19	3:21	16:03
		2012	3:02	3:02	3:07	3:15	3:13	15:39
		2013	2:39	2:46	2:50	2:59	2:59	14:13
		2015	3:04	3:00	2:59	3:01	3:04	15:08
		2016	2:42	2:42	2:46	2:45	2:52	13:47
		2017	2:53	2:59	3:01	2:59	3:03	14:55
Thomas Schöndube-Schäfer	68	2009	2:09	2:21	2:23	2:24	2:25	11:42
		2011	2:12	2:25	2:27	2:35	2:27	12:06
		2012	2:21	2:28	2:31	2:33	2:27	12:20
		2015	2:35	2:35	2:42	2:44	2:48	13:24
		2016	2:38	2:36	2:47	2:51	2:52	13:44
		2017	2:35	2:49	2:57	3:00	2:56	14:17
Dr. Heike Piotrowski	82	2008	2:17	2:26	2:31	2:27	2:28	12:09
		2009	2:14	2:26	2:28	2:28	2:26	12:02
		2011	2:37	2:37	2:38	2:37	2:33	13:02
		2012	2:11	2:21	2:21	2:22	2:22	11:37
		2014	2:12	2:21	2:25	2:20	2:24	11:42
		2017	2:20	2:24	2:22	2:24	2:27	11:57
Carsten Piotrowski	79	2008	2:06	2:28	2:27	2:29	2:28	11:58
		2009	2:06	2:15	2:23	2:23	2:18	11:25
		2011	2:08	2:18	2:16	2:13	2:14	11:09
		2012	2:09	2:06	2:10	2:10	2:11	10:46
		2014	2:17	2:10	2:13	2:16	2:16	11:12
		2017	2:07	2:09	2:12	2:10	2:10	10:48
Sören Otten	94	2003	2:45	2:51	2:59	3:05	3:12	14:52
		2005	2:28	2:37	2:34	2:35	2:38	12:52
		2006	2:21	2:31	2:31	2:32	2:32	12:27
		2007	2:19	2:23	2:24	2:25	2:25	11:56
		2009	2:02	2:00	2:04	2:06	2:04	10:16
		2017	1:53	1:58	2:00	2:05	1:59	9:52

Robin Helling ist 2017 in beiden Läufen gestartet.	01	2012	2:10	2:21	2:27	2:24	2:21	11:43
		2013	2:19	2:29	2:30	2:26	2:23	12:07
		2015	2:01	2:14	2:15	2:15	2:05	10:50
		2016	1:51	2:04	2:10	2:14	2:06	10:25
		2017	2:02	2:15	2:19	2:19	2:16	11:11
		2017	2:12	2:24	2:28	2:29	2:24	11:57
Melanie Otte	72	2011	2:46	2:49	2:50	2:51	2:50	14:06
		2012	2:48	2:49	2:50	2:52	2:50	14:09
		2013	3:02	3:01	3:00	2:59	2:59	15:01
		2014	2:48	2:56	2:56	2:55	2:53	14:28
		2015	2:58	2:57	2:58	2:57	2:59	14:49
		2016	2:50	2:52	2:54	2:53	2:55	14:24
Chris-Manuel Horn	96	2005	2:30	2:39	2:38	2:41	2:35	13:03
		2007	2:26	2:38	2:46	2:44	2:34	13:08
		2009	2:12	2:18	2:28	2:34	2:39	12:11
		2011	2:10	2:20	2:32	2:26	2:25	11:53
		2012	2:14	2:25	2:32	2:40	2:19	12:10
		2013	2:10	2:25	2:50	2:22	2:47	12:34
Malte Thumann	92	2005	2:24	2:28	2:32	2:33	2:32	12:29
		2006	2:12	2:26	2:31	2:32	2:24	12:05
		2007	2:16	2:17	2:27	2:32	2:21	11:53
		2008	2:16	2:41	2:42	2:43	2:31	12:53
		2009	2:18	2:29	2:24	2:43	2:31	12:53
		2013	2:36	2:40	2:46	2:59	2:49	13:50
Charly Kowollik	57	2002	2:12	2:20	2:25	2:23	2:24	11:44
		2003	2:14	2:21	2:17	2:23	2:22	11:37
		2004	2:18	2:21	2:21	2:26	2:24	11:50
		2007	2:11	2:18	2:21	2:21	2:28	11:39
		2008	2:13	2:19	2:21	2:23	2:22	11:38
		2012	2:11	2:25	2:25	2:27	2:26	11:54
Markus Zirklewski	86	2001	2:15	2:27	2:24	2:41	2:34	12:21
		2002	2:14	2:19	2:18	2:23	2:22	11:36
		2003	2:18	2:21	2:28	2:30	2:34	12:11
		2006	2:09	2:21	2:22	2:23	2:15	11:30
		2007	2:07	2:07	2:08	2:09	2:10	10:41
		2009	2:12	2:23	2:24	2:29	2:29	11:57
Michael Mäschtig	77	2001	1:51	1:53	1:56	1:55	1:56	9:31
		2002	1:56	2:00	1:55	1:59	2:03	9:53
		2003	1:49	1:55	1:58	1:58	1:57	9:37
		2004	1:56	2:00	2:01	2:02	2:00	9:59
		2006	1:54	1:57	1:57	1:59	2:01	9:48
		2008	1:53	1:59	2:01	2:05	2:05	10:03
Beatrix Sandstede	57	1992	2 :38	2 :40	2 :42	2 :46	2 :46	13 :32
		1993	2 :34	2 :48	2 :50	2 :48	2 :48	13 :48
		1994	2 :37	2 :40	2 :41	2 :43	2 :40	13 :21
		1995	2 :32	2 :33	2 :34	2 :35	2 :40	12 :54
		1996	2 :39	2 :40	2 :40	2 :37	2 :39	13 :15
		1997	2 :42	2 :45	2 :45	2 :50	2 :48	13 :50
Claas Riemer	75	1991	2:08	2:16	2:25	2:23	2:22	11:34
		1992	2:05	2:07	2:18	2:20	2:14	11:04
		1993	2:02	2:13	2:16	2:18	2:19	11:08
		1994	2:11	2:10	2:15	2:12	2:07	10:55
		1995	2:13	2:11	2:09	2:15	2:10	10:58
		1996	2:05	2:05	2:13	2:14	2:07	10:44

Thomas Oppermann	69	1982	2:31	2:49	2:56	2:46	2:55	13:57
		1984	2:08	2:20	2:28	2:26	2:29	11:51
		1985	2:04	2:13	2:19	2:20	2:18	11:14
		1986	2:03	2:12	2:13	2:12	2:10	10:50
		1987	2:00	2:10	2:10	2:14	2:11	10:45
		1988	1:54	2:01	2:00	1:56	2:00	9:51
Bernd Mischke	73	1987	2:01	2:10	2:15	2:16	2:10	10:52
		1988	1:59	2:13	2:12	2:14	2:03	10:41
		1990	1:53	2:03	2:12	2:09	1:50	10:07
		1991	1:57	2:03	2:08	2:07	2:02	10:17
		1992	1:58	2:00	2:01	2:07	1:46	9:52
		1993	1:58	2:05	2:07	2:08	1:53	10:11
Andreas Fieger	64	2013	2:27	2:33	2:32	2:36	2:29	12:37
		2014	2:40	2:35	2:35	2:37	2:38	13:05
		2015	2:32	2:30	2:32	2:37	2:37	12:48
		2016	2:33	2:31	2:34	2:36	2:35	12:45
		2017	2:30	2:29	2:34	2:34	2:34	12:41
Tanja Schröder	70	2009	2:39	2:44	2:51	2:47	2:54	13:55
		2014	2:31	2:31	2:36	2:34	2:34	12:46
		2015	2:38	2:40	2:38	2:38	2:35	13:09
		2016	2:28	2:30	2:32	2:37	2:35	12:42
		2017	2:37	2:43	2:41	2:42	2:42	13:25
Sandra Junge	72	2012	3:08	3:31	3:39	3:36	3:29	17:23
		2013	3:12	3:29	3:35	3:38	3:42	17:36
		2015	3:13	3:13	3:26	3:30	3:33	16:55
		2016	3:07	3:18	3:22	3:27	3:25	16:39
		2017	3:13	3:22	3:27	3:36	3:39	17:17
Jens Zählke	64	2009	2:29	2:35	2:43	2:44	2:41	13:12
		2011	2:27	2:37	2:41	2:44	2:43	13:12
		2012	2:31	2:37	2:38	2:41	2:41	13:08
		2014	2:40	2:47	2:46	2:51	2:52	13:56
		2017	2:44	2:49	2:51	2:56	2:57	14:17
Morten Otten	97	2006	2:36	2:42	2:40	2:49	2:45	13:32
		2007	2:28	2:33	2:31	2:34	2:33	12:39
		2009	2:22	2:31	2:34	2:42	2:34	12:43
		2012	2:11	2:20	2:19	2:23	2:22	11:35
		2013	2:08	2:17	2:15	2:18	2:14	11:12
Wilfried Meinen	53	2002	2:30	2:33	2:37	2:34	2:33	12:47
		2003	2:35	2:45	2:46	2:51	2:52	13:49
		2006	2:27	2:37	2:54	2:55	2:37	13:30
		2007	2:38	2:40	2:40	2:46	2:43	13:27
		2013	2:55	2:57	3:01	3:00	2:57	14:50
Julien Hörig	94	2005	2:37	2:39	2:32	2:37	2:28	12:24
		2006	2:23	2:23	2:28	2:30	2:37	12:21
		2007	2:18	2:27	2:34	2:34	2:31	12:24
		2008	2:06	2:08	2:09	2:08	2:15	10:46
		2009	2:02	1:58	2:00	2:03	1:58	10:01
Norbert Weinberg	61	2003	2:07	2:11	2:10	2:12	2:14	10:54
		2004	2:08	2:11	2:11	2:14	2:14	10:58
		2006	2:11	2:12	2:10	2:10	2:14	10:57
		2007	2:09	2:11	2:11	2:14	2:16	11:01
		2008	2:11	2:14	2:15	2:14	2:15	11:09
Gunter Weiland	53	1991	2:07	2:14	2:12	2:07	2:06	10:46
		1992	1:56	2:05	2:08	2:08	2:01	10:18

		1994	2:04	2:13	2:15	2:21	2:20	11:13
		2001	2:14	2:24	2:23	2:24	2:25	11:50
		2008	2:30	2:30	2:28	2:26	2:25	12:19
Wilfried Holzerland	46	1992	1:57	2:09	2:12	2:13	2:14	10:45
		1993	1:57	2:16	2:18	2:16	2:14	11:01
		1995	2:16	2:16	2:17	2:17	2:19	11:25
		2002	2:09	2:18	2:25	2:19	2:21	11:32
		2004	2:22	2:25	2:25	2:23	2:19	11:54
Malte Abraham	82	1995	2:19	2:21	2:28	2:30	2:21	11:59
		1996	2:04	2:08	2:13	2:16	2:10	10:51
		1997	1:55	2:01	2:08	2:06	2:02	10:12
		1998	1:47	1:53	1:59	2:01	1:56	9:36
		2001	1:43	1:51	1:57	2:00	1:57	9:28
Soenke Tiarks	78	1994	2:10	2:16	2:24	2:19	2:20	11:29
		1995	2:12	2:12	2:21	2:23	2:19	11:27
		1996	2:13	2:29	2:30	2:30	2:28	12:10
		1997	2:17	2:30	2:29	2:35	2:26	12:17
		1998	2:11	2:21	2:25	2:26	2:24	11:47
Heinz Hippler	47	1991	2:03	2:15	2:17	2:18	2:16	11:09
		1992	2:10	2:15	2:14	2:15	2:15	11:09
		1993	2:09	2:16	2:17	2:18	2:17	11:17
		1995	2:18	2:18	2:19	2:20	2:21	11:36
		1997	2:19	2:26	2:26	2:26	2:25	12:02
Volker Laabs	70	1987	1:58	2:07	2:09	2:14	2:09	10:37
		1988	1:52	2:03	2:00	2:03	2:00	9:58
		1990	1:57	2:03	2:04	2:11	2:03	10:18
		1991	2:04	2:03	2:06	2:07	2:08	10:28
		1994	1:59	2:07	2:04	2:05	2:03	10:18
Markus Schellenberg	71	1983	2:20	2:30	2:25	2:29	2:31	12:15
		1984	2:07	2:09	2:14	2:18	2:15	11:03
		1985	2:03	2:20	2:12	2:17	2:13	11:05
		1986	2:04	2:09	2:08	2:11	2:11	10:43
		1988	1:53	2:00	2:04	2:02	2:02	10:01
Christoph Löwner	69	1982	2:17	2:27	2:33	2:31	2:19	12:07
		1983	2:10	2:10	2:16	1:55	2:08	10:39
		1985	1:48	2:00	1:56	2:02	2:01	9:47
		1986	1:56	2:03	2:07	2:06	2:04	10:16
		1988	1:55	2:02	2:06	2:06	1:59	10:08
Horst Schröder	56	2009	2:20	2:30	2:31	2:32	2:28	12:21
		2015	2:29	2:41	2:41	2:40	2:33	13:04
		2016	2:25	2:31	2:28	2:33	2:30	12:27
		2017	2:30	2:33	2:38	2:38	2:37	12:56
Matthias Körn	76	2013	2:10	2:21	2:22	2:23	2:21	11:37
		2014	2:05	2:24	2:29	2:29	2:20	11:47
		2015	2:10	2:17	2:21	2:20	2:22	11:30
		2016	2:11	2:31	2:31	2:27	2:32	12:12
Jörg Bruns	62	2009	2:23	2:31	2:34	2:35	2:37	12:40
		2011	2:25	2:33	2:31	2:27	2:30	12:26
		2012	2:26	2:27	2:33	2:34	2:36	12:36
		2014	2:46	2:44	2:51	2:51	2:50	14:02
Jonathan Stephan	95	2009	2:08	2:13	2:20	2:26	2:21	11:28
		2011	2:03	2:06	2:08	2:11	2:04	10:32
		2012	2:05	2:12	2:21	2:21	2:22	11:21
		2013	2:11	2:19	2:19	2:18	2:11	11:18

Rolf Rocker	61	1986	1:57	2:04	2:13	2:13	2:11	10:38
		1988	1:53	1:58	2:03	1:59	2:03	9:56
		2008	2:24	2:25	2:27	2:25	2:24	12:05
		2009	2:35	2:35	2:35	2:36	2:36	12:57
Jan-Hendrik Hans	87	2005	1:59	2:10	2:15	2:21	2:27	11:12
		2006	2:05	2:06	2:11	2:15	2:18	10:55
		2007	2:07	2:13	2:09	2:08	2:03	10:40
		2008	1:52	2:00	2:04	2:08	2:03	10:07
Katja Leschik	89	2005	2:28	2:41	2:47	2:50	2:40	13:26
		2006	2:22	2:33	2:35	2:39	2:35	12:44
		2007	2:24	2:32	2:37	2:38	2:38	12:49
		2008	2:30	2:52	2:47	2:55	2:52	13:56
Silvia Hörig	62	2004	2:34	2:46	2:51	2:48	2:46	13:45
		2005	2:27	2:52	2:43	2:45	2:42	13:29
		2006	2:31	2:45	2:36	2:35	2:29	12:56
		2008	2:32	2:43	2:38	2:37	2:36	13:06
Joel Hörig	96	2004	2:38	2:43	2:48	2:45	2:44	13:38
		2005	2:26	2:41	2:35	2:38	2:34	12:54
		2006	2:26	2:30	2:35	2:34	2:29	12:34
		2007	2:34	2:45	2:51	2:41	2:35	13:26
Sebastian Brendel	92	2006	2:21	2:23	2:23	2:25	2:18	11:50
		2007	2:05	2:06	2:10	2:06	2:07	10:34
		2008	1:54	1:59	2:04	2:04	2:03	10:04
		2009	2:01	2:02	2:05	2:10	2:05	10:23
Alfred Knoblauch	61	2005	2:15	2:13	2:14	2:16	2:16	11:14
		2006	2:08	2:11	2:12	2:14	2:14	10:59
		2007	2:15	2:18	2:18	2:17	2:17	11:25
		2009	2:13	2:16	2:17	2:16	2:14	11:16
Wilfried Feil	43	1997	2:23	2:27	2:33	2:33	2:32	12:28
		2002	2:32	2:30	2:27	2:33	2:32	12:34
		2006	2:36	2:35	2:41	2:44	2:39	13:15
		2009	2:50	2:39	2:46	2:49	2:46	13:50
Marc Kowollik	85	2002	1:59	2:24	2:29	2:25	2:17	11:34
		2003	2:03	2:14	2:14	2:22	2:13	11:06
		2004	2:14	2:13	2:16	2:13	2:11	11:07
		2007	2:06	2:06	2:15	2:25	2:24	11:16
Klaus Kieselhorst	59	2001	2:33	2:26	2:26	2:31	2:31	12:27
		2002	2:18	2:29	2:31	2:31	2:28	12:17
		2005	2:11	2:27	2:31	2:32	2:28	12:09
		2007	2:21	2:30	2:30	2:34	2:34	12:29
Carmen Kropp	77	1995	2:34	2:37	2:47	2:48	2:43	13:29
		1996	2:35	2:36	2:33	2:37	2:42	13:03
		2002	2:24	2:25	2:26	2:28	2:27	12:10
		2003	2:25	2:31	2:33	2:35	2:32	12:36
Uwe Rohlfs	69	1998	2:09	2:17	2:17	2:19	2:17	11:19
		1999	2:05	2:10	2:13	2:12	2:15	10:55
		2000	2:07	2:10	2:11	2:14	2:12	10:54
		2002	2:17	2:19	2:19	2:19	2:20	11:34
Martin Kohlwes	78	1997	1:58	2:02	2:05	2:07	2:01	10:13
		1999	1:54	1:57	1:58	1:58	1:56	9:43
		2000	2:02	1:57	1:58	2:01	1:56	9:54
		2001	1:54	1:55	1:55	1:55	1:52	9:31
Nils-Henning Seidel	84	1996	2:22	2:27	2:30	2:35	2:34	12:28

		1997	2:21	2:22	2:22	2:22	2:12	11:39
		1998	2:08	2:12	2:14	2:14	2:10	10:58
		1999	2:08	2:09	2:07	2:05	2:01	10:30
Axel Domeyer	83	1995	2:25	2:30	2:32	2:33	2:34	12:34
		1996	2:22	2:29	2:32	2:32	2:38	12:33
		1997	2:17	2:25	2:28	2:29	2:28	12:07
		1998	2:08	2:19	2:21	2:21	2:23	11:32
Nicole Schikowski	77	1990	2:19	2:44	2:44	2:49	2:46	13:22
		1991	2:30	2:49	2:54	2:53	3:04	14:10
		1993	2:22	2:20	2:24	2:27	2:25	11:58
		1994	2:22	2:34	2:40	2:39	2:40	12:55
Swenja Heiden	69	1982	2:32	2:45	2:56	2:57	2:53	14:03
		1983	2:30	2:28	3:03	2:45	2:46	13:32
		1984	2:23	2:29	2:34	2:36	2:37	12:39
		1985	2:40	2:30	2:35	2:45	2:44	13:14
Thomas Kischel	68	1983	2:20	2:25	2:25	2:35	2:35	12:20
		1984	1:46	2:07	2:17	2:19	2:08	10:37
		1985	2:00	2:05	1:59	2:18	2:10	10:32
		1986	1:54	2:11	2:11	2:14	2:03	10:33
Imke Schiersch	70	1988	2:11	2:18	2:26	2:26	2:23	11:44
		1990	2:05	2:14	2:19	2:18	2:14	11:10
		1992	2:06	2:27	2:33	2:33	2:30	12:09
		1993	2:18	2:23	2:29	2:28	2:22	12:00
Horst Becker	66	2015	2:30	2:32	2:37	2:35	2:33	12:47
		2016	2:28	2:35	2:36	2:35	2:32	12:46
		2017	2:29	2:36	2:34	2:40	2:41	13:00
Thomas Klingenberg	71	2013	2:19	2:27	2:25	2:26	2:23	12:00
		2016	2:10	2:13	2:16	2:19	2:16	11:14
		2017	2:12	2:20	2:20	2:18	2:16	11:26
Samantha Horn	97	2011	2:25	2:34	2:35	2:32	2:34	12:38
		2012	2:31	2:43	2:52	3:00	3:01	14:07
		2017	2:26	2:35	2:37	2:41	2:42	13:01
Moritz Junge	03	2014	2:43	3:02	3:05	3:09	3:10	15:09
		2015	2:45	2:55	3:01	3:07	3:09	14:57
		2016	2:39	2:45	2:42	2:47	2:48	13:41
Saskia Bischoff	98	2011	2:57	3:02	3:08	3:21	3:28	15:56
		2014	2:38	2:41	2:48	3:01	3:00	14:08
		2016	2:33	2:35	2:38	2:43	2:40	13:09
Mario Falk	75	2014	2:16	2:21	2:28	2:27	2:30	12:02
		2015	2:40	2:57	3:04	3:07	3:11	14:59
		2016	2:12	2:27	2:31	2:37	2:30	12:17
Vidina Cabrera-Otten	70	2011	2:40	2:48	2:53	2:52	2:50	14:03
		2012	2:42	2:44	2:46	2:47	2:48	13:47
		2014	3:13	2:56	3:00	2:56	2:59	15:04
Astrid Ahrendt	57	2013	3:12	3:13	3:21	3:17	3:18	16:21
		2014	3:34	3:20	3:26	3:23	3:16	16:59
		2015	3:23	3:39	3:35	3:37	3:41	17:55
Jürgen Armonies	54	2012	2:29	2:31	2:34	2:38	2:34	12:46
		2013	2:36	2:42	2:42	2:41	2:35	13:16
		2015	2:46	2:49	2:46	2:44	2:42	13:47
Nicolas Luhr	96	2011	2:52	2:49	2:42	2:38	2:45	13:46
		2012	2:23	2:34	2:37	2:38	2:35	12:47
		2015	2:11	2:12	2:19	2:21	2:08	11:11

Mario Kretschmer	75	2012	2:45	2:47	2:58	2:58	3:00	14:28
		2013	2:42	2:50	2:59	2:58	2:58	14:27
		2015	2:44	2:44	2:45	2:50	2:44	13:47
Nico Greb	98	2009	2:33	2:36	2:57	2:53	2:32	13:31
		2011	2:48	3:03	3:17	3:06	3:03	15:17
		2012	2:23	2:26	2:30	2:33	2:29	12:21
Sönke Meinen	96	2007	2:27	2:34	2:38	2:36	2:41	12:56
		2009	2:16	2:22	2:26	2:27	2:21	11:52
		2012	2:13	2:21	2:21	2:23	2:16	11:26
Joachim Sprie-Hans	60	2005	2:08	2:18	2:26	2:28	2:30	11:50
		2007	2:10	2:26	2:31	2:32	2:30	12:09
		2009	2:18	2:25	2:26	2:25	2:25	11:59
Thomas Tappe	61	2003	2:12	2:21	2:26	2:27	2:31	11:57
		2004	2:14	2:23	2:24	2:24	2:22	11:47
		2009	2:17	2:19	2:22	2:22	2:22	11:42
Ralf Zabel	69	2005	1:55	2:00	2:02	2:06	2:01	10:04
		2006	2:08	2:11	2:13	2:16	2:15	11:03
		2008	2:07	2:12	2:12	2:10	2:10	10:51
Sascha Dessi	73	1990	1:57	2:03	2:09	2:10	2:12	10:31
		1995	1:55	1:59	2:06	2:07	1:59	10:06
		2008	1:51	2:02	2:04	2:04	2:03	10:04
Ann-Katrin Arlinghaus	89	2005	2:17	2:18	2:26	2:28	2:30	11:50
		2006	2:23	2:27	2:36	2:37	2:32	12:35
		2007	2:27	2:28	2:28	2:32	2:25	12:20
Bela Hörig	90	2004	2:17	2:12	2:17	2:18	2:09	11:13
		2006	2:12	2:11	2:12	2:12	2:02	10:49
		2007	2:12	2:15	2:21	2:17	2:09	11:14
Rudolf Kolbusch	56	2004	2:07	2:17	2:23	2:32	2:29	11:48
		2005	2:09	2:16	2:19	2:17	2:18	11:19
		2006	2:06	2:19	2:24	2:27	2:25	11:41
Peter de Groot	52	1997	2:21	2:24	2:26	2:29	2:25	12:05
		2002	2:26	2:29	2:29	2:32	2:31	12:27
		2006	2:28	2:30	2:33	2:32	2:32	12:35
Armin Klein	70	2002	2:02	2:06	2:02	2:03	2:03	10:16
		2003	2:01	2:05	2:06	2:05	2:00	10:17
		2004	1:57	2:02	2:02	2:04	2:03	10:08
André-René Richter	87	2002	2:17	2:14	2:22	2:32	2:33	11:58
		2003	2:16	2:21	2:27	2:27	2:35	12:06
		2004	2:14	2:26	2:28	2:27	2:21	11:56
Robert Bormann	44	2001	2:48	2:56	3:10	3:19	3:19	15:32
		2002	3:04	3:03	3:17	3:19	3:22	16:05
		2003	3:01	3:17	3:38	3:50	4:00	17:46
Thorsten Ohmann	65	1993	2:10	2:10	2:10	2:13	2:14	10:57
		1995	2:12	2:12	2:13	2:12	2:13	11:02
		2002	2:15	2:15	2:17	2:18	2:15	11:20
Thomas Janßen	65	1997	2:31	2:35	2:34	2:41	2:39	13:00
		2001	2:18	2:18	2:20	2:21	2:13	11:30
		2002	2:24	2:24	2:26	2:25	2:21	12:00
Verena Kreutzburg	78	1997	2:34	2:45	2:47	2:44	2:41	13:31
		1998	2:15	2:25	2:36	2:35	2:26	12:17
		1999	2:31	2:27	2:32	2:26	2:24	12:20
Hartmut Krause	51	1994	2:11	2:13	2:13	2:16	2:16	11:09
		1995	2:13	2:17	2:20	2:20	2:17	11:27

		1996	2:12	2:14	2:17	2:16	2:18	11:17
Tobias Ahrens	79	1994	2:09	2:11	2:19	2:14	2:16	11:09
		1995	2:06	2:10	2:12	2:17	2:17	11:02
		1996	2:06	2:16	2:12	2:13	2:08	10:55
Gudrun Kubeja-Boehme	54	1992	2:40	2:44	2:43	2:45	2:42	13:34
		1994	2:33	2:41	2:41	2:39	2:36	13:10
		1996	2:27	2:32	2:34	2:34	2:32	12:39
Ralf Zimmermann	71	1993	1:54	2:00	2:01	2:00	2:01	9:56
		1994	1:52	1:58	1:55	1:56	1:50	9:31
		1996	1:56	1:59	1:59	2:02	2:02	9:58
Gunda Krause	58	1993	2:33	2:47	2:43	2:45	2:46	13:34
		1994	2:20	2:39	2:38	2:38	2:33	12:48
		1995	2:28	2:33	2:37	2:36	2:38	12:52
Christoph Diettrich	36	1992	2:29	2:28	2:28	2:28	2:28	12:21
		1994	2:21	2:27	2:30	2:32	2:30	12:20
		1995	2:28	2:28	2:31	2:31	2:27	12:27
Jan Wappler	75	1992	2:08	2:16	2:27	2:30	2:21	11:42
		1993	2:07	2:21	2:25	2:24	2:21	11:38
		1995	2:03	2:18	2:23	2:24	2:17	11:25
Mirja Kuhnert	72	1992	2:38	2:35	2:40	2:45	2:41	13:19
		1993	2:26	2:29	2:44	2:41	2:40	13:00
		1994	2:25	2:39	2:48	2:53	2:45	13:30
Annika Junge	73	1988	2:14	2:16	2:19	2:25	2:14	11:28
		1991	2:12	2:25	2:33	2:41	2:34	12:25
		1992	2:21	2:24	2:18	2:22	2:18	11:43
Jörg Richter	62	1982	2:10	2:11	2:06	2:06	2:08	10:41
		1984	1:43	2:04	2:08	2:07	2:03	10:05
		1985	1:49	2:00	1:59	2:02	2:03	9:53
Thomas Wiemken	70	1984	2:09	2:18	2:17	2:19	2:17	11:20
		1985	2:04	2:14	2:20	2:26	2:27	11:31
		1986	2:03	2:09	2:13	2:11	2:15	10:51
Max Junge	04	2014	3:18	3:27	3:25	3:26	3:35	17:11
		2017	2:45	2:57	2:58	3:09	3:08	14:57
Philipp Hoell	85	2011	2:11	2:14	2:12	2:15	2:20	11:12
		2017	2:14	2:19	2:21	2:23	2:22	11:39
Anja Schmidt	93	2015	2:17	2:21	2:27	2:25	2:34	12:04
		2016	2:44	2:46	2:50	2:49	2:48	13:57
Eske Riedel	01	2014	2:28	2:35	2:38	2:41	2:38	13:00
		2016	2:30	2:35	2:36	2:38	2:32	12:51
Felix Becker	99	2013	2:19	2:24	2:22	2:24	2:20	11:49
		2016	2:20	2:21	2:18	2:17	2:15	11:31
Annika Seibt	93	2013	2:13	2:40	2:40	2:35	2:39	12:47
		2016	2:23	2:36	2:38	2:40	2:39	12:56
Keno Maywald	07	2014	2:45	2:47	2:47	2:46	2:45	13:50
		2015	2:37	2:37	2:39	2:47	2:43	13:23
Stephan Maywald	70	2014	2:16	2:23	2:23	2:25	2:24	11:51
		2015	2:18	2:21	2:24	2:23	2:23	11:49
Timo Bruns	03	2014	2:20	2:22	2:20	2:29	2:26	11:57
		2015	2:12	2:16	2:18	2:20	2:15	11:21
Tobias Bruns	05	2014	2:32	2:48	2:33	2:37	2:46	13:16
		2015	2:28	2:26	2:36	2:37	2:23	12:30
Silja Reiser	03	2014	3:10	3:13	3:18	2:52	3:08	15:41

		2015	2:51	2:54	2:50	2:57	2:40	14:12
Lara-Sophie Maywald	04	2014	3:07	3:18	3:30	3:28	3:07	16:30
		2015	3:03	3:17	3:04	3:22	3:10	15:56
Tom Tornow	98	2013	2:15	2:20	2:22	2:25	2:31	11:53
		2015	2:16	2:27	2:36	2:47	2:47	12:53
Kathrin Körn	82	2013	3:31	3:35	3:40	3:44	3:45	18:15
		2014	3:25	3:17	3:26	3:21	3:22	16:51
Heiko Lockowandt	66	2012	2:30	2:30	2:36	2:40	2:39	12:55
		2013	2:28	2:31	2:33	2:35	2:32	12:39
Stefan Tornow	68	2011	2:20	2:21	2:26	2:30	2:27	12:04
		2012	2:21	2:25	2:26	2:22	2:20	11:54
Stephan Decker	65	2009	2:42	2:48	2:46	2:50	2:58	14:04
		2012	2:51	2:54	3:07	3:11	3:16	15:19
Nicola Bruns	72	2009	3:05	3:14	3:21	3:29	3:28	16:37
		2012	2:41	3:08	3:17	3:14	3:10	15:30
Patrick Kasig	88	2007	2:27	2:34	2:46	2:51	2:27	13:05
		2012	2:32	2:51	3:29	3:15	2:51	14:58
Florian Zählke	96	2009	2:30	2:30	2:34	2:35	2:31	12:40
		2011	2:23	2:25	2:25	2:25	2:23	12:01
Detlef Caspers	65	2008	2:11	2:15	2:13	2:19	2:20	11:18
		2009	2:12	2:15	2:18	2:21	2:20	11:26
Jakob Kukjan	83	2007	2:04	2:07	2:07	2:10	2:05	10:33
		2008	1:52	1:59	2:03	2:09	2:10	10:13
Patrik Dams	89	2006	2:10	2:48	2:58	2:59	2:41	13:36
		2007	2:31	2:38	2:37	2:33	2:31	12:50
Stephan Scherf	85	2004	2:13	2:19	2:20	2:19	2:28	11:39
		2007	2:17	2:22	2:33	2:42	2:45	12:39
Matthias Hering	86	2004	2:27	2:27	2:32	2:33	2:36	12:35
		2007	2:16	2:24	2:33	2:40	2:33	12:26
Jürgen Koch	63	2005	2:22	2:23	2:29	2:33	2:31	12:18
		2006	2:24	2:23	2:31	2:35	2:36	12:29
Celina Poppe	93	2005	2:56	3:09	3:17	3:10	3:31	16:03
		2006	2:39	2:45	2:47	2:51	2:47	13:49
Klaus Mück	68	2004	2:16	2:25	2:28	2:30	2:19	11:58
		2005	2:07	2:13	2:14	2:18	2:20	11:12
Sandra Schuster	69	2000	2:12	2:30	2:27	2:32	2:27	12:08
		2004	2:25	2:36	2:40	2:39	2:40	13:00
Udo Zirklewski	60	2002	2:18	2:17	2:20	2:21	2:19	11:35
		2003	2:22	2:23	2:27	2:32	2:30	12:14
Claudia Pirschel	81	1996	2:34	2:30	2:35	2:38	2:32	12:49
		2003	2:41	2:48	2:51	2:57	2:58	14:15
Martin Budweg	84	1999	2:07	2:05	2:05	2:11	2:13	10:41
		2002	1:57	2:02	2:03	2:07	1:59	10:08
Natalja Ivanova	78	1999	2:19	2:31	2:28	2:31	2:38	12:27
		2000	2:16	2:29	2:32	2:33	2:24	12:14
Gerriet Ohls	85	1998	2:07	2:04	2:07	2:10	2:07	10:35
		2000	2:10	2:05	2:05	2:06	2:02	10:28
Helmut Neudecker	52	1999	2:15	2:23	2:27	2:20	2:33	11:58
		2000	2:18	2:22	2:24	2:22	2:23	11:49
Jessica Ahrens	84	1996	2:40	2:37	2:35	2:34	2:26	12:52
		1997	2:32	2:31	2:31	2:36	2:30	12:40
Rudolf Budweg	49	1996	2:32	2:26	2:26	2:29	2:25	12:18

		1997	2:22	2:23	2:26	2:28	2:25	12:04
Manfred Pirschel	48	1994	2:13	2:19	2:22	2:21	2:21	11:36
		1997	2:15	2:38	2:33	2:37	2:36	12:39
Claus Patzelt	52	1991	2:14	2:20	2:22	2:18	2:17	11:31
		1997	2:24	2:24	2:27	2:23	2:18	11:56
Sven Huth	63	1994	2:03	2:04	2:06	2:05	2:05	10:23
		1996	2:07	2:12	2:13	2:15	2:17	11:04
Irene Badtke	41	1992	2:39	2:43	2:43	2:46	2:46	13:37
		1995	2:38	2:55	2:50	2:48	2:50	14:01
Waltraut Schellenberg	47	1992	2:34	2:37	2:39	2:36	2:38	13:04
		1995	2:32	2:31	2:30	2:31	2:32	12:36
Annette Henze	54	1993	2:29	2:30	2:28	2:30	2:29	12:26
		1994	2:27	2:38	2:32	2:32	2:29	12:38
Dietger Schulte	44	1992	2:15	2:30	2:33	2:35	2:26	12:19
		1993	2:13	2:31	2:37	2:36	2:30	12:27
Karla Fiedler	60	1992	2:28	2:28	2:30	2:30	2:24	12:20
		1993	2:28	2:33	2:36	2:41	2:40	12:58
Sabine Ahrens	42	1992	2:32	2:37	2:34	2:33	2:32	12:48
		1993	2:40	2:47	2:47	2:51	2:49	13:54
Jan Dröge	70	1982	2:17	2:27	2:36	2:44	2:42	12:46
		1983	2:20	2:30	2:30	2:44	2:37	12:41
Frank Klein	68	1985	1:49	2:00	2:06	2:04	2:00	9:59
		1986	1:59	1:58	2:00	2:00	1:56	9:53
Alste Schiersch	73	1990	2:28	2:45	2:47	2:59	2:46	13:45
		1992	2:41	2:34	2:43	2:43	2:36	13:17
Tim Marderwald	76	1991	2:09	2:27	2:23	2:26	2:23	11:48
		1992	1:55	2:05	2:08	2:13	2:04	10:25
David Ullmann	71	1986	2:03	2:23	2:20	2:22	2:18	11:26
		1988	2:05	2:16	2:16	2:21	2:19	11:17
Sven Renken	75	2012	2:45	2:57	3:11	3:20	3:20	15:33
		2015	2:40	2:54	2:55	3:00	2:54	14:23
Heere Eilers	90	2017	1:59	2:08	2:11	2:13	2:11	10:42
Paul Kaden	88	2017	2:03	2:11	2:09	2:09	2:08	10:43
Salmaan Ibrahim Salad	00	2017	1:57	2:16	2:23	2:19	2:12	11:07
Lasse Brudek	95	2017	2:02	2:18	2:18	2:22	2:16	11:16
Mario Thies	67	2017	2:27	2:30	2:30	2:30	2:30	12:27
Mirko Albrecht	78	2017	2:27	2:26	2:30	2:36	2:33	12:32
Henning Schütte	80	2017	2:32	2:39	2:51	2:52	2:49	13:43
Friederieke Runde	08	2017	2:58	3:03	3:12	3:19	3:01	15:33
Rhea Junge	07	2017	3:30	4:24	4:20	4:01	3:36	19:51
Matthias Dietrich	65	2016	2:21	2:29	2:31	2:29	2:32	12:22
Dominik Schmidt	76	2016	2:22	2:28	2:43	2:41	2:43	12:57
Manuel Hellmers	00	2016	2:10	2:23	2:32	2:43	3:03	12:51
Joey Unrein	01	2016	2:22	2:36	2:33	2:51	2:33	12:55
Rainer Becker	64	2016	2:28	2:35	2:42	2:48	2:45	13:18
Sarah Becker	02	2016	2:25	2:43	2:44	2:46	2:41	13:19
Annika Müller	02	2016	2:40	2:46	2:50	2:54	2:49	13:59
Kathrin Schultze	82	2016	3:19	3:22	3:24	3:32	3:29	17:06
Sebastian Schmicker	88	2015	2:13	2:10	2:10	2:09	2:02	10:44
Bianca Harms	73	2014	2:45	2:49	2:52	2:52	2:53	14:11
Leon Klemm	99	2014	2:38	2:42	2:58	2:57	2:49	14:04
Rüdiger Nabel	60	2014	2:38	2:36	2:30	2:59	2:38	13:21
Wolfgang Pößiger	48	2014	2:59	3:06	3:07	3:00	3:05	15:17

Kyra Frye	81	2014	3:05	3:19	3:30	3:23	3:10	16:27
Thomas Lockowandt	67	2013	2:24	2:29	2:32	2:35	2:35	12:35
Roberto Drockenmüller	62	2013	2:31	2:35	2:35	2:35	2:33	12:49
Thomas Beyer	72	2013	2:40	2:50	3:01	3:09	3:04	14:44
Anna Gutjahr	96	2013	2:41	3:00	2:59	2:57	2:53	14:30
Nyzette Born	96	2013	2:56	3:08	3:26	3:21	3:15	16:06
Burkhard Omland	57	2012	2:15	2:17	2:22	2:26	2:26	11:46
Guido Janssen	96	2012	2:05	2:15	2:33	2:39	2:45	12:17
Kristin Beyer	97	2012	2:41	2:53	3:00	3:00	2:53	14:27
Hajo Otte	68	2012	2:36	2:35	2:35	2:40	2:36	13:02
Tobias Coldewey	87	2012	2:32	2:59	3:16	3:03	3:03	14:54
Franziska Borchers	70	2012	3:00	3:13	3:10	3:10	3:11	15:44
Jochen Borchers	68	2012	2:33	2:39	2:39	2:39	2:38	13:08
Brunhilde Henze	55	2012	3:06	3:17	3:15	3:18	3:15	16:11
Michael Hinse	89	2011	2:05	2:07	2:10	2:11	2:12	10:45
Jasmin Pflüger	95	2011	2:5	3:11	3:14	3:18	3:20	15:44
Sven Vanderschott	75	2009	2:04	2:07	2:09	2:09	2:11	10:40
Milosz Miszczak	93	2009	2:26	2:30	2:30	2:31	2:20	12:17
Rabea Caspers	98	2009	2:31	2:27	2:33	2:33	2:30	12:34
Marita Caspers	67	2009	2:41	2:41	2:45	2:46	2:45	13:38
Hannah Großwendt	98	2009	2:44	2:54	3:10	3:12	2:59	14:59
Merle Matzke	94	2009	3:03	3:08	3:05	3:08	3:05	15:29
Romea Borchers	95	2009	2:52	2:58	3:12	3:12	3:18	15:32
Marlis Tappe	59	2008	2:30	2:36	2:36	2:34	2:27	12:43
Peter Brendel	59	2008	2:23	2:35	2:38	2:33	2:36	12:45
Anja Remrath	71	2008	2:59	2:55	3:06	3:05	3:07	15:12
Otto Steinberger	47	2008	2:54	3:05	3:08	3:03	3:03	15:13
Matthias Bulla	64	2007	2:17	2:21	2:18	2:20	2:14	11:30
Balthasar Wowczyk	89	2007	2:10	2:11	2:19	2:26	2:17	11:23
Dominik Sander	94	2007	2:23	2:29	2:35	2:34	2:33	12:34
Sebastian Baller	91	2007	2:23	2:34	2:40	2:41	2:35	12:53
Lennart Gutjahr	94	2007	2:20	2:21	2:24	2:32	2:23	12:00
Dominik Körber	94	2007	2:28	2:43	3:01	2:45	2:37	13:34
Kristina Sievers	89	2007	2:38	2:51	2:54	2:51	2:48	14:02
Malte Kieselhorst	96	2007	2:44	2:40	2:47	2:53	2:45	13:49
Michael Heyen	69	2006	1:57	2:08	2:06	2:09	2:07	10:27
Anna Carina Franzmeier	93	2005	2:39	2:57	3:10	3:03	2:58	14:47
Nicole Oelrichs	93	2005	2:56	3:03	3:14	3:09	3:30	15:52
Christine Oelrichs	90	2005	2:45	3:00	3:10	3:05	3:01	15:01
Florian Ellermann	78	2004	2:07	2:10	2:10	2:09	2:05	10:41
Timo Keil	86	2005	2:06	2:13	2:13	2:11	2:09	10:52
Thorsten Wieggers	79	2003	1:52	2:05	2:08	2:09	2:12	10:26
Martina Stift	61	2003	2:45	2:59	2:57	2:59	3:04	14:44
Herbert Eikens	52	2003	2:56	3:16	3:17	3:18	3:25	16:12
Heribert Mäschtig	49	2002	2:54	3:09	3:05	2:59	2:57	15:04
Rolf Eskuchen	44	2001	2:21	2:25	2:29	2:29	2:30	12:14
Silke Haiber	71	2000	2:11	2:28	2:34	2:34	2:35	12:22
Philipp Hainzinger		2000	2:12	2:09	2:19	2:21	2:15	11:16
Thomas Braje	67	1999	2:12	2:10	2:12	2:13	2:12	10:59
Christian Claassen	71	1998	1:56	2:03	2:04	2:05	2:05	10:13
Jan Christoph Patzelt	83	1997	2:32	2:27	2:30	2:34	2:23	12:26
Belayne Izadpanah	83	1997	1:56	2:01	2:04	2:10	2:03	10:14
Jörg Töpfer	66	1997	1:58	2:02	2:11	2:11	2:13	10:35
Jens Volker Ginschel	69	1997	2:04	2:09	2:13	2:11	2:10	10:47

Kim Kampmann	84	1996	2:40	2:36	2:39	2:42	2:40	13:17
Jens Domeyer	85	1996	2:41	2:38	2:40	2:42	2:46	13:27
Monika Leopold	73	1996	2:35	2:37	2:38	2:37	2:38	13:05
Katja Lim	62	1996	2:39	2:55	2:59	2:59	2:54	14:26
Giesbert Peuckmann	46	1996	2:32	2:32	2:33	2:38	2:35	12:50
Jürgen Schlundt	35	1996	2:39	2:41	2:42	2:44	2:42	13:28
Kurt Oetjen	50	1996	2:29	2:33	2:33	2:32	2:34	12:41
Winfried Plaege	52	1996	2:11	2:26	2:31	2:34	2:25	12:07
Aloys Tiemann	52	1996	2:12	2:20	2:21	2:23	2:22	11:38
Sven Tiedemann	74	1996	2:01	2:07	2:08	2:07	2:08	10:31
Georg Milonas	71	1996	2:07	2:13	2:13	2:15	2:17	11:05
Dirk Müller	63	1996	1:54	1:59	2:02	2:05	2:02	10:02
Willibald Mai	42	1995	2:21	2:28	2:31	2:30	2:28	12:18
Bernd Zöllner	40	1995	2:30	2:44	2:44	2:42	2:40	13:20
Dr. Klaus Wappler	43	1995	2:30	2:36	2:59	2:53	3:02	14:00
Waltraut Albers	45	1995	2:36	2:41	2:44	2:44	2:42	13:27
Holger Ritzel	66	1995	2:13	2:16	2:14	2:16	2:02	11:01
Lothar Schaul	48	1994	2:09	2:14	2:15	2:19	2:18	11:15
Silke Reichhardt	71	1994	2:40	2:45	2:46	2:50	2:44	13:45
Bernd Krüger	51	1993	2:13	2:25	2:28	2:25	2:18	11:49
Elfriede Willerts	36	1992	2:47	2:50	2:49	2:54	2:46	14:06
Peter Lenzen	45	1992	2:11	2:15	2:21	2:24	2:21	11:32
Jens Gottwald	76	1992	2:17	2:22	2:31	2:30	2:31	12:11
Heinz Gottwald	47	1992	2:19	2:37	2:37	2:43	2:42	12:58
Jens Tautenhahn	66	1992	2:09	2:15	2:15	2:22	2:17	11:18
Juergen Oertwig	29	1991	2:29	2:32	2:33	2:33	2:37	12:44
Dieter Fuchs	73	1990	1:55	2:06	2:17	2:16	2:07	10:41
Carsten Hauke	76	1990	2:19	2:33	2:35	2:30	2:35	12:32
Ingo Siemens	71	1988	1:55	2:06	2:09	2:13	2:01	10:24
Volker Bruns	72	1988	2:06	2:15	2:17	2:18	2:32	11:28
Mariam Ujeyl	73	1988	2:16	2:28	2:33	2:35	2:28	12:20
Susanne von Häfen	72	1988	2:27	2:35	2:39	2:40	2:36	12:57
Maren Will	74	1988	2:21	2:38	2:54	2:31	2:35	12:59
Gerd Kuhnert	48	1987	1:58	2:11	2:12	2:20	2:13	10:54
Günter Helmerichs	41	1987	1:58	2:07	2:26	2:28	2:27	11:26
Jörg Strahl	68	1986	2:02	2:10	2:21	2:13	2:11	10:57
Hendrik John	66	1986	1:57	2:04	2:03	2:09	2:09	10:22
Detlef Gottwald	70	1986	2:04	2:23	2:28	2:32	2:32	11:59
Helge John	69	1986	1:58	2:04	2:07	2:18	2:14	10:41
Maik Neumann	68	1986	2:29	2:35	2:28	2:32	2:33	12:37
Michael Rohleder	66	1985	2:03	2:12	2:12	2:18	2:04	10:49
Ben Diettrich	67	1985	1:56	2:01	2:03	2:02	2:01	10:03
Hans-Jörg Klemm	59	1984	1:52	1:58	1:57	2:00	1:59	9:46
Jens Guido Oeltermann	70	1984	2:03	2:07	2:15	2:10	2:07	10:42
Bernd Swysen	58	1984	1:50	2:02	1:57	1:58	1:56	9:43
Marcus Seidler	69	1984	2:05	2:29	2:41	3:11	2:52	13:18
Andreas Fuhrmann	69	1983	2:15	2:15	2:27	2:28	2:15	11:40
Rainer Uilderks	69	1983	2:15	2:20	2:25	2:30	2:27	11:57
Martin Opermann	65	1982	2:12	2:19	2:22	2:24	2:20	11:37

Bestenliste

Männer

<u>Pl.</u>	<u>Vorname Name</u>	<u>Jg.</u>	<u>Jahr</u>	<u>Zeit</u>	<u>Pl.</u>	<u>Vorname Name</u>	<u>Jg.</u>	<u>Jahr</u>	<u>Zeit</u>
1.	Lars Hunsche	70	1988	8:57	58.	Jonathan Stephan	95	2011	10:32
2.	Georg Diettrich	70	1994	8:58	59.	Jörg Töpfer	66	1997	10:35
3.	Lars Gronewold	73	1992	8:59	60.	Andref Kliem	69	1992	10:39
4.	Thomas Raddatz	71	1994	9:06	61.	Sven Vanderschott	75	2009	10:40
5.	Uwe Heidner	71	1993	9:16	62.	Markus Zirklewski	86	2007	10:41
6.	Niklas Kuhnert	74	1999	9:18		Helge John	69	1986	10:41
7.	Malte Abraham	82	2001	9:28		Dieter Fuchs	73	1990	10:41
8.	Ralf Zimmermann	71	1994	9:31		Florian Ellermann	78	2004	10:41
	Martin Kohlwes	78	2001	9:31	66.	Jens Guido Oeltermann	70	1984	10:42
	Michael Mäschtig	77	2001	9:31		Heere Eilers	90	2017	10:42
11.	Jürgen Reents	71	1998	9:42	68.	Paul Kaden	88	2017	10:43
12.	Bernd Swysen	58	1984	9:43	69.	Christian Kellerer	69	1998	10:44
13.	Michael Holzerland	70	1987	9:44		Claas Riemer	75	1996	10:44
14.	Hans-Jörg Klemm	59	1984	9:46		Sebastian Schmicker	88	2015	10:44
15.	Christoph Löwner	69	1985	9:47	72.	Wilfried Holzerland	46	1992	10:45
	Matthias Pirschel	78	1999	9:47		Michael Hinse	89	2011	10:45
17.	Lars Haack	70	1988	9:51	74.	Carsten Piotrowdki	82	2012	10:46
	Thomas Oppermann	69	1988	9:51	75.	Jens Volker Ginschel	69	1997	10:47
19.	Bernd Mischke	73	1992	9:52	76.	Jens Seddig	65	2004	10:48
	Sören Otten	94	2017	9:52	77.	Michael Rohleder	66	1985	10:49
21.	Frank Klein	68	1986	9:53		Bela Hörig	90	2006	10:49
22.	Jörg Richter	62	1985	9:55	79.	Thomas Wiemken	70	1986	10:51
23.	Rolf Rocker	61	1988	9:56	80.	Timo Keil	86	2005	20:52
24.	Sven Meinen	89	2009	9:57					
25.	Volker Laabs	70	1988	9:58					
26.	Markus Schellenberg	71	1988	10:01					
27.	Julien Hörig	94	2009	10:01					
28.	Uwe Totzke	65	1995	10:02					
	Dirk Müller	63	1996	10:02					
30.	Ben Diettrich	67	1985	10:03					
31.	Sebastian Brendel	92	2008	10:04					
	Ralf Zabel	69	2005	10:04					
	Sascha Dessi	73	1995	10:04					
34.	Jan-Hendrik Hans	87	2008	10:07					
35.	Martin Budweg	85	2002	10:08					
	Armin Klein	70	2004	10:08					
37.	Daniel Schwietert	77	2005	10:11					
38.	Christian Claassen	71	1998	10:13					
	Jakob Kukjan	83	2008	10:13					
40.	Belayne Izadpanah	83	1997	10:14					
41.	Eike Steinbrück	79	2001	10:18					
	Gunter Weiland	53	1992	10:18					
43.	Friedhelm Henze	52	1993	10:19					
44.	Klaus Heidner	48	1993	10:20					
45.	Michael Klemm	68	1984	10:21					
46.	Hendrik John	66	1986	10:22					
47.	Sven Huth	63	1994	10:23					
48.	Ingo Siemens	71	1988	10:24					
49.	Tim Marderwald	76	1992	10:25					
	Robin Helling	01	2016	10:25					
51.	Thorsten Wiegens	79	2003	10:26					
52.	Michael Heyen	69	2006	10:27					
	Benjamin Horn	94	2009	10:27					
54.	Gerriet Ohls	85	2000	10:28					
55.	Nils-Henning Seidel	84	1999	10:30					
56.	Sven Tiedemann	74	1996	10:31					
57.	Thomas Kischel	68	1985	10:32					

Frauen

1.	Victoria Willcox	73	1994	10:24
2.	Christiane Spallek	65	2001	10:57
3.	Imke Schiersch	70	1990	11:10
4.	Manuela Schulz	70	2005	11:11
5.	Annika Junge	73	1988	11:28
6.	Ulla Paga	52	1993	11:30
7.	Dr. Heike Piotrowski	82	2012	11:37
8.	Nicole Schikowski	77	1993	11:58
9.	Anja Schmidt	93	2015	12:04
10.	Sandra Schuster	69	2000	12:08
11.	Carmen Kropp	77	2002	12:10
12.	Natalja Ivanova	78	2000	12:14
	Jeannette Horn	70	2009	12:14
14.	Verena Kreutzburg	78	1998	12:17
15.	Mariam Ujeyl	73	1988	12:20
	Ann-Katrin Ahrlinghaus	89	2007	12:20
	Karla Fiedler	60	1992	12:20
18.	Silke Haiber	71	2000	12:22
19.	Annette Henze	54	1993	12:26
20.	Rabea Caspers	98	2009	12:34
21.	Waltraut Schellenberg	47	1995	12:36
	Ann-Katrin Arlinghaus	89	2005	12:36
23.	Samantha Horn	97	2011	12:38
24.	Swenja Heiden	69	1984	12:39
	Gudrun Kubeja-Boehme	54	1996	12:39
26.	Jessica Ahrens	84	1997	12:40
27.	Tanja Schröder	70	2016	12:42
28.	Marlis Tappe	59	2008	12:43
29.	Katja Leschik	89	2006	12:44
30.	Annika Seibt	93	2013	12:47

Streckenrekorde:

Männer-Team:	Georg Diettrich / Malte Abraham	18:47 Min	1998
Frauen-Team:	Victoria Willcox-Heidner / Christiane Spallek	21:51 "	2001
Mixed-Team:	Victoria Willcox / Jürgen Reents	20:16 "	1998
Männer-Einzel:	Lars Hunsche	8:57 Min.	1988
Frauen-Einzel:	Victoria Willcox	10:24 "	1994
650 m-Runde Mä:	Niklas Kuhnert	1:34 Min.	1998
650 m-Runde Fr:	Victoria Willcox	2:02 "	1994

Chronik der Veranstaltung

Läufer- und Trainerlegende Hein Arians hat den Staffellauf 1982 als Rosenhügel-Staffel ins Leben gerufen. Anfangs als Formüberprüfung seiner Athleten der LG Wilhelmshaven gedacht. Ab 1991 nahmen auch die Senioren Langläufer der LGW an der Veranstaltung teil. Seitdem wurde die Staffel von Hein Arians und Friedhelm Henze organisiert.

Bis 1997 wurde der Staffellauf am Rosenhügel im Stadtpark durchgeführt.

Auf Wunsch von Hein Arians wurde eine neue Runde von gleicher Länge am Spielplatz im Stadtpark vermessen und der Lauf in Adventsstaffel umbenannt.

Nach dem Tod von Hein Arians 2012 wurde beim Start- und Ziel zur Erinnerung an ihn eine „Heinbuche“ gepflanzt.

Die Organisation übernahm Jeannette Schöndube, die Zeitauswertung liegt weiter in den Händen von Friedhelm Henze. Der Name des Staffellaufes wurde in Hein Arians-Adventsstaffel geändert.

War die Staffel anfangs eine reine LGW-Veranstaltung, kommen die meisten Teilnehmer inzwischen aus der Triathlon Abteilung des TSR Olympia Wilhelmshaven.

In diesem Jahr fand die Hein Arians-Adventsstaffel zum sechsten Mal statt, insgesamt war es die 34. Auflage. Zweimal, 1989 und 2010, fiel die Veranstaltung wegen Glatteis bzw. Sturm aus.