

Pl.	M/W	StNr.	Nachname - Vorname	Verein	Platz	AK	Zeit	Rückstand
1	M	196	RANKER Markus	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	1	M30	00:17:39.05	
2	M	221	SCHLEBUSCH Noah	Stadt Geilenkirchen	1	HK	00:17:58.44	+ 20s
3	M	125	VON BIRGELEN Dennis	JVA Heinsberg	1	M35	00:18:27.09	+ 48s
4	M	225	HILGERS Manuel	Stadt Heinsberg	2	HK	00:18:37.74	+ 59s
5	M	002	THEVISSEN Alexander	Ambulantes Zentrum Erkelenz Dr. Thevissen	3	HK	00:18:53.68	+ 1m15s
6	M	098	MEURER Leon	Florack Bauunternehmung	1	U20	00:19:11.53	+ 1m33s
7	M	116	WILMS Niklas	HSEQ PRO	4	HK	00:19:28.74	+ 1m50s
1	F	043	STRICK Barbara	BSG Kreissparkasse Heinsberg	1	W50	00:19:36.02	
2	F	535	STRACKBEIN Olga	keine Angabe	1	W30	00:19:36.68	+ 0s66
8	M	069	THÖNNISSEN Robert	CSB-System SE	1	M45	00:19:40.92	+ 2m02s
9	M	050	HEUTER Udo	Café bagett	1	M55	00:19:46.00	+ 2m07s
10	M	078	PÖPPL Dominik	eha Geilenkirchen	1	M40	00:20:14.37	+ 2m36s
11	M	090	FUCHS Niclas	Florack Bauunternehmung	5	HK	00:20:22.20	+ 2m44s
12	M	158	HEUTER Hannes	Otten Metall- und Maschinenbau GmbH	1	U16	00:20:25.89	+ 2m47s
13	M	067	SCHNEIDER Christof	CSB-System SE	1	M50	00:20:28.69	+ 2m50s
14	M	307	SCHMIDT Marcel	Volksbank Heinsberg eG	6	HK	00:20:32.58	+ 2m54s
15	M	237	HEINEN Matthias	Team sera	2	M30	00:20:37.98	+ 2m59s
16	M	160	LATOURE Jakob	Otten Metall- und Maschinenbau GmbH	1	U18	00:20:39.69	+ 3m01s
17	M	114	VERHAELLEN Bastian	HSEQ PRO	3	M30	00:20:40.33	+ 3m02s
18	M	229	SCHMITZ Guido	Stadt Heinsberg	2	M40	00:20:42.53	+ 3m04s
19	M	211	VONDERBANK Mathias	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	2	M50	00:20:46.71	+ 3m08s
20	M	208	VAN EYS Peter	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	4	M30	00:20:49.00	+ 3m10s
21	M	272	HOFFMANN Christian	Trotec GmbH	3	M40	00:20:53.35	+ 3m15s
22	M	171	EßER Michael	Spitze im Westen	5	M30	00:20:53.98	+ 3m15s
23	M	037	BAKHTURIDZE Daviti	BSG Kreissparkasse Heinsberg	7	HK	00:20:59.52	+ 3m21s
24	M	248	KUSCHNIR Jonas	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	6	M30	00:21:12.17	+ 3m34s
25	M	155	PETERS Herbert	Metallbau Jansen	3	M50	00:21:13.92	+ 3m35s
26	M	216	LOWIS Pierre	Stadt Geilenkirchen	2	M35	00:21:23.84	+ 3m45s
27	M	146	COX Thomas	Metallbau Jansen	3	M35	00:21:26.33	+ 3m48s
28	M	227	LECHNER Karl-Heinz	Stadt Heinsberg	2	M55	00:21:27.17	+ 3m49s
29	M	224	WIRTZ Volker	Stadt Geilenkirchen	3	M55	00:21:30.00	+ 3m51s
30	M	042	LANSKE Kristian	BSG Kreissparkasse Heinsberg	4	M40	00:21:32.10	+ 3m53s
31	M	126	WALLRAFEN Kai	JVA Heinsberg	4	M35	00:21:42.68	+ 4m04s
32	M	082	DOHMEN Maximilian	Energiegeladen	8	HK	00:21:50.37	+ 4m12s
33	M	131	FRENKEN Christian	Kreis Heinsberg	7	M30	00:21:51.09	+ 4m12s
34	M	302	KÜSTERS Michael	Volksbank Heinsberg eG	2	M45	00:21:51.61	+ 4m13s
35	M	250	STADNIICHUK Anatolii	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	2	U20	00:21:57.81	+ 4m19s
36	M	260	VOß Bernd	Team Teijin	5	M35	00:21:59.44	+ 4m21s
37	M	041	JACHE Holger	BSG Kreissparkasse Heinsberg	6	M35	00:22:00.22	+ 4m22s
38	M	060	BEUG Alexander	CSB-System SE	5	M40	00:22:02.04	+ 4m23s
3	F	533	HOUBEN Verena	BSG Kreissparkasse Heinsberg	1	W40	00:22:10.12	+ 2m35s
39	M	007	NOLTEN Niklas	AWO im Kreis Heinsberg - Einfach viel bewegen	9	HK	00:22:11.36	+ 4m33s
40	M	176	AL GHOUL Anas	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	6	M40	00:22:16.46	+ 4m38s
41	M	169	WICKORD Stefan	OTTO GOURMET	10	HK	00:22:28.18	+ 4m50s
42	M	298	JANSEN Paul	Volksbank Heinsberg eG	2	U16	00:22:31.40	+ 4m53s
43	M	058	FUCHS Cedric	Car Center Conen	11	HK	00:22:35.59	+ 4m57s
4	F	072	MENDE Nadja	Die Seitenstecher	2	W30	00:22:36.85	+ 3m01s
44	M	028	JÄGER Max	BSG Krankenhaus Heinsberg	7	M35	00:22:37.72	+ 4m59s
45	M	140	STROTHKÄMPER Maximilian	Kreis Heinsberg	8	M30	00:22:38.01	+ 4m59s
46	M	117	BRODERMANNS Marcel	JVA Heinsberg	8	M35	00:22:38.42	+ 5m00s
47	M	313	AHRENS Diego	keine Angabe	3	U16	00:22:49.69	+ 5m11s
48	M	013	LÜCK Jochen	bewegt. Physiotherapie	12	HK	00:22:53.45	+ 5m15s
49	M	247	KRINGS Robert	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	4	M55	00:22:57.65	+ 5m19s
50	M	097	MELCHERS Jahn	Florack Bauunternehmung	9	M30	00:23:00.30	+ 5m22s
51	M	259	SCHROEDER Patrick	Team Teijin	10	M30	00:23:09.63	+ 5m31s
52	M	084	ÖGÜT Soner	Energiegeladen	3	M45	00:23:09.83	+ 5m31s
53	M	005	WURMBACH Max	Ambulantes Zentrum Erkelenz Dr. Thevissen	3	U20	00:23:15.30	+ 5m37s
54	M	256	DIOGO Bruno	Team Teijin	4	M45	00:23:16.48	+ 5m38s

Pl.	M/W	StNr.	Nachname - Vorname	Verein	Platz	AK	Zeit	Rückstand
55	M	295	DRIEMEYER Ingo	Volksbank Heinsberg eG	7	M40	00:23:16.85	+ 5m38s
56	M	303	MARCANTONIO Sandro	Volksbank Heinsberg eG	11	M30	00:23:39.53	+ 6m01s
57	M	079	ÜBACHS Alexander	eha Geilenkirchen	12	M30	00:23:43.64	+ 6m05s
5	F	068	SOURLI Despina	CSB-System SE	3	W30	00:23:45.37	+ 4m10s
58	M	203	SHARABI Or	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	13	M30	00:23:50.01	+ 6m11s
6	F	206	STRAUBE Martyna	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	1	HK	00:23:54.94	+ 4m19s
59	M	167	SEIDEL Steffen	OTTO GOURMET	13	HK	00:23:56.03	+ 6m17s
60	M	267	WOYKOS René	TLI GmbH	9	M35	00:23:57.65	+ 6m19s
61	M	284	SIEBEN Carl	Trotec GmbH	14	HK	00:23:58.46	+ 6m20s
62	M	296	EINMAHL Nils	Volksbank Heinsberg eG	15	HK	00:24:00.88	+ 6m22s
63	M	108	KERZMANN Ben	Franziskusheim gGmbH	16	HK	00:24:01.58	+ 6m23s
64	M	110	SCHURSE Dennis	Franziskusheim gGmbH	14	M30	00:24:02.02	+ 6m23s
65	M	057	ERNST Sebastian	Car Center Conen	15	M30	00:24:04.19	+ 6m26s
66	M	087	BACKHAUS Frank	Florack Bauunternehmung	5	M45	00:24:05.82	+ 6m27s
67	M	145	MÜLFARTH Thorsten	Lebenshilfe Heinsberg	6	M45	00:24:06.93	+ 6m28s
68	M	040	HABOR Heinz	BSG Kreissparkasse Heinsberg	1	M70	00:24:07.06	+ 6m28s
69	M	201	SEMENZOW Dimitri	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	10	M35	00:24:09.25	+ 6m31s
7	F	213	DAUTZENBERG Julia	Stadt Geilenkirchen	4	W30	00:24:10.45	+ 4m35s
8	F	215	KWADE Nathalie	Stadt Geilenkirchen	1	W35	00:24:10.72	+ 4m35s
70	M	274	JÜRGENS Carsten	Trotec GmbH	4	M50	00:24:24.14	+ 6m46s
71	M	226	HOUBEN Winfried	Stadt Heinsberg	5	M50	00:24:25.38	+ 6m47s
9	F	304	PLUM Carmen	Volksbank Heinsberg eG	2	HK	00:24:29.09	+ 4m54s
10	F	308	THOLEN Lisa	Volksbank Heinsberg eG	3	HK	00:24:29.12	+ 4m54s
72	M	292	SCHNEIDER Sebastian	verNetzt	11	M35	00:24:32.67	+ 6m54s
73	M	121	HERFS Leif	JVA Heinsberg	8	M40	00:24:38.44	+ 7m00s
11	F	027	JÄGER Maria	BSG Krankenhaus Heinsberg	2	W35	00:24:43.28	+ 5m08s
12	F	182	GIRGEL Anna Katharina	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	4	HK	00:24:44.01	+ 5m08s
74	M	205	STEPPELER Julian	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	16	M30	00:24:49.54	+ 7m11s
75	M	093	KÜHR Martin	Florack Bauunternehmung	17	M30	00:24:52.33	+ 7m14s
13	F	133	KÖRFER Sandra	Kreis Heinsberg	2	W40	00:24:57.81	+ 5m22s
76	M	148	DYRKS Mike	Metallbau Jansen	17	HK	00:24:58.50	+ 7m20s
77	M	003	THEVISSSEN Johannes	Ambulantes Zentrum Erkelenz Dr. Thevissen	4	U20	00:25:10.19	+ 7m32s
14	F	234	DE CASTRO Nicole	Team sera	3	W40	00:25:14.31	+ 5m39s
15	F	136	ROOB Anita	Kreis Heinsberg	4	W40	00:25:14.77	+ 5m39s
78	M	123	JANSEN Daniel	JVA Heinsberg	18	M30	00:25:15.21	+ 7m37s
79	M	001	CLEVEN Johannes	Ambulantes Zentrum Erkelenz Dr. Thevissen	19	M30	00:25:18.67	+ 7m40s
80	M	255	ROSCHER Jonatan	Team Stadt Übach-Palenberg	18	HK	00:25:18.90	+ 7m40s
16	F	253	GÜNDLING Jutta	Team Stadt Übach-Palenberg	5	W30	00:25:19.37	+ 5m44s
17	F	045	COENEN Mara	Café bagett	1	U18	00:25:24.23	+ 5m49s
81	M	100	OHLIGSCHLÄGER Swen	Florack Bauunternehmung	7	M45	00:25:25.22	+ 7m47s
18	F	029	LINTZEN Franziska	BSG Krankenhaus Heinsberg	3	W35	00:25:26.52	+ 5m51s
82	M	014	STRÜCKER Philipp	bewegt. Physiotherapie	19	HK	00:25:26.60	+ 7m48s
83	M	012	JANSEN Simon	bewegt. Physiotherapie	20	M30	00:25:26.65	+ 7m48s
84	M	095	WINDELN Malte	Florack Bauunternehmung	20	HK	00:25:28.02	+ 7m49s
85	M	254	HERMANN'S Kevin	Team Stadt Übach-Palenberg	21	M30	00:25:33.13	+ 7m55s
86	M	124	MÜLLER Sebastian	JVA Heinsberg	12	M35	00:25:35.57	+ 7m57s
87	M	059	SCHOPHOVEN Daniel	Car Center Conen	22	M30	00:25:35.62	+ 7m57s
19	F	174	ABELS Sandra	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	5	W40	00:25:36.60	+ 6m01s
88	M	151	JANSEN Philipp	Metallbau Jansen	9	M40	00:25:37.72	+ 7m59s
89	M	129	DERICHS Christoph	Kreis Heinsberg	10	M40	00:25:37.78	+ 7m59s
90	M	031	SCHNEIDER Marvin	BSG Krankenhaus Heinsberg	21	HK	00:25:39.73	+ 8m01s
91	M	152	JANSEN Simon	Metallbau Jansen	11	M40	00:25:42.92	+ 8m04s
92	M	104	REINICKE Thomas	Florack Bauunternehmung	12	M40	00:25:43.06	+ 8m04s
20	F	149	JANSEN Hannah	Metallbau Jansen	2	U18	00:25:43.17	+ 6m08s
93	M	109	RAMJOUÉ Janik	Franziskusheim gGmbH	22	HK	00:25:43.91	+ 8m05s
94	M	161	SLANGEN Paul	Otten Metall- und Maschinenbau GmbH	4	U16	00:25:44.17	+ 8m06s
95	M	186	KRIEGER Jörg	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	13	M40	00:25:49.07	+ 8m10s
96	M	200	SCHIFFERS Norbert	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	5	M55	00:25:56.67	+ 8m18s

Pl.	M/W	StNr.	Nachname - Vorname	Verein	Platz	AK	Zeit	Rückstand
97	M	132	KARSTEN Vraetz	Kreis Heinsberg	8	M45	00:25:58.42	+ 8m20s
98	M	290	PETERS Lars	verNetz	23	HK	00:26:08.33	+ 8m30s
99	M	175	ABURAS Qutaiba	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	23	M30	00:26:09.15	+ 8m31s
100	M	311	KREUTZER Simon	WLAN-Kabel	24	HK	00:26:09.43	+ 8m31s
21	F	070	DAHLMANN Annika	Die Seitenstecher	5	HK	00:26:10.25	+ 6m35s
22	F	120	HERFS Jule	JVA Heinsberg	1	U16	00:26:10.49	+ 6m35s
101	M	006	AGAR Christoph	AWO im Kreis Heinsberg - Einfach viel bewegen	13	M35	00:26:10.61	+ 8m32s
102	M	088	BAUMANN Tim	Florack Bauunternehmung	25	HK	00:26:10.95	+ 8m32s
103	M	243	AKBARI Nagib	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	14	M35	00:26:14.52	+ 8m36s
104	M	204	STEGERS Manuel	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	15	M35	00:26:14.90	+ 8m36s
105	M	089	BLEILEBENS Anton	Florack Bauunternehmung	6	M50	00:26:24.64	+ 8m46s
106	M	130	FIGEN Frank	Kreis Heinsberg	7	M50	00:26:25.72	+ 8m47s
107	M	019	CIESLOK Claus-Jörg	BSG Krankenhaus Heinsberg	8	M50	00:26:26.70	+ 8m48s
108	M	023	DAßEN Moritz	BSG Krankenhaus Heinsberg	26	HK	00:26:30.78	+ 8m52s
23	F	166	OTTO Paulina	OTTO GOURMET	6	HK	00:26:32.50	+ 6m57s
109	M	056	DILLER Andreas	Car Center Conen	6	M55	00:26:35.60	+ 8m57s
24	F	222	SIEBERT Stefanie	Stadt Geilenkirchen	4	W35	00:26:39.36	+ 7m04s
25	F	074	BIHN Vanessa	eha Geilenkirchen	7	HK	00:26:41.08	+ 7m06s
26	F	378	LOWIS Maren	Volksbank Heinsberg eG	8	HK	00:26:44.65	+ 7m09s
110	M	115	VERHAELLEN Tim	HSEQ PRO	27	HK	00:26:45.92	+ 9m07s
27	F	220	OFFERMANN Tina	Stadt Geilenkirchen	6	W40	00:26:46.64	+ 7m11s
28	F	008	STAPPER Daniela	AWO im Kreis Heinsberg - Einfach viel bewegen	7	W40	00:26:48.30	+ 7m13s
111	M	179	DOHMEN Achim	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	7	M55	00:26:52.61	+ 9m14s
29	F	252	BEERETZ Lisa	Team Stadt Übach-Palenberg	9	HK	00:26:52.90	+ 7m17s
30	F	301	KÜSTERS Jette	Volksbank Heinsberg eG	2	U16	00:26:55.91	+ 7m20s
31	F	309	FRENKEN Alexandra	WLAN-Kabel	5	W35	00:26:58.71	+ 7m23s
112	M	113	CARON Claus	HSEQ PRO	9	M45	00:27:07.82	+ 9m29s
113	M	085	STANGE Jan-Robert	Energiegeladen	28	HK	00:27:12.15	+ 9m34s
114	M	172	JANSEN Holger	Spitze im Westen	16	M35	00:27:12.83	+ 9m34s
115	M	183	KACZMAREK Chris	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	17	M35	00:27:13.57	+ 9m35s
116	M	310	JENNISSSEN Ingo	WLAN-Kabel	18	M35	00:27:13.81	+ 9m35s
117	M	214	DECHÉNE Ralph	Stadt Geilenkirchen	9	M50	00:27:18.20	+ 9m40s
118	M	150	JANSEN Michel	Metallbau Jansen	5	U16	00:27:22.74	+ 9m44s
32	F	199	RUZICKA Jessica	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	1	W45	00:27:23.94	+ 7m48s
119	M	280	PIVOVAROV Sviatoslav	Trotec GmbH	29	HK	00:27:28.58	+ 9m50s
33	F	065	REUTER Katharina	CSB-System SE	8	W40	00:27:29.67	+ 7m54s
120	M	064	MEIRANKE Dieter	CSB-System SE	8	M55	00:27:30.54	+ 9m52s
121	M	251	WAGNER Nico	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	30	HK	00:27:36.20	+ 9m58s
122	M	153	KAHLEN Lucas	Metallbau Jansen	31	HK	00:27:43.95	+ 10m05s
123	M	235	GIERLINGS Simon	Team sera	19	M35	00:27:44.00	+ 10m05s
124	M	270	GENZE Andre	Trotec GmbH	20	M35	00:27:46.71	+ 10m08s
34	F	119	CARON-BRACK Miriam	JVA Heinsberg	9	W40	00:27:52.01	+ 8m16s
35	F	135	MOLL Rita	Kreis Heinsberg	2	W45	00:27:54.78	+ 8m19s
36	F	026	DRIEßEN Nicole	BSG Krankenhaus Heinsberg	10	W40	00:27:55.14	+ 8m20s
37	F	018	BUSCH Vanessa	BSG Krankenhaus Heinsberg	11	W40	00:27:58.35	+ 8m23s
38	F	030	NEUMANN Susanne	BSG Krankenhaus Heinsberg	3	W45	00:27:58.50	+ 8m23s
39	F	004	WINANDS Lucia	Ambulantes Zentrum Erkelenz Dr. Thevissen	10	HK	00:27:58.95	+ 8m23s
125	M	021	CLEVEN Norbert	BSG Krankenhaus Heinsberg	9	M55	00:28:00.81	+ 10m22s
126	M	306	REHBERG Andreas	Volksbank Heinsberg eG	24	M30	00:28:03.53	+ 10m25s
127	M	128	REKOS-GRAMER Slawomir	kein Verein	10	M55	00:28:15.87	+ 10m37s
128	M	212	ALNAJEM Saba	Stadt Geilenkirchen	21	M35	00:28:17.29	+ 10m39s
40	F	244	BONGARD Vera	TEAM S-GARD - UNITED FOR SAFETY	1	W55	00:28:32.20	+ 8m57s
41	F	075	MAGER Sara	eha Geilenkirchen	6	W35	00:28:36.35	+ 9m01s
129	M	165	MEURER Timo	OTTO GOURMET	32	HK	00:28:44.36	+ 11m06s
130	M	168	THIEL Michael	OTTO GOURMET	33	HK	00:28:44.38	+ 11m06s
131	M	258	RÜTTEN Stefan	Team Teijin	10	M45	00:28:50.26	+ 11m12s
132	M	101	PANIAK Pawel	Florack Bauunternehmung	34	HK	00:28:52.10	+ 11m13s
133	M	233	CASPER Dominik	Team sera	22	M35	00:28:53.17	+ 11m15s

Pl.	M/W	StNr.	Nachname - Vorname	Verein	Platz	AK	Zeit	Rückstand
134	M	187	KRINGS Martin	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	23	M35	00:28:57.54	+ 11m19s
42	F	207	THÖNISSEN Yvonne	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	7	W35	00:28:57.60	+ 9m22s
43	F	185	KRIEG Elisa	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	6	W30	00:29:03.21	+ 9m28s
135	M	157	KRIEG Martin	OGS OPTICS EUROPE	24	M35	00:29:03.26	+ 11m25s
136	M	118	CARON Malte	JVA Heinsberg	1	U14	00:29:04.62	+ 11m26s
137	M	102	PULKUS Tobias	Florack Bauunternehmung	25	M30	00:29:09.89	+ 11m31s
138	M	242	STUMM Franz-Josef	Team sera	11	M55	00:29:10.74	+ 11m32s
139	M	219	NILLES Christoph	Stadt Geilenkirchen	14	M40	00:29:12.81	+ 11m34s
140	M	297	FREISINGER Stefan	Volksbank Heinsberg eG	35	HK	00:29:13.03	+ 11m34s
141	M	159	KREMERS Luis	Otten Metall- und Maschinenbau GmbH	6	U16	00:29:15.48	+ 11m37s
142	M	312	SCHAPER Malte	WLAN-Kabel	26	M30	00:29:16.45	+ 11m38s
143	M	230	SCHMITZ Michael	Stadt Heinsberg	10	M50	00:29:17.23	+ 11m39s
44	F	083	KAUHL Monika	Energiegeladen	8	W35	00:29:18.86	+ 9m43s
144	M	269	DEHEN Frank	Trotec GmbH	11	M50	00:29:23.42	+ 11m45s
45	F	039	EMONTS Ellen	BSG Kreissparkasse Heinsberg	12	W40	00:29:25.40	+ 9m50s
46	F	289	LEHNEN Carola	verNetzt	7	W30	00:29:25.90	+ 9m50s
47	F	299	JANSEN Sylvia	Volksbank Heinsberg eG	4	W45	00:29:26.67	+ 9m51s
48	F	086	AUSTEL Franziska	Florack Bauunternehmung	11	HK	00:29:27.97	+ 9m52s
145	M	288	KUZNIK Christian	verNetzt	15	M40	00:29:37.36	+ 11m59s
146	M	154	MEISGEN Geromimo	Metallbau Jansen	25	M35	00:29:40.41	+ 12m02s
147	M	141	WELTER Olaf	Kreis Heinsberg	12	M50	00:29:41.54	+ 12m03s
49	F	034	THELEN Anke	BSG Krankenhaus Heinsberg	13	W40	00:29:42.72	+ 10m07s
50	F	080	VON DÜHREN Corinna	eha Geilenkirchen	2	W50	00:29:45.93	+ 10m10s
148	M	262	FISCHER Uwe	TLI GmbH	12	M55	00:29:49.49	+ 12m11s
51	F	076	PELZER Sara	eha Geilenkirchen	12	HK	00:29:50.44	+ 10m15s
52	F	077	PFEIFER Inna	eha Geilenkirchen	9	W35	00:30:05.39	+ 10m30s
149	M	063	MAGALHAES Marvin	CSB-System SE	36	HK	00:30:09.92	+ 12m31s
150	M	178	BÜXENSTEIN Marco	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	16	M40	00:30:17.07	+ 12m38s
151	M	285	SIMOES Rafael	Trotec GmbH	37	HK	00:30:27.49	+ 12m49s
53	F	051	MURADI Zahra	Café bagett	13	HK	00:30:29.54	+ 10m54s
54	F	189	LUPP Birgit	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	3	W50	00:30:36.73	+ 11m01s
152	M	071	KUNST Kevin	Die Seitenstecher	27	M30	00:30:39.40	+ 13m01s
55	F	291	RISS Alexandra	verNetzt	14	W40	00:30:40.79	+ 11m05s
153	M	287	BÜTTGEN Martin	verNetzt	11	M45	00:30:40.84	+ 13m02s
154	M	173	ZUREK Paul	Spitze im Westen	12	M45	00:30:45.28	+ 13m07s
56	F	025	DÖRING Kristina	BSG Krankenhaus Heinsberg	14	HK	00:30:46.19	+ 11m11s
155	M	177	BECKERS Matthias	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	17	M40	00:30:53.70	+ 13m15s
57	F	181	ESTEVES Diana	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	15	HK	00:30:54.43	+ 11m19s
58	F	188	LOWIS Melissa	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	8	W30	00:31:03.42	+ 11m28s
59	F	231	WALLECK Sabrina	Stadt Heinsberg	15	W40	00:31:03.46	+ 11m28s
156	M	283	SCHLÖMER Heinz	Trotec GmbH	13	M55	00:31:07.71	+ 13m29s
60	F	049	HEUTER Helena	Café bagett	5	W45	00:31:27.92	+ 11m52s
61	F	473	LEVEN Yuliya	OTTO GOURMET	10	W35	00:31:32.00	+ 11m56s
62	F	010	GEISER Theresa	bewegt. Physiotherapie	11	W35	00:31:56.73	+ 12m21s
63	F	011	HEINRICHS Judith	bewegt. Physiotherapie	16	HK	00:31:56.92	+ 12m21s
64	F	217	MICHELSSEN Chiara	Stadt Geilenkirchen	17	HK	00:32:04.21	+ 12m29s
157	M	276	MARCINIAK Martin	Trotec GmbH	18	M40	00:32:16.21	+ 14m38s
65	F	106	STRÖDE Tammy	Florack Bauunternehmung	12	W35	00:32:18.67	+ 12m43s
158	M	193	POTROWA Jannis	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	38	HK	00:32:19.38	+ 14m41s
66	F	197	REINARTZ Sandra	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	6	W45	00:32:20.91	+ 12m45s
67	F	191	NIEDECKE Christina	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	9	W30	00:32:21.11	+ 12m46s
68	F	218	MITSOU Nastassja	Stadt Geilenkirchen	18	HK	00:32:41.72	+ 13m06s
159	M	061	DILSEN Julian	CSB-System SE	39	HK	00:33:07.01	+ 15m28s
160	M	241	SCHNEPP Manuel	Team sera	26	M35	00:33:14.93	+ 15m36s
69	F	020	CIESLOK Heidi	BSG Krankenhaus Heinsberg	4	W50	00:33:25.60	+ 13m50s
161	M	278	NZUGUEN Yves	Trotec GmbH	40	HK	00:34:01.38	+ 16m23s
70	F	112	WINZEN Carina	Hamacher Raumdesign	19	HK	00:34:03.13	+ 14m28s
71	F	033	STICKEL Hannah	BSG Krankenhaus Heinsberg	20	HK	00:34:20.20	+ 14m45s

Pl.	M/W	StNr.	Nachname - Vorname	Verein	Platz	AK	Zeit	Rückstand
72	F	032	SPEIS Pia	BSG Krankenhaus Heinsberg	21	HK	00:34:20.25	+ 14m45s
73	F	096	MATZERATH Sarah	Florack Bauunternehmung	7	W45	00:34:26.16	+ 14m51s
74	F	223	WALBER Lydia	Stadt Geilenkirchen	8	W45	00:34:41.64	+ 15m06s
75	F	266	RÖSCH Lilli	TLI GmbH	13	W35	00:35:10.08	+ 15m35s
162	M	036	VLEUGELS Rene	BSG Krankenhaus Heinsberg	41	HK	00:35:14.92	+ 17m36s
163	M	279	PHLIPPEN Eric	Trotec GmbH	42	HK	00:35:24.00	+ 17m45s
164	M	294	DEMMING Daniel	Volksbank Heinsberg eG	43	HK	00:35:24.20	+ 17m46s
76	F	300	KASTNER Laura	Volksbank Heinsberg eG	22	HK	00:35:24.22	+ 15m49s
77	F	091	HOUBEN Christine	Florack Bauunternehmung	9	W45	00:35:26.86	+ 15m51s
78	F	240	PENAS Ramona	Team sera	10	W45	00:35:28.71	+ 15m53s
165	M	534	PENAS Sebastian	Team sera	44	HK	00:35:29.40	+ 17m51s
166	M	016	BAUM Gustav	BSG Krankenhaus Heinsberg	27	M35	00:35:30.25	+ 17m52s
167	M	236	GOTTSCHALK Christian	Team sera	2	U18	00:35:44.59	+ 18m06s
79	F	194	PRINZ Katja	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	5	W50	00:35:47.37	+ 16m12s
168	M	094	LAHANN Patrick	Florack Bauunternehmung	45	HK	00:35:58.97	+ 18m20s
169	M	263	JÜRGENS Pascal	TLI GmbH	46	HK	00:36:05.98	+ 18m27s
80	F	293	CIERPIOL Anja	Volksbank Heinsberg eG	1	U20	00:36:07.22	+ 16m32s
170	M	265	RÖMER René	TLI GmbH	28	M35	00:36:08.95	+ 18m30s
81	F	170	EßER Helen	Spitze im Westen	11	W45	00:36:11.45	+ 16m36s
171	M	264	RICHTARSKY Sascha	TLI GmbH	19	M40	00:36:18.32	+ 18m40s
82	F	261	BLUM Bianca	TLI GmbH	12	W45	00:36:18.44	+ 16m43s
172	M	142	ZIMMERMANN Roman	Kreis Heinsberg	20	M40	00:36:19.83	+ 18m41s
83	F	009	ZIMMERMANN Cosima	AWO im Kreis Heinsberg - Einfach viel bewegen	23	HK	00:36:20.00	+ 16m44s
173	M	268	BREMKES Tim	Trotec GmbH	47	HK	00:36:36.92	+ 18m58s
174	M	281	POHLING Thomas	Trotec GmbH	13	M45	00:36:37.25	+ 18m59s
175	M	277	MEYER Marcel	Trotec GmbH	28	M30	00:36:40.73	+ 19m02s
84	F	103	PULKUS-FLORACK Andra	Florack Bauunternehmung	10	W30	00:38:03.32	+ 18m28s
85	F	073	VOGT Dajana	Die Seitenstecher	24	HK	00:38:05.56	+ 18m30s
86	F	054	POSADA MARTINEZ Stella	Café bagett	3	U18	00:38:48.59	+ 19m13s
87	F	105	SPEHL Lena	Florack Bauunternehmung	25	HK	00:39:06.56	+ 19m31s
88	F	053	OGARKOV Anna	Café bagett	4	U18	00:39:13.69	+ 19m38s
89	F	047	EREN Türkü	Café bagett	2	U20	00:39:13.81	+ 19m38s
90	F	046	DELGADO Y CLEMENTE Alina	Café bagett	3	U16	00:39:19.29	+ 19m44s
91	F	052	NIELSEN Anitta	Café bagett	6	W50	00:39:19.37	+ 19m44s
92	F	044	BEISEL Michelle	Café bagett	5	U18	00:39:19.57	+ 19m44s
93	F	139	STROOBAND Karina	Kreis Heinsberg	13	W45	00:39:20.80	+ 19m45s
94	F	239	METTNER Sarah	Team sera	26	HK	00:39:54.39	+ 20m19s
95	F	232	BLAŽEVI? Daniela	Team sera	11	W30	00:40:08.25	+ 20m33s
176	M	048	FRITSCH Michael	Café bagett	13	M50	00:40:08.33	+ 22m30s
177	M	271	HERBST John	Trotec GmbH	48	HK	00:40:08.34	+ 22m30s
178	M	282	PUTRUS Jimmy	Trotec GmbH	49	HK	00:40:55.41	+ 23m17s
96	F	210	VON CLEEF Nadine	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	14	W35	00:45:11.97	+ 25m36s
97	F	190	MÜLLER Christina	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	12	W30	00:45:12.00	+ 25m36s
179	M	195	PUSCH Melissa	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	50	HK	00:45:12.40	+ 27m34s
98	F	202	SEMMO Manje	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	2	W55	00:45:33.48	+ 25m58s
DNF	M	156	PIETERS Justin	Metallbau Jansen	DNF	HK	00:00:00.00	
DNF	M	162	DEIGFUß Johannes	OTTO GOURMET	DNF	HK	00:00:00.00	
DNF	F	273	HÜSKENS Anja	Trotec GmbH	DNF	HK	00:00:00.00	
DNF	F	192	NUNES Priscilla	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	DNF	W30	00:00:00.00	
DNF	M	209	VAN KNEGSEL Ken	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	DNF	M35	00:00:00.00	
DNF	M	180	ESCHWEILER Maximilian	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	DNF	HK	00:00:00.00	
DNF	F	198	RETTINGER Frauke	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	DNF	W30	00:00:00.00	
DNF	F	111	STRECKERT Ina	Hamacher Raumdesign	DNF	U20	00:00:00.00	
DNF	F	275	KRAWUTSCHKE Elke	Trotec GmbH	DNF	W55	00:00:00.00	
DNF	M	143	FRIEDRICH Daniel	Lebenshilfe Heinsberg	DNF	M35	00:00:00.00	
DNF	M	147	DIALLO Younoussa	Metallbau Jansen	DNF	HK	00:00:00.00	
DNF	M	184	KRAUS Dirk	St. Elisabeth Krankenhaus Geilenkirchen	DNF	M50	00:00:00.00	