

## Chronik der 10 x 650 m Adventsstaffel

Vorname Name	Jahrgang	Jahr	1. Runde	2. Runde	3. Runde	4. Runde	5. Runde	Gesamtzeit
<b>Michael Klemm</b>	68	1983	2:02	2:15	2:32	2:34	2:24	<b>11:47</b>
		1984	1:55	2:06	2:06	2:09	2:05	<b>10:21</b>
		1985	1:53	2:07	2:15	2:15	2:10	<b>10:40</b>
		2001	2:21	2:27	2:21	2:24	2:17	<b>11:50</b>
		2002	2:14	2:21	2:20	2:15	2:21	<b>11:31</b>
		2003	2:10	2:16	2:19	2:17	2:16	<b>11:18</b>
		2004	2:20	2:23	2:27	2:27	2:17	<b>11:54</b>
		2005	2:23	2:30	2:36	2:35	2:27	<b>12:31</b>
		2007	2:29	2:24	2:38	2:27	2:30	<b>12:28</b>
		2008	2:31	2:29	2:37	2:38	2:30	<b>12:45</b>
		2009	2:39	2:46	2:46	2:42	2:44	<b>13:37</b>
		2011	2:34	2:43	2:51	2:56	2:39	<b>13:43</b>
		2012	2:41	2:39	2:41	3:02	3:00	<b>14:03</b>
		2013	2:38	2:53	2:57	2:59	2:41	<b>14:08</b>
		2014	2:22	2:30	2:36	2:32	2:26	<b>12:26</b>
		2015	2:38	2:50	2:42	2:39	2:37	<b>13:26</b>
		2016	2:49	2:55	2:55	2:55	2:50	<b>14:24</b>
		2017	3:01	3:04	2:49	2:53	2:53	<b>14:40</b>
		2018	2:34	2:39	2:49	2:49	2:42	<b>13:33</b>
		2019	2:30	2:36	2:37	2:37	2:33	<b>12:53</b>
2022	2:50	2:50	2:37	2:51	2:54	<b>14:08</b>		
<b>Jürgen Reents</b>	71	1988	1:55	2:02	2:01	2:03	1:59	<b>10:00</b>
		1990	2:01	2:04	2:05	2:02	1:58	<b>10:10</b>
		1991	1:59	2:04	2:03	2:02	1:58	<b>10:06</b>
		1992	1:55	1:58	2:00	2:00	2:00	<b>9:53</b>
		1993	1:56	2:04	2:05	2:05	2:01	<b>10:11</b>
		1994	1:57	1:59	2:00	1:59	1:59	<b>9:54</b>
		1995	1:59	2:06	2:03	2:05	2:05	<b>10:18</b>
		1996	2:03	2:02	2:04	2:03	1:59	<b>10:11</b>
		1997	1:58	2:02	2:04	2:06	2:03	<b>10:13</b>
		1998	1:55	1:57	1:57	1:53	2:00	<b>9:42</b>
		1999	2:02	2:03	1:56	1:58	2:10	<b>10:09</b>
		2000	2:05	2:07	2:08	2:09	2:08	<b>10:54</b>
		2001	1:57	2:02	2:01	2:03	2:00	<b>10:03</b>
		2002	2:04	2:08	2:02	2:04	2:00	<b>10:18</b>
		2003	2:04	2:09	2:09	2:06	1:58	<b>10:26</b>
		2004	2:02	2:11	2:09	2:10	2:14	<b>10:46</b>
		2005	2:05	2:07	2:10	2:08	2:09	<b>10:39</b>
		2006	2:05	2:08	2:13	2:13	2:09	<b>10:48</b>
		2007	2:04	2:09	2:10	2:11	2:02	<b>10:36</b>
		2008	2:05	2:14	2:18	2:14	2:14	<b>11:05</b>
2009	2:03	2:07	2:10	2:12	2:09	<b>10:41</b>		
<b>Niklas Kuhnert</b>	74	1991	1:55	2:00	2:06	2:05	2:01	<b>10:07</b>
		1992	1:51	1:54	1:58	2:01	1:52	<b>9:36</b>
		1993	1:58	1:57	1:55	2:01	1:57	<b>9:48</b>
		1994	1:54	1:56	1:57	1:59	1:56	<b>9:42</b>
		1995	1:48	1:53	2:01	2:05	2:00	<b>9:47</b>
		1996	1:55	1:55	1:56	1:57	1:54	<b>9:37</b>
		1997	1:54	1:42	2:05	2:09	1:56	<b>9:46</b>

		1998	1:55	1:34	2:22	2:15	1:59	<b>10:05</b>
		1999	1:51	1:51	1:54	1:50	1:52	<b>9:18</b>
		2001	1:57	2:04	2:04	1:59	2:04	<b>10:08</b>
		2004	1:57	1:58	2:00	1:56	1:56	<b>9:47</b>
		2006	1:53	2:01	2:06	2:07	2:02	<b>10:09</b>
		2009	1:59	2:00	2:06	2:11	2:14	<b>10:30</b>
<b>Manuela Schulz</b>	70	2004	2:18	2:20	2:19	2:20	2:18	<b>11:35</b>
		2005	2:12	2:14	2:15	2:16	2:14	<b>11:11</b>
		2006	2:20	2:22	2:21	2:25	2:19	<b>11:47</b>
		2007	2:23	2:24	2:25	2:27	2:23	<b>12:02</b>
		2008	2:16	2:18	2:18	2:20	2:20	<b>11:32</b>
		2009	2:14	2:17	2:17	2:17	2:16	<b>11:21</b>
		2012	2:21	2:25	2:27	2:29	2:29	<b>12:11</b>
		2013	2:21	2:22	2:24	2:25	2:20	<b>11:52</b>
		2014	2:23	2:20	2:23	2:23	2:23	<b>11:52</b>
		2015	2:23	2:23	2:24	2:27	2:27	<b>12:04</b>
		2016	2:19	2:22	2:24	2:26	2:30	<b>12:01</b>
		2017	2:28	2:31	2:34	2:35	2:37	<b>12:45</b>
		2018	2:22	2:29	2:31	2:20	2:30	<b>12:22</b>
<b>Ulla Paga</b>	52	1991	2:10	2:22	2:24	2:22	2:22	<b>11:40</b>
		1992	2:15	2:29	2:24	2:28	2:30	<b>12:06</b>
		1993	2:12	2:18	2:20	2:20	2:20	<b>11:30</b>
		1994	2:18	2:25	2:29	2:28	2:28	<b>12:08</b>
		1995	2:25	2:26	2:27	2:27	2:29	<b>12:14</b>
		2012	2:36	2:40	2:41	2:47	2:46	<b>13:30</b>
		2013	2:36	2:46	2:48	2:45	2:45	<b>13:40</b>
		2014	2:41	2:45	2:45	2:45	2:43	<b>13:39</b>
		2015	2:47	2:55	2:55	2:54	2:48	<b>14:19</b>
		2016	2:41	2:47	2:44	2:49	2:48	<b>13:49</b>
		2017	2:53	2:59	3:00	2:58	2:59	<b>14:49</b>
		2018	2:53	3:02	3:01	3:00	2:59	<b>14:59</b>
		2019	2:59	3:01	3:02	3:02	3:03	<b>15:07</b>
<b>Friedhelm Henze</b>	52	1991	2:04	2:14	2:16	2:15	2:11	<b>11:00</b>
		1992	2:04	2:09	2:12	2:14	2:09	<b>10:48</b>
		1993	1:59	2:08	2:04	2:05	2:03	<b>10:19</b>
		1994	2:04	2:11	2:11	2:11	2:08	<b>10:45</b>
		1995	2:11	2:12	2:13	2:13	2:11	<b>11:00</b>
		1996	2:10	2:13	2:18	2:18	2:16	<b>11:15</b>
		1997	2:05	2:13	2:13	2:14	2:11	<b>10:56</b>
		1998	2:08	2:13	2:15	2:15	2:11	<b>11:02</b>
		2000	2:08	2:19	2:19	2:21	2:18	<b>11:25</b>
		2001	2:06	2:14	2:14	2:13	2:13	<b>11:00</b>
		2002	2:08	2:15	2:16	2:14	2:15	<b>11:08</b>
		2006	2:11	2:16	2:16	2:17	2:17	<b>11:17</b>
		2008	2:16	2:22	2:21	2:22	2:20	<b>11:41</b>
<b>Matthias Pirschel</b>	78	1992	2:07	2:14	2:20	2:21	2:16	<b>11:18</b>
		1994	2:05	2:09	2:11	2:13	2:07	<b>10:45</b>
		1995	1:55	2:09	2:22	2:19	2:12	<b>10:57</b>
		1996	2:04	2:08	2:11	2:08	2:08	<b>10:39</b>
		1997	2:14	2:11	2:23	2:23	2:18	<b>11:29</b>
		1999	1:54	1:59	1:58	1:56	2:00	<b>9:47</b>
		2001	1:58	2:09	2:08	2:09	2:03	<b>10:27</b>
		2002	1:58	2:07	1:58	2:20	2:24	<b>10:47</b>
		2003	2:01	2:04	2:11	2:12	2:02	<b>10:30</b>

		2004	1:55	2:01	2:01	2:05	2:01	<b>10:03</b>
		2005	1:52	2:01	2:02	2:06	2:00	<b>10:01</b>
		2006	1:53	2:01	2:06	2:07	2:02	<b>10:09</b>
<b>Georg Diettrich</b>	70	1990	1:58	1:56	1:57	1:56	1:55	<b>9:42</b>
		1991	1:51	1:54	1:54	1:48	1:55	<b>9:22</b>
		1992	1:48	1:50	1:49	1:51	1:50	<b>9:08</b>
		1994	1:45	1:48	1:48	1:50	1:47	<b>8:58</b>
		1995	1:49	1:48	1:48	1:48	1:48	<b>9:01</b>
		1996	1:46	1:48	1:49	1:49	1:46	<b>8:58</b>
		1998	1:49	1:51	1:49	1:52	1:50	<b>9:11</b>
		2001	1:47	1:51	1:48	1:49	1:48	<b>9:03</b>
		2002	1:52	1:52	1:51	1:53	1:51	<b>9:19</b>
		2006	1:48	1:49	1:49	1:50	1:50	<b>9:09</b>
		2009	1:49	1:51	1:52	1:52	1:51	<b>9:15</b>
<b>Thomas Ahrens</b>	71	2003	2:16	2:30	2:37	2:37	2:37	<b>12:37</b>
		2012	2:28	2:39	2:54	2:59	2:54	<b>13:54</b>
		2013	2:35	2:38	2:42	2:45	2:48	<b>13:28</b>
		2014	2:41	2:46	2:42	2:48	2:49	<b>13:46</b>
		2015	2:35	2:47	2:52	2:53	2:52	<b>13:59</b>
		2016	2:43	2:41	2:46	2:52	2:51	<b>13:53</b>
		2017	2:31	2:49	2:56	2:53	2:58	<b>14:07</b>
		2018	2:39	2:51	2:51	2:51	2:51	<b>14:03</b>
		2019	2:42	2:43	2:51	2:54	2:53	<b>14:03</b>
<b>Detlef Kasig</b>	63	2003	2:32	2:43	2:48	2:49	2:48	<b>13:40</b>
		2007	2:39	2:46	2:53	2:53	2:58	<b>14:09</b>
		2009	2:50	2:56	3:00	3:05	2:59	<b>14:50</b>
		2012	2:52	3:04	3:13	3:12	3:12	<b>15:33</b>
		2013	2:54	3:01	3:07	3:06	3:06	<b>15:14</b>
		2014	3:03	3:24	3:31	3:32	3:33	<b>17:03</b>
		2015	3:17	3:27	3:33	3:36	3:36	<b>17:29</b>
		2018	3:23	3:38	3:43	3:42	3:42	<b>18:08</b>
		2019	3:24	3:39	3:48	3:42	3:46	<b>18:19</b>
<b>Sven Meinen</b>	89	2002	2:21	2:33	2:41	2:43	2:29	<b>12:47</b>
		2003	2:20	2:20	2:26	2:32	2:24	<b>12:02</b>
		2004	2:06	2:21	2:15	2:11	2:13	<b>11:06</b>
		2006	1:59	2:04	2:05	2:10	2:22	<b>10:40</b>
		2007	2:04	2:01	2:03	2:13	1:59	<b>10:20</b>
		2008	2:05	2:09	2:06	2:12	2:02	<b>10:34</b>
		2009	1:57	1:59	2:02	2:00	1:59	<b>9:57</b>
		2012	2:01	2:07	2:08	2:09	2:07	<b>10:32</b>
		2013	2:01	2:00	2:06	2:02	2:02	<b>10:11</b>
<b>Victoria Willcox-Heidner</b>	73	1992	2:10	2:14	2:16	2:14	2:16	<b>11:10</b>
		1993	2:12	2:12	2:10	2:13	2:15	<b>11:02</b>
		1994	2:02	2:03	2:04	2:06	2:09	<b>10:24</b>
		1995	2:04	2:07	2:10	2:11	2:12	<b>10:44</b>
		1998	2:06	2:09	2:08	2:05	2:06	<b>10:34</b>
		2001	2:07	2:07	2:15	2:10	2:15	<b>10:54</b>
		2002	2:10	2:14	2:13	2:11	2:06	<b>10:54</b>
		2003	2:04	2:08	2:09	2:07	2:06	<b>10:34</b>
		2006	2:19	2:19	2:19	2:18	2:14	<b>11:29</b>
<b>Klaus Heidner</b>	48	1991	2:05	2:06	2:08	2:05	2:13	<b>10:37</b>
		1993	1:58	2:03	2:05	2:07	2:07	<b>10:20</b>
		1994	2:01	2:05	2:06	2:07	2:06	<b>10:25</b>
		1995	2:05	2:10	2:10	2:08	2:10	<b>10:43</b>

		1997	2:12	2:13	2:10	2:11	2:10	<b>10:56</b>
		1999	2:08	2:13	2:12	2:14	2:14	<b>11:01</b>
		2000	2:11	2:14	2:12	2:13	2:11	<b>11:01</b>
		2001	2:17	2:17	2:19	2:17	2:14	<b>11:24</b>
		2002	2:22	2:18	2:22	2:24	2:20	<b>11:46</b>
<b>Michael Holzerland</b>	70	1982	2:17	2:27	2:33	2:31	2:19	<b>12:07</b>
		1983	2:15	2:17	2:27	2:22	2:15	<b>11:36</b>
		1984	1:56	2:13	2:12	2:13	2:09	<b>10:43</b>
		1985	1:57	2:11	2:07	2:08	1:56	<b>10:19</b>
		1986	1:55	2:08	2:08	2:09	2:05	<b>10:25</b>
		1987	1:48	2:02	1:57	1:57	2:00	<b>9:44</b>
		1993	1:56	2:07	2:07	2:11	2:03	<b>10:24</b>
		1996	2:07	2:08	2:05	2:13	2:09	<b>10:42</b>
		1997	1:56	1:59	1:59	2:02	2:02	<b>9:58</b>
<b>Sandra Junge</b>	72	2012	3:08	3:31	3:39	3:36	3:29	<b>17:23</b>
		2013	3:12	3:29	3:35	3:38	3:42	<b>17:36</b>
		2015	3:13	3:13	3:26	3:30	3:33	<b>16:55</b>
		2016	3:07	3:18	3:22	3:27	3:25	<b>16:39</b>
		2017	3:13	3:22	3:27	3:36	3:39	<b>17:17</b>
		2018	3:12	3:26	3:35	3:42	3:42	<b>17:37</b>
		2019	2:57	3:10	3:16	3:13	3:14	<b>15:50</b>
		2022	3:25	3:37	3:41	3:41	3:44	<b>18:08</b>
<b>Pascal Pflüger</b> ist 2016 in beiden Läufen gestartet.	97	2011	2:41	2:39	2:44	2:44	2:48	<b>13:36</b>
		2012	2:24	2:35	2:40	2:42	2:31	<b>12:52</b>
		2013	2:26	2:28	2:32	2:36	2:23	<b>12:25</b>
		2014	2:39	2:36	2:31	2:23	2:11	<b>12:20</b>
		2015	2:45	2:30	2:30	2:30	2:21	<b>12:36</b>
		2016	2:15	2:18	2:14	2:30	2:19	<b>11:36</b>
		2016	2:33	2:27	2:21	2:23	2:13	<b>11:57</b>
		2017	2:12	2:15	2:19	2:19	2:15	<b>11:20</b>
<b>Detlef Otten</b>	62	2003	2:16	2:20	2:22	2:26	2:16	<b>11:40</b>
		2005	2:14	2:16	2:30	2:28	2:23	<b>11:51</b>
		2006	2:25	2:26	2:25	2:29	2:26	<b>12:11</b>
		2007	2:26	2:30	2:33	2:38	2:33	<b>12:40</b>
		2009	2:27	2:30	2:30	2:29	2:27	<b>12:23</b>
		2012	2:34	2:37	2:41	2:43	2:40	<b>13:15</b>
		2014	2:38	2:39	2:39	2:41	2:40	<b>13:17</b>
		2017	2:47	2:49	2:50	2:50	2:51	<b>14:07</b>
<b>Jeannette Horn</b>	70	2003	2:36	2:49	2:49	2:50	2:48	<b>13:52</b>
		2004	2:31	2:41	2:42	2:46	2:44	<b>13:24</b>
		2005	2:25	2:31	2:32	2:29	2:28	<b>12:25</b>
		2006	2:28	2:28	2:26	2:29	2:29	<b>12:20</b>
		2007	2:21	2:33	2:37	2:40	2:33	<b>12:44</b>
		2008	2:23	2:26	2:32	2:35	2:33	<b>12:29</b>
		2009	2:23	2:28	2:29	2:29	2:25	<b>12:14</b>
		2011	2:34	2:40	2:41	2:40	2:33	<b>13:08</b>
<b>Christian Kellerer</b>	69	1996	1:59	2:14	2:11	2:15	2:13	<b>10:52</b>
		1998	2:00	2:13	2:14	2:10	2:07	<b>10:44</b>
		1999	2:10	2:16	2:24	2:27	2:22	<b>11:39</b>
		2000	2:14	2:20	2:22	2:21	2:12	<b>11:29</b>
		2001	2:20	2:19	2:19	2:19	2:25	<b>11:42</b>
		2007	2:17	2:15	2:14	2:15	2:22	<b>11:23</b>
		2008	2:19	2:22	2:23	2:29	2:22	<b>11:55</b>
		2009	2:18	2:21	2:25	2:20	2:25	<b>11:49</b>

<b>Christiane Spallek</b>	65	1985	2:15	2:39	2:35	2:37	2:27	<b>12:33</b>
		1988	2:13	2:24	2:27	2:36	2:23	<b>12:03</b>
		1992	2:23	2:27	2:32	2:40	2:23	<b>12:25</b>
		1996	2:14	2:21	2:21	2:20	2:16	<b>11:32</b>
		1997	2:10	2:19	2:22	2:18	2:15	<b>11:24</b>
		1999	2:10	2:18	2:17	2:16	2:11	<b>11:12</b>
		2001	2:04	2:15	2:15	2:12	2:11	<b>10:57</b>
		2002	2:09	2:17	2:16	2:16	2:12	<b>11:10</b>
<b>Lars Haack</b>	70	1985	2:03	2:03	2:10	2:18	2:12	<b>10:46</b>
		1986	1:58	2:05	2:12	2:14	2:08	<b>10:37</b>
		1987	1:48	2:10	2:21	2:28	2:29	<b>11:16</b>
		1988	1:46	2:01	2:02	2:05	1:57	<b>9:51</b>
		1990	1:55	2:00	2:01	2:08	2:04	<b>10:08</b>
		1992	1:53	2:04	2:10	2:10	2:03	<b>10:20</b>
		1996	2:02	2:01	2:03	2:10	2:09	<b>10:25</b>
		1997	2:07	2:09	2:08	2:16	2:09	<b>10:49</b>
<b>Uwe Heidner</b>	71	1985	1:51	2:00	2:07	2:12	2:11	<b>10:21</b>
		1986	1:58	1:58	1:42	2:00	1:54	<b>9:32</b>
		1987	1:49	1:58	1:59	2:03	2:05	<b>9:54</b>
		1988	1:44	1:53	1:56	1:54	1:52	<b>9:19</b>
		1991	1:44	1:51	1:58	1:54	1:53	<b>9:20</b>
		1992	1:48	1:52	1:56	1:55	1:53	<b>9:24</b>
		1993	1:49	1:49	1:50	1:54	1:54	<b>9:16</b>
		1995	1:55	1:54	1:57	1:53	1:56	<b>9:35</b>
<b>Lars Hunsche</b>	70	1987	1:49	1:54	2:04	2:07	1:50	<b>9:44</b>
		1988	1:43	1:51	1:49	1:44	1:50	<b>8:57</b>
		1990	1:50	1:55	1:54	1:55	1:54	<b>9:28</b>
		1991	1:53	2:01	2:02	2:08	1:50	<b>9:54</b>
		1992	1:50	1:53	1:56	1:58	1:48	<b>9:25</b>
		1993	1:51	2:01	1:57	1:56	1:56	<b>9:41</b>
		1994	1:46	1:55	1:55	1:52	1:49	<b>9:17</b>
		1995	1:47	1:53	1:58	1:58	1:55	<b>9:31</b>
<b>Andref Kliem</b>	69	1982	2:31	2:40	2:52	2:49	2:51	<b>13:43</b>
		1983	2:20	2:33	2:28	2:32	2:31	<b>12:24</b>
		1985	2:04	2:18	2:23	2:22	2:20	<b>11:27</b>
		1986	2:04	2:25	2:20	2:24	2:21	<b>11:34</b>
		1990	1:59	2:14	2:26	2:26	2:19	<b>11:14</b>
		1991	2:06	2:11	2:16	2:16	2:17	<b>11:06</b>
		1992	1:57	2:10	2:11	2:15	2:06	<b>10:39</b>
		1993	1:59	2:08	2:13	2:14	2:06	<b>10:40</b>
<b>Sören Otten</b>	94	2003	2:45	2:51	2:59	3:05	3:12	<b>14:52</b>
		2005	2:28	2:37	2:34	2:35	2:38	<b>12:52</b>
		2006	2:21	2:31	2:31	2:32	2:32	<b>12:27</b>
		2007	2:19	2:23	2:24	2:25	2:25	<b>11:56</b>
		2009	2:02	2:00	2:04	2:06	2:04	<b>10:16</b>
		2017	1:53	1:58	2:00	2:05	1:59	<b>9:52</b>
		2019	1:57	2:06	2:00	1:59	2:05	<b>10:08</b>
		<b>Dr. Heike Piotrowski</b>	82	2008	2:17	2:26	2:31	2:27
2009	2:14			2:26	2:28	2:28	2:26	<b>12:02</b>
2011	2:37			2:37	2:38	2:37	2:33	<b>13:02</b>
2012	2:11			2:21	2:21	2:22	2:22	<b>11:37</b>
2014	2:12			2:21	2:25	2:20	2:24	<b>11:42</b>
2017	2:20			2:24	2:22	2:24	2:27	<b>11:57</b>
2019	2:13			2:25	2:34	2:37	2:37	<b>12:26</b>

<b>Melanie Otte</b>	72	2011	2:46	2:49	2:50	2:51	2:50	<b>14:06</b>
		2012	2:48	2:49	2:50	2:52	2:50	<b>14:09</b>
		2013	3:02	3:01	3:00	2:59	2:59	<b>15:01</b>
		2014	2:48	2:56	2:56	2:55	2:53	<b>14:28</b>
		2015	2:58	2:57	2:58	2:57	2:59	<b>14:49</b>
		2016	2:50	2:52	2:54	2:53	2:55	<b>14:24</b>
		2018	2:51	2:52	2:49	2:53	2:48	<b>14:13</b>
<b>Frank Dams</b>	65	2000	2:24	2:41	2:40	2:40	2:43	<b>13:08</b>
		2001	2:22	2:31	2:33	2:33	2:35	<b>12:34</b>
		2002	2:25	2:38	2:36	2:37	2:40	<b>12:56</b>
		2003	2:29	2:39	2:44	2:44	2:49	<b>13:25</b>
		2006	2:29	2:37	2:41	2:44	2:41	<b>13:12</b>
		2007	2:32	2:36	2:38	2:41	2:39	<b>13:06</b>
		2013	2:28	2:39	2:38	2:40	2:39	<b>13:04</b>
<b>Benjamin Horn</b>	94	2003	2:51	2:48	3:03	3:06	3:17	<b>15:05</b>
		2004	2:37	2:40	2:40	2:44	2:43	<b>13:24</b>
		2005	2:22	2:31	2:31	2:34	2:29	<b>12:27</b>
		2006	2:23	2:29	2:31	2:35	2:34	<b>12:32</b>
		2007	2:17	2:23	2:26	2:25	2:20	<b>11:51</b>
		2009	2:02	2:03	2:08	2:08	2:06	<b>10:27</b>
		2013	2:11	2:55	3:23	2:56	2:38	<b>14:03</b>
<b>Jens Seddig</b>	65	2003	2:12	2:12	2:16	2:19	2:16	<b>11:15</b>
		2004	1:57	2:11	2:14	2:15	2:11	<b>10:48</b>
		2005	2:07	2:11	2:15	2:15	2:10	<b>10:58</b>
		2006	2:11	2:17	2:18	2:20	2:16	<b>11:22</b>
		2007	2:07	2:14	2:19	2:23	2:15	<b>11:18</b>
		2008	2:16	2:22	2:24	2:21	2:14	<b>11:37</b>
		2009	2:15	2:24	2:25	2:29	2:29	<b>11:53</b>
<b>Daniel Schwietert</b>	77	2001	2:15	2:20	2:25	2:22	2:18	<b>11:40</b>
		2002	2:05	2:06	2:09	2:12	2:11	<b>10:43</b>
		2003	2:07	2:10	2:05	2:09	2:09	<b>10:40</b>
		2005	1:59	2:04	2:02	2:04	2:02	<b>10:11</b>
		2006	1:59	2:04	2:04	2:05	2:05	<b>10:17</b>
		2008	2:04	2:09	2:09	2:12	2:05	<b>10:39</b>
		2009	2:01	2:04	2:06	2:04	1:59	<b>10:14</b>
<b>Lars Gronewold</b>	73	1987	1:50	1:59	2:04	2:07	2:06	<b>10:06</b>
		1988	1:49	1:51	1:48	1:56	1:56	<b>9:20</b>
		1992	1:42	1:48	1:49	1:51	1:49	<b>8:59</b>
		1997	1:49	1:51	1:58	1:58	1:58	<b>9:34</b>
		2000	1:47	1:55	1:54	1:55	1:51	<b>9:22</b>
		2001	1:49	1:53	1:52	1:53	1:49	<b>9:16</b>
		2002	1:58	1:59	2:02	2:03	1:55	<b>9:57</b>
<b>Uwe Totzke</b>	65	1994	2:01	2:02	2:04	2:04	2:05	<b>10:16</b>
		1995	1:59	2:02	2:01	2:03	1:57	<b>10:02</b>
		1996	2:04	2:05	2:04	2:05	2:02	<b>10:20</b>
		1997	2:02	2:02	2:03	2:03	2:03	<b>10:13</b>
		1998	1:57	2:01	2:06	2:03	2:09	<b>10:16</b>
		2001	1:57	1:59	2:02	2:04	2:04	<b>10:06</b>
		2002	2:02	2:08	2:11	2:10	2:12	<b>10:43</b>
<b>Eike Steinbrück</b>	79	1993	2:03	2:12	2:06	2:32	2:22	<b>11:15</b>
		1994	2:03	2:09	2:12	2:27	2:04	<b>10:55</b>
		1995	2:06	2:10	2:16	2:37	2:08	<b>11:17</b>
		1997	1:59	2:07	2:09	2:11	2:21	<b>10:47</b>
		1998	2:01	2:05	2:07	2:01	2:16	<b>10:30</b>

		1999	2:05	2:07	2:13	2:18	2:13	<b>10:56</b>
		2001	1:55	1:58	2:03	2:09	2:13	<b>10:18</b>
<b>Thomas Raddatz</b>	71	1988	1:54	1:57	2:01	2:02	1:58	<b>9:52</b>
		1990	1:52	1:59	2:07	1:59	2:01	<b>9:58</b>
		1991	1:48	1:51	1:57	1:55	1:53	<b>9:24</b>
		1992	1:45	1:53	1:57	1:58	1:56	<b>9:29</b>
		1993	1:50	1:53	1:56	2:00	1:57	<b>9:36</b>
		1994	1:38	1:48	1:55	1:51	1:54	<b>9:06</b>
		1996	1:47	1:55	1:55	1:56	1:57	<b>9:30</b>
<b>Thomas Klingenberg</b>	71	2013	2:19	2:27	2:25	2:26	2:23	<b>12:00</b>
		2016	2:10	2:13	2:16	2:19	2:16	<b>11:14</b>
		2017	2:12	2:20	2:20	2:18	2:16	<b>11:26</b>
		2018	2:05	2:15	2:16	2:14	2:17	<b>11:07</b>
		2019	2:10	2:22	2:22	2:21	2:17	<b>11:32</b>
		2022	2:24	2:26	2:27	2:26	2:28	<b>12:12</b>
<b>Tanja Schröder</b>	70	2009	2:39	2:44	2:51	2:47	2:54	<b>13:55</b>
		2014	2:31	2:31	2:36	2:34	2:34	<b>12:46</b>
		2015	2:38	2:40	2:38	2:38	2:35	<b>13:09</b>
		2016	2:28	2:30	2:32	2:37	2:35	<b>12:42</b>
		2017	2:37	2:43	2:41	2:42	2:42	<b>13:25</b>
		2018	2:31	2:40	2:41	2:43	2:43	<b>13:18</b>
<b>Jens Zählke</b>	64	2009	2:29	2:35	2:43	2:44	2:41	<b>13:12</b>
		2011	2:27	2:37	2:41	2:44	2:43	<b>13:12</b>
		2012	2:31	2:37	2:38	2:41	2:41	<b>13:08</b>
		2014	2:40	2:47	2:46	2:51	2:52	<b>13:56</b>
		2017	2:44	2:49	2:51	2:56	2:57	<b>14:17</b>
		2018	2:50	2:55	2:57	3:00	2:59	<b>14:41</b>
<b>Lena Baller</b>	95	2011	3:09	3:04	3:10	3:19	3:21	<b>16:03</b>
		2012	3:02	3:02	3:07	3:15	3:13	<b>15:39</b>
		2013	2:39	2:46	2:50	2:59	2:59	<b>14:13</b>
		2015	3:04	3:00	2:59	3:01	3:04	<b>15:08</b>
		2016	2:42	2:42	2:46	2:45	2:52	<b>13:47</b>
		2017	2:53	2:59	3:01	2:59	3:03	<b>14:55</b>
<b>Thomas Schöndube-Schäfer</b>	68	2009	2:09	2:21	2:23	2:24	2:25	<b>11:42</b>
		2011	2:12	2:25	2:27	2:35	2:27	<b>12:06</b>
		2012	2:21	2:28	2:31	2:33	2:27	<b>12:20</b>
		2015	2:35	2:35	2:42	2:44	2:48	<b>13:24</b>
		2016	2:38	2:36	2:47	2:51	2:52	<b>13:44</b>
		2017	2:35	2:49	2:57	3:00	2:56	<b>14:17</b>
<b>Carsten Piotrowski</b>	79	2008	2:06	2:28	2:27	2:29	2:28	<b>11:58</b>
		2009	2:06	2:15	2:23	2:23	2:18	<b>11:25</b>
		2011	2:08	2:18	2:16	2:13	2:14	<b>11:09</b>
		2012	2:09	2:06	2:10	2:10	2:11	<b>10:46</b>
		2014	2:17	2:10	2:13	2:16	2:16	<b>11:12</b>
		2017	2:07	2:09	2:12	2:10	2:10	<b>10:48</b>
<b>Robin Helling</b> ist 2017 in beiden Läufen gestartet.	01	2012	2:10	2:21	2:27	2:24	2:21	<b>11:43</b>
		2013	2:19	2:29	2:30	2:26	2:23	<b>12:07</b>
		2015	2:01	2:14	2:15	2:15	2:05	<b>10:50</b>
		2016	1:51	2:04	2:10	2:14	2:06	<b>10:25</b>
		2017	2:02	2:15	2:19	2:19	2:16	<b>11:11</b>
		2017	2:12	2:24	2:28	2:29	2:24	<b>11:57</b>
<b>Chris-Manuel Horn</b>	96	2005	2:30	2:39	2:38	2:41	2:35	<b>13:03</b>
		2007	2:26	2:38	2:46	2:44	2:34	<b>13:08</b>
		2009	2:12	2:18	2:28	2:34	2:39	<b>12:11</b>

		2011	2:10	2:20	2:32	2:26	2:25	<b>11:53</b>
		2012	2:14	2:25	2:32	2:40	2:19	<b>12:10</b>
		2013	2:10	2:25	2:50	2:22	2:47	<b>12:34</b>
<b>Malte Thumann</b>	92	2005	2:24	2:28	2:32	2:33	2:32	<b>12:29</b>
		2006	2:12	2:26	2:31	2:32	2:24	<b>12:05</b>
		2007	2:16	2:17	2:27	2:32	2:21	<b>11:53</b>
		2008	2:16	2:41	2:42	2:43	2:31	<b>12:53</b>
		2009	2:18	2:29	2:24	2:43	2:31	<b>12:53</b>
		2013	2:36	2:40	2:46	2:59	2:49	<b>13:50</b>
<b>Charly Kowollik</b>	57	2002	2:12	2:20	2:25	2:23	2:24	<b>11:44</b>
		2003	2:14	2:21	2:17	2:23	2:22	<b>11:37</b>
		2004	2:18	2:21	2:21	2:26	2:24	<b>11:50</b>
		2007	2:11	2:18	2:21	2:21	2:28	<b>11:39</b>
		2008	2:13	2:19	2:21	2:23	2:22	<b>11:38</b>
		2012	2:11	2:25	2:25	2:27	2:26	<b>11:54</b>
<b>Markus Zirklewski</b>	86	2001	2:15	2:27	2:24	2:41	2:34	<b>12:21</b>
		2002	2:14	2:19	2:18	2:23	2:22	<b>11:36</b>
		2003	2:18	2:21	2:28	2:30	2:34	<b>12:11</b>
		2006	2:09	2:21	2:22	2:23	2:15	<b>11:30</b>
		2007	2:07	2:07	2:08	2:09	2:10	<b>10:41</b>
		2009	2:12	2:23	2:24	2:29	2:29	<b>11:57</b>
<b>Michael Mäschig</b>	77	2001	1:51	1:53	1:56	1:55	1:56	<b>9:31</b>
		2002	1:56	2:00	1:55	1:59	2:03	<b>9:53</b>
		2003	1:49	1:55	1:58	1:58	1:57	<b>9:37</b>
		2004	1:56	2:00	2:01	2:02	2:00	<b>9:59</b>
		2006	1:54	1:57	1:57	1:59	2:01	<b>9:48</b>
		2008	1:53	1:59	2:01	2:05	2:05	<b>10:03</b>
<b>Beatrix Sandstede</b>	57	1992	2 :38	2 :40	2 :42	2 :46	2 :46	<b>13 :32</b>
		1993	2 :34	2 :48	2 :50	2 :48	2 :48	<b>13 :48</b>
		1994	2 :37	2 :40	2 :41	2 :43	2 :40	<b>13 :21</b>
		1995	2 :32	2 :33	2 :34	2 :35	2 :40	<b>12 :54</b>
		1996	2 :39	2 :40	2 :40	2 :37	2 :39	<b>13 :15</b>
		1997	2 :42	2 :45	2 :45	2 :50	2 :48	<b>13 :50</b>
<b>Claas Riemer</b>	75	1991	2:08	2:16	2:25	2:23	2:22	<b>11:34</b>
		1992	2:05	2:07	2:18	2:20	2:14	<b>11:04</b>
		1993	2:02	2:13	2:16	2:18	2:19	<b>11:08</b>
		1994	2:11	2:10	2:15	2:12	2:07	<b>10:55</b>
		1995	2:13	2:11	2:09	2:15	2:10	<b>10:58</b>
		1996	2:05	2:05	2:13	2:14	2:07	<b>10:44</b>
<b>Thomas Oppermann</b>	69	1982	2:31	2:49	2:56	2:46	2:55	<b>13:57</b>
		1984	2:08	2:20	2:28	2:26	2:29	<b>11:51</b>
		1985	2:04	2:13	2:19	2:20	2:18	<b>11:14</b>
		1986	2:03	2:12	2:13	2:12	2:10	<b>10:50</b>
		1987	2:00	2:10	2:10	2:14	2:11	<b>10:45</b>
		1988	1:54	2:01	2:00	1:56	2:00	<b>9:51</b>
<b>Bernd Mischke</b>	73	1987	2:01	2:10	2:15	2:16	2:10	<b>10:52</b>
		1988	1:59	2:13	2:12	2:14	2:03	<b>10:41</b>
		1990	1:53	2:03	2:12	2:09	1:50	<b>10:07</b>
		1991	1:57	2:03	2:08	2:07	2:02	<b>10:17</b>
		1992	1:58	2:00	2:01	2:07	1:46	<b>9:52</b>
		1993	1:58	2:05	2:07	2:08	1:53	<b>10:11</b>
<b>Max Junge</b>	03	2014	3:18	3:27	3:25	3:26	3:35	<b>17:11</b>
		2017	2:45	2:57	2:58	3:09	3:08	<b>14:57</b>
		2018	2:21	2:31	2:32	2:39	2:39	<b>12:42</b>



		2019	2:21	2:24	2:23	2:25	2:26	<b>11:59</b>
		2022	2:28	2:25	2:27	2:28	2:30	<b>12:18</b>
<b>Matthias Körn</b>	76	2013	2:10	2:21	2:22	2:23	2:21	<b>11:37</b>
		2014	2:05	2:24	2:29	2:29	2:20	<b>11:47</b>
		2015	2:10	2:17	2:21	2:20	2:22	<b>11:30</b>
		2016	2:11	2:31	2:31	2:27	2:32	<b>12:12</b>
		2018	2:10	2:29	2:22	2:20	2:13	<b>11:35</b>
<b>Andreas Fieger</b>	64	2013	2:27	2:33	2:32	2:36	2:29	<b>12:37</b>
		2014	2:40	2:35	2:35	2:37	2:38	<b>13:05</b>
		2015	2:32	2:30	2:32	2:37	2:37	<b>12:48</b>
		2016	2:33	2:31	2:34	2:36	2:35	<b>12:45</b>
		2017	2:30	2:29	2:34	2:34	2:34	<b>12:41</b>
<b>Morten Otten</b>	97	2006	2:36	2:42	2:40	2:49	2:45	<b>13:32</b>
		2007	2:28	2:33	2:31	2:34	2:33	<b>12:39</b>
		2009	2:22	2:31	2:34	2:42	2:34	<b>12:43</b>
		2012	2:11	2:20	2:19	2:23	2:22	<b>11:35</b>
		2013	2:08	2:17	2:15	2:18	2:14	<b>11:12</b>
<b>Wilfried Meinen</b>	53	2002	2:30	2:33	2:37	2:34	2:33	<b>12:47</b>
		2003	2:35	2:45	2:46	2:51	2:52	<b>13:49</b>
		2006	2:27	2:37	2:54	2:55	2:37	<b>13:30</b>
		2007	2:38	2:40	2:40	2:46	2:43	<b>13:27</b>
		2013	2:55	2:57	3:01	3:00	2:57	<b>14:50</b>
<b>Julien Hörig</b>	94	2005	2:37	2:39	2:32	2:37	2:28	<b>12:24</b>
		2006	2:23	2:23	2:28	2:30	2:37	<b>12:21</b>
		2007	2:18	2:27	2:34	2:34	2:31	<b>12:24</b>
		2008	2:06	2:08	2:09	2:08	2:15	<b>10:46</b>
		2009	2:02	1:58	2:00	2:03	1:58	<b>10:01</b>
<b>Norbert Weinberg</b>	61	2003	2:07	2:11	2:10	2:12	2:14	<b>10:54</b>
		2004	2:08	2:11	2:11	2:14	2:14	<b>10:58</b>
		2006	2:11	2:12	2:10	2:10	2:14	<b>10:57</b>
		2007	2:09	2:11	2:11	2:14	2:16	<b>11:01</b>
		2008	2:11	2:14	2:15	2:14	2:15	<b>11:09</b>
<b>Gunter Weiland</b>	53	1991	2:07	2:14	2:12	2:07	2:06	<b>10:46</b>
		1992	1:56	2:05	2:08	2:08	2:01	<b>10:18</b>
		1994	2:04	2:13	2:15	2:21	2:20	<b>11:13</b>
		2001	2:14	2:24	2:23	2:24	2:25	<b>11:50</b>
		2008	2:30	2:30	2:28	2:26	2:25	<b>12:19</b>
<b>Wilfried Holzerland</b>	46	1992	1:57	2:09	2:12	2:13	2:14	<b>10:45</b>
		1993	1:57	2:16	2:18	2:16	2:14	<b>11:01</b>
		1995	2:16	2:16	2:17	2:17	2:19	<b>11:25</b>
		2002	2:09	2:18	2:25	2:19	2:21	<b>11:32</b>
		2004	2:22	2:25	2:25	2:23	2:19	<b>11:54</b>
<b>Malte Abraham</b>	82	1995	2:19	2:21	2:28	2:30	2:21	<b>11:59</b>
		1996	2:04	2:08	2:13	2:16	2:10	<b>10:51</b>
		1997	1:55	2:01	2:08	2:06	2:02	<b>10:12</b>
		1998	1:47	1:53	1:59	2:01	1:56	<b>9:36</b>
		2001	1:43	1:51	1:57	2:00	1:57	<b>9:28</b>
<b>Soenke Tiarks</b>	78	1994	2:10	2:16	2:24	2:19	2:20	<b>11:29</b>
		1995	2:12	2:12	2:21	2:23	2:19	<b>11:27</b>
		1996	2:13	2:29	2:30	2:30	2:28	<b>12:10</b>
		1997	2:17	2:30	2:29	2:35	2:26	<b>12:17</b>
		1998	2:11	2:21	2:25	2:26	2:24	<b>11:47</b>
<b>Heinz Hippler</b>	47	1991	2:03	2:15	2:17	2:18	2:16	<b>11:09</b>
		1992	2:10	2:15	2:14	2:15	2:15	<b>11:09</b>

		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
<b>Volker Laabs</b>	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
<b>Markus Schellenberg</b>	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
<b>Christoph Löwner</b>	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
<b>Jürgen Armonies</b>	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
		2019	2:53	2:57	2:56	2:55	2:52	14:33
<b>Philipp Hoell</b>	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
		2018	2:12	2:13	2:17	2:18	2:19	11:19
		2019	2:15	2:20	2:28	2:29	2:28	12:00
<b>Mario Falk</b>	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
		2018	2:22	2:232	2:30	2:40	2:42	12:46
<b>Horst Schröder</b>	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
<b>Jörg Bruns</b>	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
<b>Jonathan Stephan</b>	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
<b>Rolf Rocker</b>	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
<b>Jan-Hendrik Hans</b>	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
<b>Katja Leschik</b>	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	<b>13:56</b>
<b>Silvia Hörig</b>	62	2004	2:34	2:46	2:51	2:48	2:46	<b>13:45</b>
		2005	2:27	2:52	2:43	2:45	2:42	<b>13:29</b>
		2006	2:31	2:45	2:36	2:35	2:29	<b>12:56</b>
		2008	2:32	2:43	2:38	2:37	2:36	<b>13:06</b>
<b>Joel Hörig</b>	96	2004	2:38	2:43	2:48	2:45	2:44	<b>13:38</b>
		2005	2:26	2:41	2:35	2:38	2:34	<b>12:54</b>
		2006	2:26	2:30	2:35	2:34	2:29	<b>12:34</b>
		2007	2:34	2:45	2:51	2:41	2:35	<b>13:26</b>
<b>Sebastian Brendel</b>	92	2006	2:21	2:23	2:23	2:25	2:18	<b>11:50</b>
		2007	2:05	2:06	2:10	2:06	2:07	<b>10:34</b>
		2008	1:54	1:59	2:04	2:04	2:03	<b>10:04</b>
		2009	2:01	2:02	2:05	2:10	2:05	<b>10:23</b>
<b>Alfred Knoblauch</b>	61	2005	2:15	2:13	2:14	2:16	2:16	<b>11:14</b>
		2006	2:08	2:11	2:12	2:14	2:14	<b>10:59</b>
		2007	2:15	2:18	2:18	2:17	2:17	<b>11:25</b>
		2009	2:13	2:16	2:17	2:16	2:14	<b>11:16</b>
<b>Wilfried Feil</b>	43	1997	2:23	2:27	2:33	2:33	2:32	<b>12:28</b>
		2002	2:32	2:30	2:27	2:33	2:32	<b>12:34</b>
		2006	2:36	2:35	2:41	2:44	2:39	<b>13:15</b>
		2009	2:50	2:39	2:46	2:49	2:46	<b>13:50</b>
<b>Marc Kowollik</b>	85	2002	1:59	2:24	2:29	2:25	2:17	<b>11:34</b>
		2003	2:03	2:14	2:14	2:22	2:13	<b>11:06</b>
		2004	2:14	2:13	2:16	2:13	2:11	<b>11:07</b>
		2007	2:06	2:06	2:15	2:25	2:24	<b>11:16</b>
<b>Klaus Kieselhorst</b>	59	2001	2:33	2:26	2:26	2:31	2:31	<b>12:27</b>
		2002	2:18	2:29	2:31	2:31	2:28	<b>12:17</b>
		2005	2:11	2:27	2:31	2:32	2:28	<b>12:09</b>
		2007	2:21	2:30	2:30	2:34	2:34	<b>12:29</b>
<b>Carmen Kropp</b>	77	1995	2:34	2:37	2:47	2:48	2:43	<b>13:29</b>
		1996	2:35	2:36	2:33	2:37	2:42	<b>13:03</b>
		2002	2:24	2:25	2:26	2:28	2:27	<b>12:10</b>
		2003	2:25	2:31	2:33	2:35	2:32	<b>12:36</b>
<b>Uwe Rohlfs</b>	69	1998	2:09	2:17	2:17	2:19	2:17	<b>11:19</b>
		1999	2:05	2:10	2:13	2:12	2:15	<b>10:55</b>
		2000	2:07	2:10	2:11	2:14	2:12	<b>10:54</b>
		2002	2:17	2:19	2:19	2:19	2:20	<b>11:34</b>
<b>Martin Kohlwes</b>	78	1997	1:58	2:02	2:05	2:07	2:01	<b>10:13</b>
		1999	1:54	1:57	1:58	1:58	1:56	<b>9:43</b>
		2000	2:02	1:57	1:58	2:01	1:56	<b>9:54</b>
		2001	1:54	1:55	1:55	1:55	1:52	<b>9:31</b>
<b>Nils-Henning Seidel</b>	84	1996	2:22	2:27	2:30	2:35	2:34	<b>12:28</b>
		1997	2:21	2:22	2:22	2:22	2:12	<b>11:39</b>
		1998	2:08	2:12	2:14	2:14	2:10	<b>10:58</b>
		1999	2:08	2:09	2:07	2:05	2:01	<b>10:30</b>
<b>Axel Domeyer</b>	83	1995	2:25	2:30	2:32	2:33	2:34	<b>12:34</b>
		1996	2:22	2:29	2:32	2:32	2:38	<b>12:33</b>
		1997	2:17	2:25	2:28	2:29	2:28	<b>12:07</b>
		1998	2:08	2:19	2:21	2:21	2:23	<b>11:32</b>
<b>Nicole Schikowski</b>	77	1990	2:19	2:44	2:44	2:49	2:46	<b>13:22</b>
		1991	2:30	2:49	2:54	2:53	3:04	<b>14:10</b>
		1993	2:22	2:20	2:24	2:27	2:25	<b>11:58</b>
		1994	2:22	2:34	2:40	2:39	2:40	<b>12:55</b>

<b>Swenja Heiden</b>	69	1982	2:32	2:45	2:56	2:57	2:53	<b>14:03</b>
		1983	2:30	2:28	3:03	2:45	2:46	<b>13:32</b>
		1984	2:23	2:29	2:34	2:36	2:37	<b>12:39</b>
		1985	2:40	2:30	2:35	2:45	2:44	<b>13:14</b>
<b>Thomas Kischel</b>	68	1983	2:20	2:25	2:25	2:35	2:35	<b>12:20</b>
		1984	1:46	2:07	2:17	2:19	2:08	<b>10:37</b>
		1985	2:00	2:05	1:59	2:18	2:10	<b>10:32</b>
		1986	1:54	2:11	2:11	2:14	2:03	<b>10:33</b>
<b>Imke Schiersch</b>	70	1988	2:11	2:18	2:26	2:26	2:23	<b>11:44</b>
		1990	2:05	2:14	2:19	2:18	2:14	<b>11:10</b>
		1992	2:06	2:27	2:33	2:33	2:30	<b>12:09</b>
		1993	2:18	2:23	2:29	2:28	2:22	<b>12:00</b>
<b>Patrick Kasig</b>	88	2007	2:27	2:34	2:46	2:51	2:27	<b>13:05</b>
		2012	2:32	2:51	3:29	3:15	2:51	<b>14:58</b>
		2019	2:24	2:36	2:49	2:49	2:37	<b>13:15</b>
<b>Timo Bruns</b>	03	2014	2:20	2:22	2:20	2:29	2:26	<b>11:57</b>
		2015	2:12	2:16	2:18	2:20	2:15	<b>11:21</b>
		2019	2:08	2:03	2:08	2:13	2:12	<b>10:44</b>
<b>Salmaan Ibrahim Salad</b>	00	2017	1:57	2:16	2:23	2:19	2:12	<b>11:07</b>
		2018	1:57	2:07	2:23	2:21	2:21	<b>11:10</b>
		2019	1:57	2:19	2:14	2:17	2:18	<b>11:05</b>
<b>Friderieke Runde</b>	08	2017	2:58	3:03	3:12	3:19	3:01	<b>15:33</b>
		2018	2:44	2:49	3:09	2:55	2:44	<b>14:21</b>
		2019	2:49	3:03	3:33	3:26	3:18	<b>16:09</b>
<b>Rhea Junge</b>	07	2017	3:30	4:24	4:20	4:01	3:36	<b>19:51</b>
		2018	3:12	3:27	3:18	3:35	3:33	<b>17:05</b>
		2019	3:13	3:32	3:22	3:29	3:15	<b>16:51</b>
<b>Horst Becker</b>	66	2015	2:30	2:32	2:37	2:35	2:33	<b>12:47</b>
		2016	2:28	2:35	2:36	2:35	2:32	<b>12:46</b>
		2017	2:29	2:36	2:34	2:40	2:41	<b>13:00</b>
<b>Samantha Horn</b>	97	2011	2:25	2:34	2:35	2:32	2:34	<b>12:38</b>
		2012	2:31	2:43	2:52	3:00	3:01	<b>14:07</b>
		2017	2:26	2:35	2:37	2:41	2:42	<b>13:01</b>
<b>Moritz Junge</b>	03	2014	2:43	3:02	3:05	3:09	3:10	<b>15:09</b>
		2015	2:45	2:55	3:01	3:07	3:09	<b>14:57</b>
		2016	2:39	2:45	2:42	2:47	2:48	<b>13:41</b>
<b>Saskia Bischoff</b>	98	2011	2:57	3:02	3:08	3:21	3:28	<b>15:56</b>
		2014	2:38	2:41	2:48	3:01	3:00	<b>14:08</b>
		2016	2:33	2:35	2:38	2:43	2:40	<b>13:09</b>
<b>Vidina Cabrera-Otten</b>	70	2011	2:40	2:48	2:53	2:52	2:50	<b>14:03</b>
		2012	2:42	2:44	2:46	2:47	2:48	<b>13:47</b>
		2014	3:13	2:56	3:00	2:56	2:59	<b>15:04</b>
<b>Astrid Ahrendt</b>	57	2013	3:12	3:13	3:21	3:17	3:18	<b>16:21</b>
		2014	3:34	3:20	3:26	3:23	3:16	<b>16:59</b>
		2015	3:23	3:39	3:35	3:37	3:41	<b>17:55</b>
<b>Nicolas Luhr</b>	96	2011	2:52	2:49	2:42	2:38	2:45	<b>13:46</b>
		2012	2:23	2:34	2:37	2:38	2:35	<b>12:47</b>
		2015	2:11	2:12	2:19	2:21	2:08	<b>11:11</b>
<b>Mario Kretschmer</b>	75	2012	2:45	2:47	2:58	2:58	3:00	<b>14:28</b>
		2013	2:42	2:50	2:59	2:58	2:58	<b>14:27</b>
		2015	2:44	2:44	2:45	2:50	2:44	<b>13:47</b>
<b>Nico Greb</b>	98	2009	2:33	2:36	2:57	2:53	2:32	<b>13:31</b>
		2011	2:48	3:03	3:17	3:06	3:03	<b>15:17</b>

		2012	2:23	2:26	2:30	2:33	2:29	<b>12:21</b>
<b>Sönke Meinen</b>	96	2007	2:27	2:34	2:38	2:36	2:41	<b>12:56</b>
		2009	2:16	2:22	2:26	2:27	2:21	<b>11:52</b>
		2012	2:13	2:21	2:21	2:23	2:16	<b>11:26</b>
<b>Joachim Sprie-Hans</b>	60	2005	2:08	2:18	2:26	2:28	2:30	<b>11:50</b>
		2007	2:10	2:26	2:31	2:32	2:30	<b>12:09</b>
		2009	2:18	2:25	2:26	2:25	2:25	<b>11:59</b>
<b>Thomas Tappe</b>	61	2003	2:12	2:21	2:26	2:27	2:31	<b>11:57</b>
		2004	2:14	2:23	2:24	2:24	2:22	<b>11:47</b>
		2009	2:17	2:19	2:22	2:22	2:22	<b>11:42</b>
<b>Ralf Zabel</b>	69	2005	1:55	2:00	2:02	2:06	2:01	<b>10:04</b>
		2006	2:08	2:11	2:13	2:16	2:15	<b>11:03</b>
		2008	2:07	2:12	2:12	2:10	2:10	<b>10:51</b>
<b>Sascha Dessi</b>	73	1990	1:57	2:03	2:09	2:10	2:12	<b>10:31</b>
		1995	1:55	1:59	2:06	2:07	1:59	<b>10:06</b>
		2008	1:51	2:02	2:04	2:04	2:03	<b>10:04</b>
<b>Ann-Katrin Arlinghaus</b>	89	2005	2:17	2:18	2:26	2:28	2:30	<b>11:50</b>
		2006	2:23	2:27	2:36	2:37	2:32	<b>12:35</b>
		2007	2:27	2:28	2:28	2:32	2:25	<b>12:20</b>
<b>Bela Hörig</b>	90	2004	2:17	2:12	2:17	2:18	2:09	<b>11:13</b>
		2006	2:12	2:11	2:12	2:12	2:02	<b>10:49</b>
		2007	2:12	2:15	2:21	2:17	2:09	<b>11:14</b>
<b>Rudolf Kolbusch</b>	56	2004	2:07	2:17	2:23	2:32	2:29	<b>11:48</b>
		2005	2:09	2:16	2:19	2:17	2:18	<b>11:19</b>
		2006	2:06	2:19	2:24	2:27	2:25	<b>11:41</b>
<b>Peter de Groot</b>	52	1997	2:21	2:24	2:26	2:29	2:25	<b>12:05</b>
		2002	2:26	2:29	2:29	2:32	2:31	<b>12:27</b>
		2006	2:28	2:30	2:33	2:32	2:32	<b>12:35</b>
<b>Armin Klein</b>	70	2002	2:02	2:06	2:02	2:03	2:03	<b>10:16</b>
		2003	2:01	2:05	2:06	2:05	2:00	<b>10:17</b>
		2004	1:57	2:02	2:02	2:04	2:03	<b>10:08</b>
<b>André-René Richter</b>	87	2002	2:17	2:14	2:22	2:32	2:33	<b>11:58</b>
		2003	2:16	2:21	2:27	2:27	2:35	<b>12:06</b>
		2004	2:14	2:26	2:28	2:27	2:21	<b>11:56</b>
<b>Robert Bormann</b>	44	2001	2:48	2:56	3:10	3:19	3:19	<b>15:32</b>
		2002	3:04	3:03	3:17	3:19	3:22	<b>16:05</b>
		2003	3:01	3:17	3:38	3:50	4:00	<b>17:46</b>
<b>Thorsten Ohmann</b>	65	1993	2:10	2:10	2:10	2:13	2:14	<b>10:57</b>
		1995	2:12	2:12	2:13	2:12	2:13	<b>11:02</b>
		2002	2:15	2:15	2:17	2:18	2:15	<b>11:20</b>
<b>Thomas Janßen</b>	65	1997	2:31	2:35	2:34	2:41	2:39	<b>13:00</b>
		2001	2:18	2:18	2:20	2:21	2:13	<b>11:30</b>
		2002	2:24	2:24	2:26	2:25	2:21	<b>12:00</b>
<b>Verena Kreutzburg</b>	78	1997	2:34	2:45	2:47	2:44	2:41	<b>13:31</b>
		1998	2:15	2:25	2:36	2:35	2:26	<b>12:17</b>
		1999	2:31	2:27	2:32	2:26	2:24	<b>12:20</b>
<b>Hartmut Krause</b>	51	1994	2:11	2:13	2:13	2:16	2:16	<b>11:09</b>
		1995	2:13	2:17	2:20	2:20	2:17	<b>11:27</b>
		1996	2:12	2:14	2:17	2:16	2:18	<b>11:17</b>
<b>Tobias Ahrens</b>	79	1994	2:09	2:11	2:19	2:14	2:16	<b>11:09</b>
		1995	2:06	2:10	2:12	2:17	2:17	<b>11:02</b>
		1996	2:06	2:16	2:12	2:13	2:08	<b>10:55</b>
<b>Gudrun Kubeja-Boehme</b>	54	1992	2:40	2:44	2:43	2:45	2:42	<b>13:34</b>

		1994	2:33	2:41	2:41	2:39	2:36	<b>13:10</b>
		1996	2:27	2:32	2:34	2:34	2:32	<b>12:39</b>
<b>Ralf Zimmermann</b>	71	1993	1:54	2:00	2:01	2:00	2:01	<b>9:56</b>
		1994	1:52	1:58	1:55	1:56	1:50	<b>9:31</b>
		1996	1:56	1:59	1:59	2:02	2:02	<b>9:58</b>
<b>Gunda Krause</b>	58	1993	2:33	2:47	2:43	2:45	2:46	<b>13:34</b>
		1994	2:20	2:39	2:38	2:38	2:33	<b>12:48</b>
		1995	2:28	2:33	2:37	2:36	2:38	<b>12:52</b>
<b>Christoph Diettrich</b>	36	1992	2:29	2:28	2:28	2:28	2:28	<b>12:21</b>
		1994	2:21	2:27	2:30	2:32	2:30	<b>12:20</b>
		1995	2:28	2:28	2:31	2:31	2:27	<b>12:27</b>
<b>Jan Wappler</b>	75	1992	2:08	2:16	2:27	2:30	2:21	<b>11:42</b>
		1993	2:07	2:21	2:25	2:24	2:21	<b>11:38</b>
		1995	2:03	2:18	2:23	2:24	2:17	<b>11:25</b>
<b>Mirja Kuhnert</b>	72	1992	2:38	2:35	2:40	2:45	2:41	<b>13:19</b>
		1993	2:26	2:29	2:44	2:41	2:40	<b>13:00</b>
		1994	2:25	2:39	2:48	2:53	2:45	<b>13:30</b>
<b>Annika Junge</b>	73	1988	2:14	2:16	2:19	2:25	2:14	<b>11:28</b>
		1991	2:12	2:25	2:33	2:41	2:34	<b>12:25</b>
		1992	2:21	2:24	2:18	2:22	2:18	<b>11:43</b>
<b>Jörg Richter</b>	62	1982	2:10	2:11	2:06	2:06	2:08	<b>10:41</b>
		1984	1:43	2:04	2:08	2:07	2:03	<b>10:05</b>
		1985	1:49	2:00	1:59	2:02	2:03	<b>9:53</b>
<b>Thomas Wiemken</b>	70	1984	2:09	2:18	2:17	2:19	2:17	<b>11:20</b>
		1985	2:04	2:14	2:20	2:26	2:27	<b>11:31</b>
		1986	2:03	2:09	2:13	2:11	2:15	<b>10:51</b>
<b>Richard Führmann</b>	80	2019	2:20	2:20	2:21	2:22	2:21	<b>11:44</b>
		2022	2:43	2:36	2:35	2:36	2:35	<b>13:05</b>
<b>Kirsten Sievers</b>	75	2019	3:14	3:31	3:38	3:36	3:36	<b>17:35</b>
		2022	3:22	3:23	3:30	3:32	3:32	<b>17:20</b>
<b>Wolfgang Pößiger</b>	48	2014	2:59	3:06	3:07	3:00	3:05	<b>15:17</b>
		2019	3:21	3:40	3:41	3:47	3:47	<b>18:16</b>
<b>Christian Bruns</b>	80	2018	2:17	2:22	2:23	2:22	2:22	<b>11:46</b>
		2019	2:22	2:24	2:28	2:27	2:26	<b>12:07</b>
<b>Marcus Kröpelin</b>	87	2018	2:14	2:24	2:26	2:29	2:24	<b>11:57</b>
		2019	2:18	2:25	2:27	2:27	2:30	<b>12:06</b>
<b>Olaf Gärtner</b>	76	2018	2:24	2:33	2:35	2:34	2:35	<b>12:41</b>
		2019	2:25	2:31	2:32	2:34	2:31	<b>12:33</b>
<b>Dag Lehmann</b>	85	2018	2:21	2:26	2:32	2:32	2:35	<b>12:25</b>
		2019	2:19	2:20	2:22	2:25	2:25	<b>11:51</b>
<b>Hauke Theiler</b>	65	2018	2:18	2:24	2:29	2:27	2:27	<b>12:05</b>
		2019	2:24	2:37	2:35	2:35	2:35	<b>12:46</b>
<b>Stefanie Perschel</b>	86	2018	3:38	3:58	3:55	4:00	4:00	<b>19:31</b>
		2019	3:44	3:56	4:02	4:05	4:06	<b>19:53</b>
<b>Burkhard Omland</b>	57	2012	2:15	2:17	2:22	2:26	2:26	<b>11:46</b>
		2018	2:15	2:25	2:27	2:26	2:25	<b>11:58</b>
<b>Sven Vanderschott</b>	75	2009	2:04	2:07	2:09	2:09	2:11	<b>10:40</b>
		2018	2:11	2:16	2:17	2:15	2:15	<b>11:14</b>
<b>Anja Schmidt</b>	93	2015	2:17	2:21	2:27	2:25	2:34	<b>12:04</b>
		2016	2:44	2:46	2:50	2:49	2:48	<b>13:57</b>
<b>Eske Riedel</b>	01	2014	2:28	2:35	2:38	2:41	2:38	<b>13:00</b>
		2016	2:30	2:35	2:36	2:38	2:32	<b>12:51</b>

<b>Felix Becker</b>	99	2013 2016	2:19 2:20	2:24 2:21	2:22 2:18	2:24 2:17	2:20 2:15	<b>11:49</b> <b>11:31</b>
<b>Annika Seibt</b>	93	2013 2016	2:13 2:23	2:40 2:36	2:40 2:38	2:35 2:40	2:39 2:39	<b>12:47</b> <b>12:56</b>
<b>Keno Maywald</b>	07	2014 2015	2:45 2:37	2:47 2:37	2:47 2:39	2:46 2:47	2:45 2:43	<b>13:50</b> <b>13:23</b>
<b>Stephan Maywald</b>	70	2014 2015	2:16 2:18	2:23 2:21	2:23 2:24	2:25 2:23	2:24 2:23	<b>11:51</b> <b>11:49</b>
<b>Tobias Bruns</b>	05	2014 2015	2:32 2:28	2:48 2:26	2:33 2:36	2:37 2:37	2:46 2:23	<b>13:16</b> <b>12:30</b>
<b>Silja Reiser</b>	03	2014 2015	3:10 2:51	3:13 2:54	3:18 2:50	2:52 2:57	3:08 2:40	<b>15:41</b> <b>14:12</b>
<b>Lara-Sophie Maywald</b>	04	2014 2015	3:07 3:03	3:18 3:17	3:30 3:04	3:28 3:22	3:07 3:10	<b>16:30</b> <b>15:56</b>
<b>Tom Tornow</b>	98	2013 2015	2:15 2:16	2:20 2:27	2:22 2:36	2:25 2:47	2:31 2:47	<b>11:53</b> <b>12:53</b>
<b>Sven Renken</b>	75	2012 2015	2:45 2:40	2:57 2:54	3:11 2:55	3:20 3:00	3:20 2:54	<b>15:33</b> <b>14:23</b>
<b>Kathrin Körn</b>	82	2013 2014	3:31 3:25	3:35 3:17	3:40 3:26	3:44 3:21	3:45 3:22	<b>18:15</b> <b>16:51</b>
<b>Heiko Lockowandt</b>	66	2012 2013	2:30 2:28	2:30 2:31	2:36 2:33	2:40 2:35	2:39 2:32	<b>12:55</b> <b>12:39</b>
<b>Stefan Tornow</b>	68	2011 2012	2:20 2:21	2:21 2:25	2:26 2:26	2:30 2:22	2:27 2:20	<b>12:04</b> <b>11:54</b>
<b>Stephan Decker</b>	65	2009 2012	2:42 2:51	2:48 2:54	2:46 3:07	2:50 3:11	2:58 3:16	<b>14:04</b> <b>15:19</b>
<b>Nicola Bruns</b>	72	2009 2012	3:05 2:41	3:14 3:08	3:21 3:17	3:29 3:14	3:28 3:10	<b>16:37</b> <b>15:30</b>
<b>Florian Zählke</b>	96	2009 2011	2:30 2:23	2:30 2:25	2:34 2:25	2:35 2:25	2:31 2:23	<b>12:40</b> <b>12:01</b>
<b>Detlef Caspers</b>	65	2008 2009	2:11 2:12	2:15 2:15	2:13 2:18	2:19 2:21	2:20 2:20	<b>11:18</b> <b>11:26</b>
<b>Jakob Kukjan</b>	83	2007 2008	2:04 1:52	2:07 1:59	2:07 2:03	2:10 2:09	2:05 2:10	<b>10:33</b> <b>10:13</b>
<b>Patrik Dams</b>	89	2006 2007	2:10 2:31	2:48 2:38	2:58 2:37	2:59 2:33	2:41 2:31	<b>13:36</b> <b>12:50</b>
<b>Stephan Scherf</b>	85	2004 2007	2:13 2:17	2:19 2:22	2:20 2:33	2:19 2:42	2:28 2:45	<b>11:39</b> <b>12:39</b>
<b>Matthias Hering</b>	86	2004 2007	2:27 2:16	2:27 2:24	2:32 2:33	2:33 2:40	2:36 2:33	<b>12:35</b> <b>12:26</b>
<b>Jürgen Koch</b>	63	2005 2006	2:22 2:24	2:23 2:23	2:29 2:31	2:33 2:35	2:31 2:36	<b>12:18</b> <b>12:29</b>
<b>Celina Poppe</b>	93	2005 2006	2:56 2:39	3:09 2:45	3:17 2:47	3:10 2:51	3:31 2:47	<b>16:03</b> <b>13:49</b>
<b>Klaus Mück</b>	68	2004 2005	2:16 2:07	2:25 2:13	2:28 2:14	2:30 2:18	2:19 2:20	<b>11:58</b> <b>11:12</b>
<b>Sandra Schuster</b>	69	2000 2004	2:12 2:25	2:30 2:36	2:27 2:40	2:32 2:39	2:27 2:40	<b>12:08</b> <b>13:00</b>
<b>Udo Zirklewski</b>	60	2002 2003	2:18 2:22	2:17 2:23	2:20 2:27	2:21 2:32	2:19 2:30	<b>11:35</b> <b>12:14</b>
<b>Claudia Pirschel</b>	81	1996 2003	2:34 2:41	2:30 2:48	2:35 2:51	2:38 2:57	2:32 2:58	<b>12:49</b> <b>14:15</b>

<b>Martin Budweg</b>	84	1999 2002	2:07 1:57	2:05 2:02	2:05 2:03	2:11 2:07	2:13 1:59	<b>10:41</b> <b>10:08</b>
<b>Natalja Ivanova</b>	78	1999 2000	2:19 2:16	2:31 2:29	2:28 2:32	2:31 2:33	2:38 2:24	<b>12:27</b> <b>12:14</b>
<b>Gerriet Ohls</b>	85	1998 2000	2:07 2:10	2:04 2:05	2:07 2:05	2:10 2:06	2:07 2:02	<b>10:35</b> <b>10:28</b>
<b>Helmut Neudecker</b>	52	1999 2000	2:15 2:18	2:23 2:22	2:27 2:24	2:20 2:22	2:33 2:23	<b>11:58</b> <b>11:49</b>
<b>Jessica Ahrens</b>	84	1996 1997	2:40 2:32	2:37 2:31	2:35 2:31	2:34 2:36	2:26 2:30	<b>12:52</b> <b>12:40</b>
<b>Rudolf Budweg</b>	49	1996 1997	2:32 2:22	2:26 2:23	2:26 2:26	2:29 2:28	2:25 2:25	<b>12:18</b> <b>12:04</b>
<b>Manfred Pirschel</b>	48	1994 1997	2:13 2:15	2:19 2:38	2:22 2:33	2:21 2:37	2:21 2:36	<b>11:36</b> <b>12:39</b>
<b>Claus Patzelt</b>	52	1991 1997	2:14 2:24	2:20 2:24	2:22 2:27	2:18 2:23	2:17 2:18	<b>11:31</b> <b>11:56</b>
<b>Sven Huth</b>	63	1994 1996	2:03 2:07	2:04 2:12	2:06 2:13	2:05 2:15	2:05 2:17	<b>10:23</b> <b>11:04</b>
<b>Irene Badtke</b>	41	1992 1995	2:39 2:38	2:43 2:55	2:43 2:50	2:46 2:48	2:46 2:50	<b>13:37</b> <b>14:01</b>
<b>Waltraut Schellenberg</b>	47	1992 1995	2:34 2:32	2:37 2:31	2:39 2:30	2:36 2:31	2:38 2:32	<b>13:04</b> <b>12:36</b>
<b>Annette Henze</b>	54	1993 1994	2:29 2:27	2:30 2:38	2:28 2:32	2:30 2:32	2:29 2:29	<b>12:26</b> <b>12:38</b>
<b>Dietger Schulte</b>	44	1992 1993	2:15 2:13	2:30 2:31	2:33 2:37	2:35 2:36	2:26 2:30	<b>12:19</b> <b>12:27</b>
<b>Karla Fiedler</b>	60	1992 1993	2:28 2:28	2:28 2:33	2:30 2:36	2:30 2:41	2:24 2:40	<b>12:20</b> <b>12:58</b>
<b>Sabine Ahrens</b>	42	1992 1993	2:32 2:40	2:37 2:47	2:34 2:47	2:33 2:51	2:32 2:49	<b>12:48</b> <b>13:54</b>
<b>Jan Dröge</b>	70	1982 1983	2:17 2:20	2:27 2:30	2:36 2:30	2:44 2:44	2:42 2:37	<b>12:46</b> <b>12:41</b>
<b>Frank Klein</b>	68	1985 1986	1:49 1:59	2:00 1:58	2:06 2:00	2:04 2:00	2:00 1:56	<b>9:59</b> <b>9:53</b>
<b>Alste Schiersch</b>	73	1990 1992	2:28 2:41	2:45 2:34	2:47 2:43	2:59 2:43	2:46 2:36	<b>13:45</b> <b>13:17</b>
<b>Tim Marderwald</b>	76	1991 1992	2:09 1:55	2:27 2:05	2:23 2:08	2:26 2:13	2:23 2:04	<b>11:48</b> <b>10:25</b>
<b>David Ullmann</b>	71	1986 1988	2:03 2:05	2:23 2:16	2:20 2:16	2:22 2:21	2:18 2:19	<b>11:26</b> <b>11:17</b>
<b>Susan Witte</b>	79	2022	2:30	2:39	2:39	2:39	2:38	<b>13:05</b>
<b>Johanna Lies</b>	99	2022	2:334	2:40	2:46	2:46	2:44	<b>13:30</b>
<b>Julian Müller</b>	12	2022	3:00	3:05	3:03	3:20	3:24	<b>15:52</b>
<b>Ben Allies</b>	13	2022	3:08	3:19	3:27	3:30	3:32	<b>16:55</b>
<b>Solveig Thoß</b>	06	2019	2:10	2:25	2:30	2:26	2:23	<b>11:54</b>
<b>Julian Josephs</b>	88	2019	2:16	2:22	2:24	2:24	2:24	<b>11:50</b>
<b>Claas Kraft</b>	84	2019	2:17	2:25	2:32	2:34	2:32	<b>12:20</b>
<b>Thomas Flöer</b>	57	2019	2:41	3:04	3:03	3:02	2:50	<b>14:40</b>
<b>Elisabeth Ruf</b>	99	2019	2:43	2:59	3:03	3:03	2:53	<b>14:41</b>
<b>Melanie Graf</b>	80	2018	2:21	2:31	2:28	2:25	2:24	<b>12:09</b>
<b>Kathrin Hillers</b>	83	2018	3:05	3:31	3:33	3:30	3:19	<b>16:58</b>
<b>Sascha Sauer</b>	79	2018	2:37	2:36	2:34	2:35	2:32	<b>12:54</b>



<b>Heere Eilers</b>	90	2017	1:59	2:08	2:11	2:13	2:11	<b>10:42</b>
<b>Paul Kaden</b>	88	2017	2:03	2:11	2:09	2:09	2:08	<b>10:43</b>
<b>Lasse Brudek</b>	95	2017	2:02	2:18	2:18	2:22	2:16	<b>11:16</b>
<b>Mario Thies</b>	67	2017	2:27	2:30	2:30	2:30	2:30	<b>12:27</b>
<b>Mirko Albrecht</b>	78	2017	2:27	2:26	2:30	2:36	2:33	<b>12:32</b>
<b>Henning Schütte</b>	80	2017	2:32	2:39	2:51	2:52	2:49	<b>13:43</b>
<b>Matthias Dietrich</b>	65	2016	2:21	2:29	2:31	2:29	2:32	<b>12:22</b>
<b>Dominik Schmidt</b>	76	2016	2:22	2:28	2:43	2:41	2:43	<b>12:57</b>
<b>Manuel Hellmers</b>	00	2016	2:10	2:23	2:32	2:43	3:03	<b>12:51</b>
<b>Joey Unrein</b>	01	2016	2:22	2:36	2:33	2:51	2:33	<b>12:55</b>
<b>Rainer Becker</b>	64	2016	2:28	2:35	2:42	2:48	2:45	<b>13:18</b>
<b>Sarah Becker</b>	02	2016	2:25	2:43	2:44	2:46	2:41	<b>13:19</b>
<b>Annika Müller</b>	02	2016	2:40	2:46	2:50	2:54	2:49	<b>13:59</b>
<b>Kathrin Schultze</b>	82	2016	3:19	3:22	3:24	3:32	3:29	<b>17:06</b>
<b>Sebastian Schmicker</b>	88	2015	2:13	2:10	2:10	2:09	2:02	<b>10:44</b>
<b>Bianca Harms</b>	73	2014	2:45	2:49	2:52	2:52	2:53	<b>14:11</b>
<b>Leon Klemm</b>	99	2014	2:38	2:42	2:58	2:57	2:49	<b>14:04</b>
<b>Rüdiger Nabel</b>	60	2014	2:38	2:36	2:30	2:59	2:38	<b>13:21</b>
<b>Kyra Frye</b>	81	2014	3:05	3:19	3:30	3:23	3:10	<b>16:27</b>
<b>Thomas Lockowandt</b>	67	2013	2:24	2:29	2:32	2:35	2:35	<b>12:35</b>
<b>Roberto Drockenmüller</b>	62	2013	2:31	2:35	2:35	2:35	2:33	<b>12:49</b>
<b>Thomas Beyer</b>	72	2013	2:40	2:50	3:01	3:09	3:04	<b>14:44</b>
<b>Anna Gutjahr</b>	96	2013	2:41	3:00	2:59	2:57	2:53	<b>14:30</b>
<b>Nyzette Born</b>	96	2013	2:56	3:08	3:26	3:21	3:15	<b>16:06</b>
<b>Guido Janssen</b>	96	2012	2:05	2:15	2:33	2:39	2:45	<b>12:17</b>
<b>Kristin Beyer</b>	97	2012	2:41	2:53	3:00	3:00	2:53	<b>14:27</b>
<b>Hajo Otte</b>	68	2012	2:36	2:35	2:35	2:40	2:36	<b>13:02</b>
<b>Tobias Coldewey</b>	87	2012	2:32	2:59	3:16	3:03	3:03	<b>14:54</b>
<b>Franziska Borchers</b>	70	2012	3:00	3:13	3:10	3:10	3:11	<b>15:44</b>
<b>Jochen Borchers</b>	68	2012	2:33	2:39	2:39	2:39	2:38	<b>13:08</b>
<b>Brunhilde Henze</b>	55	2012	3:06	3:17	3:15	3:18	3:15	<b>16:11</b>
<b>Michael Hinse</b>	89	2011	2:05	2:07	2:10	2:11	2:12	<b>10:45</b>
<b>Jasmin Pflüger</b>	95	2011	2:5	3:11	3:14	3:18	3:20	<b>15:44</b>
<b>Milosz Miszcak</b>	93	2009	2:26	2:30	2:30	2:31	2:20	<b>12:17</b>
<b>Rabea Caspers</b>	98	2009	2:31	2:27	2:33	2:33	2:30	<b>12:34</b>
<b>Marita Caspers</b>	67	2009	2:41	2:41	2:45	2:46	2:45	<b>13:38</b>
<b>Hannah Großwendt</b>	98	2009	2:44	2:54	3:10	3:12	2:59	<b>14:59</b>
<b>Merle Matzke</b>	94	2009	3:03	3:08	3:05	3:08	3:05	<b>15:29</b>
<b>Romea Borchers</b>	95	2009	2:52	2:58	3:12	3:12	3:18	<b>15:32</b>
<b>Marlis Tappe</b>	59	2008	2:30	2:36	2:36	2:34	2:27	<b>12:43</b>
<b>Peter Brendel</b>	59	2008	2:23	2:35	2:38	2:33	2:36	<b>12:45</b>
<b>Anja Remrath</b>	71	2008	2:59	2:55	3:06	3:05	3:07	<b>15:12</b>
<b>Otto Steinberger</b>	47	2008	2:54	3:05	3:08	3:03	3:03	<b>15:13</b>
<b>Matthias Bulla</b>	64	2007	2:17	2:21	2:18	2:20	2:14	<b>11:30</b>
<b>Balthasar Wowczyk</b>	89	2007	2:10	2:11	2:19	2:26	2:17	<b>11:23</b>
<b>Dominik Sander</b>	94	2007	2:23	2:29	2:35	2:34	2:33	<b>12:34</b>
<b>Sebastian Baller</b>	91	2007	2:23	2:34	2:40	2:41	2:35	<b>12:53</b>
<b>Lennart Gutjahr</b>	94	2007	2:20	2:21	2:24	2:32	2:23	<b>12:00</b>
<b>Dominik Körber</b>	94	2007	2:28	2:43	3:01	2:45	2:37	<b>13:34</b>
<b>Kristina Sievers</b>	89	2007	2:38	2:51	2:54	2:51	2:48	<b>14:02</b>
<b>Malte Kieselhorst</b>	96	2007	2:44	2:40	2:47	2:53	2:45	<b>13:49</b>
<b>Michael Heyen</b>	69	2006	1:57	2:08	2:06	2:09	2:07	<b>10:27</b>
<b>Anna Carina Franzmeier</b>	93	2005	2:39	2:57	3:10	3:03	2:58	<b>14:47</b>
<b>Nicole Oelrichs</b>	93	2005	2:56	3:03	3:14	3:09	3:30	<b>15:52</b>

<b>Christine Oelrichs</b>	90	2005	2:45	3:00	3:10	3:05	3:01	<b>15:01</b>
<b>Florian Ellermann</b>	78	2004	2:07	2:10	2:10	2:09	2:05	<b>10:41</b>
<b>Timo Keil</b>	86	2005	2:06	2:13	2:13	2:11	2:09	<b>10:52</b>
<b>Thorsten Wiegers</b>	79	2003	1:52	2:05	2:08	2:09	2:12	<b>10:26</b>
<b>Martina Stift</b>	61	2003	2:45	2:59	2:57	2:59	3:04	<b>14:44</b>
<b>Herbert Eikens</b>	52	2003	2:56	3:16	3:17	3:18	3:25	<b>16:12</b>
<b>Heribert Mäschig</b>	49	2002	2:54	3:09	3:05	2:59	2:57	<b>15:04</b>
<b>Rolf Eskuchen</b>	44	2001	2:21	2:25	2:29	2:29	2:30	<b>12:14</b>
<b>Silke Haiber</b>	71	2000	2:11	2:28	2:34	2:34	2:35	<b>12:22</b>
<b>Philipp Hainzinger</b>		2000	2:12	2:09	2:19	2:21	2:15	<b>11:16</b>
<b>Thomas Braje</b>	67	1999	2:12	2:10	2:12	2:13	2:12	<b>10:59</b>
<b>Christian Claassen</b>	71	1998	1:56	2:03	2:04	2:05	2:05	<b>10:13</b>
<b>Jan Christoph Patzelt</b>	83	1997	2:32	2:27	2:30	2:34	2:23	<b>12:26</b>
<b>Belayne Izadpanah</b>	83	1997	1:56	2:01	2:04	2:10	2:03	<b>10:14</b>
<b>Jörg Töpfer</b>	66	1997	1:58	2:02	2:11	2:11	2:13	<b>10:35</b>
<b>Jens Volker Ginschel</b>	69	1997	2:04	2:09	2:13	2:11	2:10	<b>10:47</b>
<b>Kim Kampmann</b>	84	1996	2:40	2:36	2:39	2:42	2:40	<b>13:17</b>
<b>Jens Domeyer</b>	85	1996	2:41	2:38	2:40	2:42	2:46	<b>13:27</b>
<b>Monika Leopold</b>	73	1996	2:35	2:37	2:38	2:37	2:38	<b>13:05</b>
<b>Katja Lim</b>	62	1996	2:39	2:55	2:59	2:59	2:54	<b>14:26</b>
<b>Giesbert Peuckmann</b>	46	1996	2:32	2:32	2:33	2:38	2:35	<b>12:50</b>
<b>Jürgen Schlundt</b>	35	1996	2:39	2:41	2:42	2:44	2:42	<b>13:28</b>
<b>Kurt Oetjen</b>	50	1996	2:29	2:33	2:33	2:32	2:34	<b>12:41</b>
<b>Winfried Plaege</b>	52	1996	2:11	2:26	2:31	2:34	2:25	<b>12:07</b>
<b>Aloys Tiemann</b>	52	1996	2:12	2:20	2:21	2:23	2:22	<b>11:38</b>
<b>Sven Tiedemann</b>	74	1996	2:01	2:07	2:08	2:07	2:08	<b>10:31</b>
<b>Georg Milonas</b>	71	1996	2:07	2:13	2:13	2:15	2:17	<b>11:05</b>
<b>Dirk Müller</b>	63	1996	1:54	1:59	2:02	2:05	2:02	<b>10:02</b>
<b>Willibald Mai</b>	42	1995	2:21	2:28	2:31	2:30	2:28	<b>12:18</b>
<b>Bernhard Zöllner</b>	40	1995	2:30	2:44	2:44	2:42	2:40	<b>13:20</b>
<b>Dr. Klaus Wappler</b>	43	1995	2:30	2:36	2:59	2:53	3:02	<b>14:00</b>
<b>Waltraut Albers</b>	45	1995	2:36	2:41	2:44	2:44	2:42	<b>13:27</b>
<b>Holger Ritzel</b>	66	1995	2:13	2:16	2:14	2:16	2:02	<b>11:01</b>
<b>Lothar Schaul</b>	48	1994	2:09	2:14	2:15	2:19	2:18	<b>11:15</b>
<b>Silke Reichhardt</b>	71	1994	2:40	2:45	2:46	2:50	2:44	<b>13:45</b>
<b>Bernd Krüger</b>	51	1993	2:13	2:25	2:28	2:25	2:18	<b>11:49</b>
<b>Elfriede Willerts</b>	36	1992	2:47	2:50	2:49	2:54	2:46	<b>14:06</b>
<b>Peter Lenzen</b>	45	1992	2:11	2:15	2:21	2:24	2:21	<b>11:32</b>
<b>Jens Gottwald</b>	76	1992	2:17	2:22	2:31	2:30	2:31	<b>12:11</b>
<b>Heinz Gottwald</b>	47	1992	2:19	2:37	2:37	2:43	2:42	<b>12:58</b>
<b>Jens Tautenhahn</b>	66	1992	2:09	2:15	2:15	2:22	2:17	<b>11:18</b>
<b>Juergen Oertwig</b>	29	1991	2:29	2:32	2:33	2:33	2:37	<b>12:44</b>
<b>Dieter Fuchs</b>	73	1990	1:55	2:06	2:17	2:16	2:07	<b>10:41</b>
<b>Carsten Hauke</b>	76	1990	2:19	2:33	2:35	2:30	2:35	<b>12:32</b>
<b>Ingo Siemens</b>	71	1988	1:55	2:06	2:09	2:13	2:01	<b>10:24</b>
<b>Volker Bruns</b>	72	1988	2:06	2:15	2:17	2:18	2:32	<b>11:28</b>
<b>Mariam Ujeyl</b>	73	1988	2:16	2:28	2:33	2:35	2:28	<b>12:20</b>
<b>Susanne von Häfen</b>	72	1988	2:27	2:35	2:39	2:40	2:36	<b>12:57</b>
<b>Maren Will</b>	74	1988	2:21	2:38	2:54	2:31	2:35	<b>12:59</b>
<b>Gerd Kuhnert</b>	48	1987	1:58	2:11	2:12	2:20	2:13	<b>10:54</b>
<b>Günter Helmerichs</b>	41	1987	1:58	2:07	2:26	2:28	2:27	<b>11:26</b>
<b>Jörg Strahl</b>	68	1986	2:02	2:10	2:21	2:13	2:11	<b>10:57</b>
<b>Hendrik John</b>	66	1986	1:57	2:04	2:03	2:09	2:09	<b>10:22</b>
<b>Detlef Gottwald</b>	70	1986	2:04	2:23	2:28	2:32	2:32	<b>11:59</b>

<b>Helge John</b>	69	1986	1:58	2:04	2:07	2:18	2:14	<b>10:41</b>
<b>Maik Neumann</b>	68	1986	2:29	2:35	2:28	2:32	2:33	<b>12:37</b>
<b>Michael Rohleder</b>	66	1985	2:03	2:12	2:12	2:18	2:04	<b>10:49</b>
<b>Ben Diettrich</b>	67	1985	1:56	2:01	2:03	2:02	2:01	<b>10:03</b>
<b>Hans-Jörg Klemm</b>	59	1984	1:52	1:58	1:57	2:00	1:59	<b>9:46</b>
<b>Jens Guido Oeltermann</b>	70	1984	2:03	2:07	2:15	2:10	2:07	<b>10:42</b>
<b>Bernd Swysen</b>	58	1984	1:50	2:02	1:57	1:58	1:56	<b>9:43</b>
<b>Marcus Seidler</b>	69	1984	2:05	2:29	2:41	3:11	2:52	<b>13:18</b>
<b>Andreas Fuhrmann</b>	69	1983	2:15	2:15	2:27	2:28	2:15	<b>11:40</b>
<b>Rainer Uilderks</b>	69	1983	2:15	2:20	2:25	2:30	2:27	<b>11:57</b>
<b>Martin Oppermann</b>	65	1982	2:12	2:19	2:22	2:24	2:20	<b>11:37</b>

# 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		Timo Bruns	03	2019	10:44
	Matthias Pirschel	78	1999	9:47	73.	Wilfried Holzerland	46	1992	10:45
17.	Lars Haack	70	1988	9:51		Michael Hinse	89	2011	10:45
	Thomas Oppermann	69	1988	9:51	75.	Carsten Piotrowdki	82	2012	10:46
19.	Bernd Mischke	73	1992	9:52	76.	Jens Volker Ginschel	69	1997	10:47
	Sören Otten	94	2017	9:52	77.	Jens Seddig	65	2004	10:48
21.	Frank Klein	68	1986	9:53	78.	Michael Rohleder	66	1985	10:49
22.	Jörg Richter	62	1985	9:55		Bela Hörig	90	2006	10:49
23.	Rolf Rocker	61	1988	9:56	80.	Thomas Wiemken	70	1986	10:51
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.	Solveig Thoß	06	2019	11:54
9.	Nicole Schikowski	77	1993	11:58
10.	Anja Schmidt	93	2015	12:04
11.	Sandra Schuster	69	2000	12:08
12.	Melanie Graf	80	2018	12:09
13.	Carmen Kropp	77	2002	12:10
14.	Natalja Ivanova	78	2000	12:14
	Jeannette Horn	70	2009	12:14
16.	Verena Kreutzburg	78	1998	12:17
17.	Mariam Ujeyl	73	1988	12:20
	Ann-Katrin Ahrlinghaus	89	2007	12:20
	Karla Fiedler	60	1992	12:20
20.	Silke Haiber	71	2000	12:22
21.	Annette Henze	54	1993	12:26
22.	Rabea Caspers	98	2009	12:34
23.	Waltraut Schellenberg	47	1995	12:36
	Ann-Katrin Arlinghaus	89	2005	12:36
25.	Samantha Horn	97	2011	12:38
26.	Swenja Heiden	69	1984	12:39
	Gudrun Kubeja-Boehme	54	1996	12:39
28.	Jessica Ahrens	84	1997	12:40
29.	Tanja Schröder	70	2016	12:42
30.	Marlis Tappe	59	2008	12:43

## Streckenrekorde:

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

1989 und 2010 fiel die Veranstaltung wegen Glatteis bzw. Sturm aus. 2020 und 2021 fand die Veranstaltung wegen Corona nicht statt.

2022 fand die Hein Arians-Adventsstaffel zum neunten Mal statt, insgesamt war es die 37. Auflage. Bisher haben 320 Läuferinnen und Läufer an der Veranstaltung teilgenommen.

2023 hat Jeannette Schöndube zum letzten mal die Veranstaltung durchgeführt, da sich kein Nachfolger/in gefunden hat, ist nach dem Nord-West-Cross auch diese Traditionsveranstaltung aus dem Terminkalender verschwunden.