

Salah Cup 2025

Stand nach 4 Läufen

weiblich

1	Antonia von Baath	1998	W20	KRAFT Runners	3	01.43.39,30	00.50.56	-	00.49.30,70	21	25	25	71	Punkte	
2	Philine Kreter	1997	W20	EichkampCrew	3	01.03.52,60	-	01.00.25,50	00.58.09,10	18	20	19	57	Punkte	
3	Johanna M. Feldmann	1998	W20	-	3	01.34.50,10	-	00.46.59,00		23	23		46	Punkte	
4	Lina Dageförde	1999	W20		2	00.59.04,90			00.54.32,00	20		23	43	Punkte	
5	Ginia Lindemann	2002	W20	MTV Barum	3	01.53.59,20	-	00.51.34,40		20	21		41	Punkte	
6	Katrin Lipka-Heger	1996	W20	MTV Amelinghausen LT	2	01.07.07,30	00.56.54	-		16	23		39	Punkte	
7	Layan Otto	2005	W20	Green Runners Lüneburg	2	-	01.34.27	01.48.35,60		18	16		34	Punkte	
8	Sina Schröder	1996	W20		2			01.10.35,00	01.06.11,10		17	13	30	Punkte	
1	Karen Lüderitz	1991	W30	-	3	00.49.46,70	00.42.08	00.49.14,80		25	25	25	75	Punkte	
2	Antonia Muxfeldt	1994	W30	RUN PMB	3	01.11.43,00	01.00.40	01.12.53,10		21	21	20	62	Punkte	
3	Merle Sandkühler	1994	W30	Rote Renner	2		00.46.44	00.52.54,90		23	23		46	Punkte	
1	Lea Gathen	1990	W35	Lüneburger SV	3	00.50.02,70	00.41.22	-	00.45.53,60	25	25	25	75	Punkte	
2	Esther von der Wroge	1986	W35	-	4	01.00.40,20	00.48.31	00.55.46,90	00.51.01,50	19	21	25	20	66	Punkte
3	Jennifer Dittmar	1987	W35	SV Scharnebeck	3	-	02.03.14	01.10.34,60	01.06.10,50		25	20	15	60	Punkte
4	Nelli Kositsch	1987	W35	MTV Amelinghausen LT	2	00.50.52,60	00.42.20	-		23	23		46	Punkte	
5	Janina Kraus	1989	W35	Triabolos Thriathlon HH	2			01.57.48,60	00.51.58,70			23	19	42	Punkte
6	Lisette Buhr	1986	W35		2		00.50.57		00.50.54,60		19	21	40	Punkte	
7	Vera Hellermann	1986	W35	-	2	01.05.10,50	00.51.54	-		18	18		36	Punkte	
1	Alexandra Behn	1981	W40	Die verrückten Läufer	3	-	01.36.24	02.10.08,30	00.56.21,40		25	23	25	73	Punkte
2	Antje Lemberg	1985	W40	-	3	02.08.08,90	00.56.06	01.03.30,30		21	25	23	69	Punkte	
3	Johanna Bruns	1983	W40	VfL Lüneburg	3	01.09.14,20	00.56.57	02.10.35,20		20	23	21	64	Punkte	
4	Imke Burmester	1983	W40	L-L-H	3	01.14.53,90	01.06.18	01.12.35,50		17	19	18	54	Punkte	
5	Sabrina Schmidt	1982	W40	Die verrückten Läufer	2	-	01.03.41	01.06.45,70			20	20	40	Punkte	
6	Anja Montschko	1984	W40	Easy Fitness Soltau	2	01.13.39,70	01.02.35	-		18	21		39	Punkte	

7	Jessica Rahn	1985	W40		2			01.04.05,00	00.59.41,20		21	17	38	Punkte	
1	Stefanie Meyer	1980	W45	-	4	01.08.49,30	01.37.49	00.58.15,40	00.53.02,50	14	25	25	25	75	Punkte
2	Cindy Reiser	1976	W45	HSV Stöckte	3	01.07.59,00	00.58.37	-	01.01.53,90	15	23		18	56	Punkte
3	Marianne Witz	1977	W45	MTV Amelinghausen LT	4	01.27.08,80	01.11.48	01.20.46,90	01.18.35,20	8	21	19	13	53	Punkte
4	Anita Rodehorst	1976	W45	MTV Müden/Örtze	2	00.59.03,20			00.53.23,30	17			23	40	Punkte
5	Erika Christmann	1976	W45		2	00.58.57,10			00.54.40,90	19			21	40	Punkte
6	Susanne Biering	1977	W45	Easyfitness	2	01.12.39,10	00.58.21	-		12	25			37	Punkte
1	Anna Hein	1972	W50	-	3	00.57.14,80	00.47.42	-	00.51.21,60	25	25		25	75	Punkte
2	Diana Paape	1972	W50	Düvelsbrook Dynamics LG	4	01.03.17,10	01.38.12	00.59.35,70	00.57.29,30	20	21	21	19	62	Punkte
3	Christiane Karbach	1972	W50	Dahlenburger SK	3	02.09.28,50	01.41.20	-	00.58.14,70	20	20		18	58	Punkte
4	Katja Stremme	1974	W50	TuS Hohnstorf/Elbe	2	01.42.56,70	01.19.52	-		25	25			50	Punkte
5	Birgit Rusche	1972	W50	VfL Jesteburg	2		01.30.09	00.55.08,70			23	25		48	Punkte
6	Johanna Dobroch	1975	W50	LT TSV Bienenbüttel	2	02.20.59,10	01.48.18	-		19	19			38	Punkte
7	Andrea Depolt	1972	W50	Easy Fitness Soltau	2	01.10.28,90	00.56.58			14	23			37	Punkte
1	Andrea Krumbeck	1969	W55	SV Rosche	2	01.56.20,40	00.47.20	-		23	25			48	Punkte
2	Anette Muxfeldt	1967	W55	Düvelsbrook Dynamics LG	2	01.18.16,50	01.08.26	-		17	21			38	Punkte
1	Ute Bruers	1962	W60	-	4	01.08.09,60	00.56.53	01.06.14,70	01.04.59,20	25	25	21	23	73	Punkte
2	Silke Martens	1965	W60	#SeeveRunners	2			00.58.03,40	00.54.43,90			25	25	50	Punkte
3	Doris Böttcher	1964	W60	-	3	01.10.23,20	-	01.04.06,60		23		23		46	Punkte
1	Margitta Goldbeck	1958	W65	MTV Amelingh. LT	3	02.40.09,80	-	01.18.03,50	01.19.42,90	25		21	25	71	Punkte
2	Beate Saucke	1956	W65	Dahlenburger SK	2		01.41.50	01.02.43,10			23	25		48	Punkte
1	Ursula Husmeier	1953	W70	MTV Amelingh. LT	4	01.08.39,00	00.59.32	01.11.24,90	01.02.37,60	25	25	25	25	75	Punkte
1	Judith Staßen	2007	WU20	MTV Treubund Lüneburg	4	00.58.43,50	00.53.20	00.58.54,40	00.56.19,10	23	25	25	25	75	Punkte
2	Charlotte Bickel	2006	WU20	Green Runners LG	3	01.48.00,40	01.34.29	01.48.29,20		20	23	23		66	Punkte

männlich

1	Niklas Wilken	2000	M20	MTV-Treibund Lüneburg	3	00.46.46,00	-	00.47.57,30	00.42.03,60	20	21	23	64	Punkte
2	Jonathan Ritzkowski	1996	M20	Eichkamp Crew	3	00.49.36,10	-	00.49.29,00	00.48.33,50	19	19	17	55	Punkte
3	Fynn Lauer	1999	M20	-	2	-	00.35.30	00.39.53,00		25	25		50	Punkte
4	Niklas Horstmann	1998	M20		2	00.37.27,20			00.35.42,80	23		25	48	Punkte
5	Mads Neber	2004	M20	-	2	00.50.51,00	-	01.50.14,20		18	23		41	Punkte
6	Leon Billerbeck	1996	M20	Rote Renner	2	01.49.43,70	-	01.55.23,70		18	20		38	Punkte
7	Finn Meyer	2004	M20	-	2	00.59.43,30	-	02.06.53,30		16	19		35	Punkte
8	Pascal Orentat	2001	M20	-	2	01.50.44,60	-	00.51.03,30		17	16		33	Punkte
1	Andre Cassier	1994	M30	Landjugend Amelingh.	4	01.41.51,00	01.20.58	01.42.23,90	00.44.16,60	23	23	25	21	71 Punkte
2	Patrick Klose	1992	M30	-	3	-	00.51.14	00.57.46,70	00.52.28,10		23	19	20	62 Punkte
3	Henning Reinecke	1994	M30	MTV Embsen	3	00.55.35,30	01.24.50	00.52.55,80		16	20	23		59 Punkte
4	Daniel Meyer	1994	M30	Lüneburger SV	2	00.44.47,30			00.41.27,20	23			25	48 Punkte
5	Simon Engel	1992	M30	-	2	00.54.11,90	01.20.10	-		17	25			42 Punkte
6	Hendrik Jansen	1992	M30	-	2	00.46.35,50	01.22.39	-		19	21			40 Punkte
7	Thomas Frieling	1993	M30	-	2	00.59.10,30	00.47.25	-		15	25			40 Punkte
8	Timo Venzke	1995	M30	Eichkamp Crew	2	01.04.07,20	-	01.02.30,40		13	18		31	Punkte
1	Sven Ole Wall	1988	M35	Lüneburger SV	4	01.20.21,30	01.03.04	01.21.18,60	00.37.04,80	25	23	25	25	75 Punkte
2	Christian Mentz	1987	M35	-	4	01.10.45,60	00.52.03	01.02.38,00	00.49.58,80	13	23	16	20	59 Punkte
3	Christoph Kleineberg	1989	M35	Rote Renner	4	01.07.46,00	01.01.54	01.06.06,20	01.01.30,50	15	21	15	15	51 Punkte
4	Florian Schulz	1989	M35	Bonese	2	00.47.41,00			00.41.40,20	25			23	48 Punkte
5	Carsten Zimmermann	1987	M35		2	01.08.08,00			00.56.53,80	14			16	30 Punkte
1	Dennis Peutz	1985	M40	-	3	01.33.34,20	01.11.29	-	00.41.32,70	23	25		25	73 Punkte
2	Abdalrhman Kuri	1985	M40	-	3	-	00.39.56	00.42.45,50	00.42.07,50		23	23	23	69 Punkte
3	Olaf Matt	1982	M40	Lüneburger SV	3	01.44.44,80	00.38.37	-	00.42.41,00	18	25		21	64 Punkte
4	Marcus Kohfeld	1981	M40	MTV Amelinghausen LT	4	01.42.07,90	01.23.39	02.09.34,60	00.47.03,60	19	23	19	18	61 Punkte
5	Malte Leers	1981	M40	TSV Gellersen	4	00.53.04,30	00.45.18	00.50.26,60	00.47.59,00	20	21	20	16	61 Punkte

6	Jens Timme	1983	M40	-	3	01.48.14,80	-	01.47.29,40	00.48.30,90	17	25	15	57	Punkte	
7	Daniel Wolters	1981	M40	MTV Amelinghausen LT	4	01.53.17,20	01.27.47	02.03.39,20	00.54.10,30	15	21	20	12	56	Punkte
8	Enrico Guzy	1983	M40	Laufe satter Mensch	2	00.49.32,10			00.44.20,30	23			20	43	Punkte
9	Karl Fletcher	1984	M40	KRAFT Runners	2	01.40.52,80			00.47.24,00	21			17	38	Punkte
10	Felix Schröder	1984	M40	-	2	-	00.47.31	00.55.27,20			19	19		38	Punkte
11	Markus Maier	1981	M40	-	2	01.54.21,40	01.30.00	-			14	20		34	Punkte
12	Jan Bergmann	1982	M40		2		00.57.38		01.07.16,40		18		9	27	Punkte
1	Jörg Uphoff	1976	M45	-	3	00.56.32,80	00.47.24	-	00.52.49,40	17	25		20	62	Punkte
2	Alexander Röhling	1977	M45	Düvelsbrook Dynamics LG	3	-	01.31.37	02.04.54,60	00.53.01,20		21	23	16	60	Punkte
3	Sebastian Schulze	1980	M45	HiRi GmbH	3	00.59.08,80	-	00.56.41,80	00.51.31,10	16		20	21	57	Punkte
4	Frederick Pfohe	1979	M45	LLH	3	01.03.42,80	01.06.19	00.56.46,10		11	21	19		51	Punkte
5	Sebastian Gutheil	1979	M45	-	3	01.00.09,30	-	00.57.29,90	00.52.51,00	14		18	18	50	Punkte
6	Sandro Taubert	1978	M45		2			00.48.16,20	00.46.24,40			25	25	50	Punkte
7	Kent Jensen	1979	M45	Hannover Runners	2	01.34.10,00	01.12.36	-		23	23			46	Punkte
8	Alexander Federowski	1979	M45	Läufer Team Oker	2	01.48.55,80	01.10.11	-		17	25			42	Punkte
9	Stefan Vorrath	1977	M45	MTV Treubund Lüneburg	2	00.55.21,00	00.48.10	-		19	23			42	Punkte
10	Daniel Rohrbach	1976	M45	Tus / Hohnstorf	2	00.55.28,70	01.33.55	-		18	20			38	Punkte
11	Torsten Franz	1977	M45	Green Runners Lüneburg	2			00.59.09,30	00.56.18,00			17	14	31	Punkte
1	Matthias Meinheit	1974	M50	-	4	00.57.27,40	01.28.04	01.49.42,10	00.47.35,00	18	25	23	21	69	Punkte
2	Jens Paape	1972	M50	Düvelsbrook Dynamics LG	4	01.00.21,30	01.37.55	00.56.16,30	00.52.22,10	16	23	21	17	61	Punkte
3	Sven Behn	1972	M50	Die verrückten Läufer	3	-	00.53.43	01.00.05,50	00.56.22,40		20	19	14	53	Punkte
4	Jan Knievel	1975	M50	RSC Lüneburg Triathlon	2	00.44.19,30			00.38.58,20	25			25	50	Punkte
5	Henrik Schwabe	1975	M50	-	2	00.47.40,50	-	01.37.26,20		21		25		46	Punkte
6	Björn Grimm	1972	M50	Düvelsbrook Dynamics LG	2	01.46.16,00			00.46.30,60	20			23	43	Punkte
7	Christian Riepenhausen	1972	M50	-	3	01.16.51,00	01.02.30	01.12.02,10		11	17	15		43	Punkte
8	Christian Hein	1974	M50	-	2	00.57.15,40	00.47.03	-		19	23			42	Punkte
9	Thorsten Bräcklein	1973	M50		2		00.48.40		00.50.44,40		21		18	39	Punkte
10	Adrian Feuerbacher	1973	M50	Düvelsbrook Dynamics LG	2	-	-	02.16.13,80	00.52.37,70			20	16	36	Punkte
11	Jan Rose	1973	M50	vereinslos	2			02.10.44,00	00.57.18,20			21	13	34	Punkte

12	Mirko Sorge	1975	M50	Sport Jongleure Dreilingen	2	01.03.54,10	00.55.13	-			14	19		33	Punkte
13	Mark Rüter	1973	M50	Amelinghausen- Wetzten	2	01.10.49,40	01.01.18	-			12	18		30	Punkte
14	André Schuler	1975	M50	Die Roten Renner	2	01.06.23,90			01.00.15,60		13			9	22 Punkte
1	Armin Hecht	1970	M55	Team Hecht-Apotheke	3	01.51.50,20	01.29.08	-		00.50.36,90	19	19		19	57 Punkte
2	Carsten Machel	1970	M55	Post SV Uelzen	2	01.33.36,80				00.44.27,20	25			25	50 Punkte
3	Axel Böttcher	1966	M55	Little Bullerbü	3	01.02.43,80	-	01.06.00,00	00.51.42,00		9	21		18	48 Punkte
4	Torsten Wilsdorf	1966	M55	-	2	00.48.47,70	01.19.04	-			21	25			46 Punkte
5	Stefan Huber	1968	M55	Praxis Stadtkoppel	3	01.05.29,40	-	01.09.08,10	01.02.50,60		8	20		15	43 Punkte
6	Oliver Kissmann	1968	M55	MTV Eyendorf	2	00.55.21,00			00.50.27,80		16			20	36 Punkte
7	Daniel Hahnemann	1970	M55	-	2	01.56.22,40	01.26.59	-			15	20			35 Punkte
8	Markus Ludwig	1970	M55	-	2	01.08.49,40	-	00.58.24,10			6	25		31	Punkte
1	Stefan Stark	1965	M60	Düvelsbrook Dynamics LG	4	01.34.43,70	01.16.41	01.39.44,50	00.43.32,40		23	25	25	25	75 Punkte
2	Karsten Schuldt	1965	M60	Inselrunners	3	00.47.08,00	00.40.39	00.45.52,50			25	25	25		75 Punkte
3	Jens Brüers	1964	M60	-	4	00.56.13,60	00.49.11	00.53.59,20	00.53.30,90		19	23	23	21	67 Punkte
4	Knut Heinz Otto Erdtmann	1962	M60	TuS Hohnstorf/Elbe	4	1.00.51,6	01.35.49	00.56.49,60	00.55.41,60		15	19	19	19	57 Punkte
5	Markus Solms	1963	M60	Düvelsbrook Dynamics	3	00.59.12,10	-	00.58.12,20	00.55.46,10		16		18	17	51 Punkte
6	Frank Lühr	1961	M60	-	3	-	00.55.55	01.06.03,70	00.57.39,10			19	13	15	47 Punkte
7	Matthias Frischmuth	1965	M60	Meine Sportgr. Vögelsen	2	00.49.12,40	01.23.11	-			23	23			46 Punkte
8	Carsten Sander	1965	M60	Lüneburger Rennschneck.	2	00.58.58,90	-	00.56.28,40			17		20		37 Punkte
9	Stefan Metzger-Frey	1962	M60		2	02.09.21,60			00.55.43,30		17			18	35 Punkte
10	Gottfried Ingenhaag	1961	M60	VfL Jesteburg	3	01.16.44,50	01.02.48	01.08.33,40			8	16	11		35 Punkte
11	Guido Bludau	1963	M60	LG Brunsberg	2	01.03.27,70	00.50.51	-			11	21			32 Punkte
12	Werner Dehrmann	1964	M60	VfL Suderburg	2	01.01.09,90	01.47.30	-			14	17			31 Punkte
13	Holger Tempel	1963	M60	Green Runners Lüneburg	2	01.04.37,30			00.53.43,30		10			20	30 Punkte
14	Jan Pohnke	1964	M60	LG Brunsberg	2	01.03.27,60			00.55.57,70		12			16	28 Punkte
15	Olaf Stolze	1962	M60	De Hunnenhoff	2	01.08.32,90	-	01.05.50,30			9		14		23 Punkte
1	Volker Turau	1957	M65	LG Brunsberg	3	01.03.28,30	00.50.49	-		00.55.59,10	17	21		23	61 Punkte
2	Reinhard Schulz	1960	M65	Thomasburger SV	3	01.04.40,60	-	01.01.22,60	00.56.23,70		16		20	21	57 Punkte

3	Ernst Hildebrandt	1958	M65	-	2	00.49.15,20	-	00.49.00,10	25	25	50	Punkte			
4	Jürgen Helwig	1957	M65	Düvelsbrook Dynamics	2	00.51.51,00	-	00.47.21,20	21	25	46	Punkte			
5	Peter Boysen	1960	M65	LT TSV Bienenbüttel	2	00.51.19,00	-	00.51.28,00	23	23	46	Punkte			
6	Jens Ehrler	1960	M65	Düvelsbrook Dynamics	2	00.55.24,60	00.48.18	-	19	25	44	Punkte			
7	Bernd Marchewka	1960	M65	-	2	00.54.56,60	-	00.54.17,40	20	21	41	Punkte			
1	Uwe Engel	1954	M70	-	4	01.00.23,00	00.49.22	00.55.35,40	00.52.54,90	23	25	25	23	73	Punkte
2	Wilfried Schröder	1952	M70	LT TSV Bienenbüttel	4	01.07.43,60	00.55.06	01.02.49,00	00.57.55,50	21	23	23	21	67	Punkte
3	Hans-Günter Wolff	1951	M70	ULV Wolfsburg	3	01.13.02,00	00.58.01	01.09.45,90		19	21	21		61	Punkte
4	Reiner Paul	1955	M70	MTV Treubund Lüneburg	3	01.21.09,90	01.07.15	01.17.22,30		18	20	20		58	Punkte
1	Manfred Koop	1949	M75	Lauftreff Geesthacht	4	01.14.10,90	00.59.15	01.11.45,50	01.07.36,30	23	25	25	25	75	Punkte
2	Andreas Wilamowski	1949	M75	Stolpertruppe Winsen	2	01.13.24,00	00.59.19	-		25	23			48	Punkte
1	Hartmut Vogt	1944	M80	TuS Neudorf-Platendorf	2	01.08.21,20	00.56.43	-		25	25			50	Punkte
2	Wilhelm Vorrath	1942	M80	MTV Treubund Lüneburg	2	01.36.01,90	01.30.43	-		23	23			46	Punkte
1	Wilhelm Holle	1938	M85	TSV Adendorf	4	01.28.20,50	01.11.57	01.21.29,70	01.20.00,20	25	25	25	25	75	Punkte
1	Justus Martin	2011	MU16	MTV Treubund Lüneburg	3	00.48.41,40	-	00.46.15,70	00.42.05,00	25	25	25	25	75	Punkte
1	Christopher-R. Röhrs	2006	MU20	Landjugend Amelingh.	4	01.01.03,80	00.54.35	02.05.06,30	00.54.08,90	23	25	25	25	75	Punkte