

10 km-Lauf

w	AK Platz				
1.	1.	W 50	Bettina Eggert	Lauftreff Rastede	45:08
2.	1.	W 40	Levka von der Assen	SV Friedrichsfehn	50:44
3.	2.	W 50	Simone Kaper	Lauftreff Rastede	54:31
4.	1.	W 60	Marlen Webersinke	Vareler TB	55:08
5.	2.	W 40	Sabrina Schmidt	Lauftreff Rastede	56:39
6.	1.	W 35	Meike Kuhn	SVE Wiefelstede	57:49
7.	1.	W 45	Mareike Janßen	SVE Wiefelstede	58:31
8.	1.	W 65	Sigrid Richter	Lauftreff Rastede	58:43
9.	3.	W 50	Christien Jungsthöfel	SSV Gristede	59:17
10.	1.	W 55	Silvia Lütke Brintrup	Lauftreff Rastede	1:08:10

m	AK Platz				
1.	1.	M 30	Mathias Kasselmann	Lauftreff Rastede	35:04
2.	1.	M	Lucas Schwengels	SSV Gristede	37:50
3.	1.	MJU23	Henrik Fortmann	SSV Gristede	39:44
4.	1.	M 50	Thorsten Helmers	Lauftreff Rastede	41:51
5.	2.	M 50	Dirk Fortmann	SSV Gristede	42:03
6.	1.	MJU20	Mattis Fortmann	SSV Gristede	42:35
7.	3.	M 50	Steffen Herke	Ultrafriesen	43:07
8.	1.	M 60	Dietrich Boles	TuS Ofen	44:53
9.	4.	M 50	Thorsten Hinken	Lauftreff Rastede	45:08
10.	1.	M 45	Olaf Gärtner	TSR Olympia WHV	45:23
11.	1.	M 55	Frank Jehle	Lauftreff Rastede	45:32
12.	1.	M 40	Simon Kuhn	SVE Wiefelstede	49:15
13.	2.	M 60	Frank Bullerdiel	SSV Gristede	49:21
14.	1.	MJU23	Floris Kobbe	TuS Wahnbek	50:44
15.	2.	M 55	Holger Eggert	Lauftreff Rastede	51:18
16.	3.	M 60	Jürgen Bösel	TuS Ofen	52:00
17.	4.	M 60	Ralf Kobbe	TuS Wahnbek	52:17
18.	5.	M 50	Olaf Prante	Lauftreff Rastede	56:03
19.	2.	M 30	Frank Allies	TSR Olympia WHV	56:19
20.	1.	M 70	Reinhard Ludwig	TuS Wahnbek	57:47
21.	6.	M 50	Rüdiger Lütke Brintrup	Lauftreff Rastede	58:06
22.	3.	M 55	Jürgen Schröder	TuS Zetel	58:26
23.	1.	M 75	Werner Westera	Lauftreff Rastede	1:04:55