

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - M30

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbacherlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wollskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmweg am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügelweg Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Lassig, Henri	BSG Merck	14		15	17													46
2	Fischer, Daniel	Freiwillige Feuerwehr Nieder-Ramstadt e.V			11	12	18												41
3	Claus, Fabian	Ohne Verein	11				21												32
4	Weimar, Marcel	LT Rheinhessen-Pfalz			7	11	14												32
5	Plößler, Mirko	SV 1911 Traisa			10		17												27
5	Ripper, Jan	TuS Griesheim			14	13													27
7	Burow, Julian	LG Rüsselsheim	12			14													26
8	Kortemeyer, Timo	Läuferherz				21													21
8	Arnold, Thomas	Läuferherz/ON			21														21
8	Fink, Leander	Brooks Road Runner / TV Alzey	21																21
11	Von Malotki, Jonathan	TG 07 Eberstadt					19												19
11	Reuter, Fabian	TuS Griesheim				19													19
11	Buss, Keijo	TuS Griesheim			19														19
11	Wiegerling, Michael	Spiridon Frankfurt	19																19
15	Schottenheimer, Daniel					18													18
15	Holesch, Stephan	TuS Griesheim			18														18
15	Bienert, Sebastian	Lg bsn	18																18
18	Fuhrmann, Jan	LLG Wonnegau			17														17
18	Wosene, Demeke	LG Rüsselsheim	17																17
20	Niemeyer, Felix	TV1876 Eberstadt					16												16
20	Mohles, Felix					16													16
20	Eichhorn, Thomas	BSG Merck			16														16
20	Nohe, Daniel	Spiridon Frankfurt	16																16
24	Parry, Martin	Nomade					15												15
24	Kasprzik, Julian	Concordia Gernsheim				15													15
24	Cristiano, Garino	Triathlon Team DSW Darmstadt	15																15

Weitere 37 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - M40

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niedermörsen	Straßenlauf Wolfskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmweg am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Branke, Jürgen	Eddersheimer Bahnschranken Gegner	2			15	21												38
2	Muik, Alexander	TV Jugenheim			18	19													37
3	Troia, Guiseppa	Troia Laufevents				21													21
3	Maier, Stefan				21														21
3	Bäss, Jens	TV Waldstraße Wiesbaden	21																21
6	Bastian, Pascal						19												19
6	Katsukis, Pan				19														19
6	Liewig, Bastian	Triathlon Team DSW Darmstadt	19																19
9	Hügel, Sven	Laufteam Leeheim				18													18
9	Göntgens, Michael	TCEC Mainz	18																18
11	Vossel, Niels	TuS Griesheim				17													17
11	Hajak, Oliver	TSV Pfungstadt			17														17
11	Sternkopf, Danny	LuT Aschaffenburg	17																17
14	Schmidt, Eric					16													16
14	Fleckenstein, Dustin	KSG Brandau			16														16
14	Kaltenbach, Florian	Spiridon Frankfurt	16																16
17	Witteborg, Heiko	TuS Griesheim			15														15
17	Katsukis, Pan	Ohne Verein	15																15
19	Rumbler, Carsten	BSG Merck				14													14
19	Treusch, Michael	KSV Reichelsheim / Tria			14														14
19	Thiel, Dominik	TSG Limbach/Triathlon	14																14
22	Urbanczyk, Daniel-Philipp	TuS Griesheim				13													13
22	Karliczek, Robert	Alte Säcke n.e.V			13														13
22	Muik, Alexander	TV Jugenheim	13																13
25	Irde, Raffael	LTR				12													12
25	Geile, Rene	BSG Merck			12														12
25	Uhl, Tim	LC Olympia Wiesbaden	12																12

Weitere 31 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - M50

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wolfskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmweg am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügelweg Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventcross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Dietrich, René	Lauftreff Roßdorf			14	15	18												47
2	Maier, Mathias	TSV Wolfskehlen			18		19												37
3	Ahrens, Gerd	BSG Merck			5	12	16												33
4	Vogel, Thomas	Turnverein 1846 e.V. Groß-Gerau			11	16													27
5	Kappes, Rainer	BSG Merck			8	14													22
6	Crefß, Michael	Laufteam Gelnhausen e.V.					21												21
6	Zehnder, Jürgen	TSV Pfungstadt				21													21
6	Strosny, René				21														21
6	Pyrlik, Claudius	SSC Hanau-Rodenbach	21																21
10	Hieke, Stephan				7		14												21
11	Bauer, Thomas					19													19
11	Ciesielski, Rolf	Teutonia Hausen			19														19
11	Hett, Rainer	RFC Oberstedten	19																19
14	Baumhardt, Markus					18													18
14	Möllers, Ralf	TV Waldstrasse Wiesbaden	18																18
16	Becker, Marc						17												17
16	Willems, Björn	LaufLeben Running Crew e.V.				17													17
16	Seeger, Michael				17														17
16	Martin, Oliver	laufteufel.de	17																17
20	Bernhardt, Michael	algemarin Team SV Traisa			16														16
20	Rapp, Stephan	LG Bensheim	16																16
22	Hochschild, Rainer						15												15
22	Klein, Walter	Laufteam Nowalala			15														15
22	Schäfer, Michael	LLG Wonnegau	15																15
25	Keuschen, Patrick	TSV Pfungstadt	14																14

**Weitere 35 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.**

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - M60

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wollschellen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Edelmann, Michael	Flörheim/Wicker	12		14	14	19												59
2	Werner, Burkhardt	LT Rheinhessen-Pfalz			16	16	15												47
3	Waraus, Michael	Skills 04 Frankfurt	21				21												42
4	Pasda, Clemens	Ohne Verein	19			21													40
4	Schumacher, Achim	LAZ Mosbach/Elztal			21	19													40
6	Kimmel, Michael	LG Heine - Park Dreieich	4		7	10	13												34
7	Krieger, Paul	LC Olympia Wiesbaden	14			17													31
8	Hübner, Frank	Lauftreff Ober-Ramstadt			19														19
9	Schwerbrock, David	LC Olympia Wiesbaden	18																18
9	Kaiser, Manfred	SV Fun-Ball Dortelweil					18												18
9	Schirmer, Rainer	LG Rüsselsheim				18													18
9	Hodapp, Frank	SC Önsbach			18														18
13	Fabian, Günter	LG Rüsselsheim	17																17
13	Herbert, Andreas	Lauftreff Darmstadt					17												17
13	Prinz, Volkmar	Laufgemeinschaft Nowalala			17														17
16	Binzel, Erich	LT Rheinhessen-Pfalz	6		11														17
17	Weitzel, Holger	SSG Bensheim	16																16
18	Rubarth, Wolfgang	SKV Mörfelden Team MöWathlon	15																15
18	Starck, Rainer	SV Hahn				15													15
18	Somer, Otto				15														15
21	Henning, Servos	DAV Darmstadt-Starkenburger					14												14
22	Hofmeister, Rainer	LT Rheinhessen-Pfalz	13																13
22	Auernhammer, Karl	LG Riedstadt				13													13
22	Arnold, Rolf				13														13
25	Reiner, Rupp	KSV Reichelsheim					12												12
25	Lindenfeld, Bernhard					12													12
25	Börngen, Thomas	Swiss Runners			12														12

Weitere 21 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - M70

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wollskehlen	Himmelsteierlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Hitzel, Günter	Rödermark	18		19	21	19												77
2	Menzel, Karl-Heinz	KSV Reichelsheim	10		14	19	18												61
3	Göhring, Heinz	LT Hemsbach	11		12	16	17												56
4	Becker, Helmut	SG-Ruhrgas 1929	12		13	17													42
5	Swarowsky, Egon	LT Rheinhessen-Pfalz	19		21														40
6	Hofmann, Klaus	TuS Griesheim	16				21												37
7	Mertin, Burkhard	LTG Eberstadt	17		17														34
8	Schmit, Peter	LG Rüsselsheim	13			18													31
9	Rochau, Lothar	LAV Halensia	21																21
10	Schröder, Ernst	LC Michelstadt			18														18
11	Metzler, Allan	SC Steinberg			16														16
12	Pöckentrup, Thomas	LC Olympia Wiesbaden	15																15
12	Rochelt, Herbert	Neckarläufer Mannheim			15														15
14	Herbst, Klaus	TV Hechtsheim	14																14

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - W30

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wollskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Binz, Stefanie				11		18												29
2	Baist, Franziska	SGK Bad Homburg	21																21
2	Sluijter, Katja						21												21
2	Bernarding, Bettina	TuS Griesheim				21													21
2	Holesch, Nora	Spiridon Frankfurt			21														21
6	Gieser, Leonie	LCO Lorsch	19																19
6	Volk, Lena	DAV Sektionsmitglied					19												19
6	Dölle-Karakurt, Sybille	Riedhexen				19													19
6	Eichhorn, Anna	MTV Kronberg Leichtathletik			19														19
10	Costadura, Clara	Spiridon Frankfurt	18																18
10	Lippert, Ester	TuS Griesheim				18													18
10	Dahlen, Bianca	SKG Roßdorf			18														18
13	Lignet, Floriane	BSG Merck	5			13													18
14	Jamin, Anna	TV Waldstraße Wiesbaden	17																17
14	Stehr, Annika						17												17
14	Christ, Laura	LTR				17													17
14	Widmann, Svenja				17														17
18	Achenbach, Isabelle						16												16
18	Brunko, Jessica	Riedstadt				16													16
18	Wittor, Marie	Lauftreff Ober-Ramstadt			16														16
18	Rossmann, Catherine	DSW Darmstadt	16																16
22	Samee, Asfa	TuS Griesheim					15												15
22	Büttgens, Heidemarlen	Oberursel				15													15
22	Schmenger, Clarissa	TeamSchmuzy			15														15
22	Müller, Lisa	VLG Eisenbach	15																15

Weitere 22 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - W40

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachtal Niederhausen	Straßenlauf Wollskehlen	Himmelseiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Gönsch, Iris	SG Arheilgen- Triathlon			16	11	21												48
2	Stephan, Kerstin	LC Olympia Wiesbaden	21			21													42
3	Senßfelder, Sina	Hospizstiftung GG			21	18													39
4	Yoshinaga, Misaki	LT Rheinhessen-Pfalz				16	19												35
5	Tucker, Amanda	LT Neu-Isenburg			15		18												33
6	Sayed Ahmed, Sarah	DFS Betriebssport	14			15													29
7	Leibkühler, Marta	BSG Merck	10			14													24
8	Hügel, Daniela	Laufteam Leeheim				19													19
8	Schewe, Valerie	LC Olympia Wiesbaden	19																19
8	Ahmed, Sarah Sayed	DFS Betriebssport			19														19
11	Yukhymenko, Ilona	LC Olympia Wiesbaden	18																18
11	Reeg, Alexandra	SC Güttersbach			18														18
13	Salomon, Annett	dieSchweinehunde					17												17
13	Bauer, Diana	SG Arheilgen-Triathlon				17													17
13	Korzeczek, Sandra	LC Olympia Wiesbaden	17																17
13	Thiele, Conny	SG Arheilgen-Triathlon			17														17
17	Schaus, Lucie						16												16
17	Bakiri, Yamina	Ohne Verein	16																16
19	Becker, Kanyavee						15												15
19	Mahler, Deike	LC Olympia Wiesbaden	15																15
21	Koch, Lisa	TG 07 Eberstadt					14												14
21	Hiller, Ulrike	Lauftreff Fischbachtal			14														14
23	Lam, Teresa	GlobalLimits	13																13
23	Jung, Susanne	Riedstadt				13													13
23	Karliczek, Stephanie	Alte Säcke n.e.V.			13														13

Weitere 16 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.

## 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - W50

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wolfskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Lefort, Marina	SG Arheilgen-Triathlon	21		21	21													<b>63</b>
2	Brooks, Jaqueline	LT Lorsch			17	16	21												<b>54</b>
3	Hasenzahl, Marianne	TSV 03 Wolfskehlen			19	19													<b>38</b>
4	Hechler, Heike	algemarin Team SV Traisa				14	19												<b>33</b>
5	Neiss, Annette	TUS Rüsselsheim	19																<b>19</b>
6	Heese, Carmen	LC Olympia Wiesbaden	18																<b>18</b>
6	Maiwald, Katharina						18												<b>18</b>
6	Lohse, Millicent	Riedstadt				18													<b>18</b>
6	Grygosch, Sigrid	TV Hausen			18														<b>18</b>
10	Walter, Iris	Tv1848 Meisenheim	17																<b>17</b>
10	Liebing, Gritt						17												<b>17</b>
10	Wölfle, Heidi	Laufteam Leeheim				17													<b>17</b>
13	Martens, Vera	TV Waldstraße Wiesbaden	16																<b>16</b>
13	Schleith, Michaela				16														<b>16</b>
15	Grygosch, Sigrid	TV Hausen	15																<b>15</b>
15	Strosny, Angela	Modautal				15													<b>15</b>
17	Brooks, Jaqueline	LT Lorsch	14																<b>14</b>
18	Niggemann, Gabriele	Frika Triathlon Team Bad Vilbel	13																<b>13</b>
18	Schock, Tina	TSV 03 Wolfskehlen				13													<b>13</b>
20	Ruiz, Carmen	Venga	12																<b>12</b>
21	Pfaul, Sandra	LC Olympia Wiesbaden	11																<b>11</b>
22	Crone, Angela	SC Wiesbaden	10																<b>10</b>
23	Schulz, Christine	Ohne Verein	9																<b>9</b>
24	Schaffner, Andrea	Ohne Verein	8																<b>8</b>
25	Schneider, Astrid	LC Olympia Wiesbaden	7																<b>7</b>

Weitere 6 Läufer haben in dieser Altersklasse bereits Punkte im 26. Lang-Lauf-Cup 2024 erzielt.



## 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - W60

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niedernhausen	Straßenlauf Wolfskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Berg, Klaudia	TG Traisa			19	21	21												<b>61</b>
2	Davidowicz, Petra	Lt -Hemsbach			21	19	19												<b>59</b>
3	Spiegel, Marlins				15	18													<b>33</b>
4	Fiebig-Keller, Claudia	TV Hergershausen	21																<b>21</b>
5	Peters-Karbstein, Marion	Spiridon Frankfurt	19																<b>19</b>
6	Scheifler, Judith	TuS Rüsselsheim	18																<b>18</b>
6	Ihlefeld, Doris	Sektion Darmstadt Starkenburg					18												<b>18</b>
6	Krawietz, Eva				18														<b>18</b>
9	Scholl, Anette Judith	TSV 05 Rot/Laufreport	17																<b>17</b>
9	Hage, Micheale	TV1876 Eberstadt					17												<b>17</b>
9	Krawietz-Arnold, Ute				17														<b>17</b>
12	Berg, Klaudia	TG Traisa	16																<b>16</b>
12	Ziebart, Simone	Ganzheitliche Massage Ziebart			16														<b>16</b>
14	Schumpich, Christiane	TSG Eppstein/Erdinger Active Team	15																<b>15</b>
15	Davidowicz, Petra	LT Hemsbach	14																<b>14</b>
15	Müller, Marliese	Edelweiß Steinwenden Sommerbiathlon			14														<b>14</b>
17	Schaudig, Susanne	SVTriCity Darmstadt	13																<b>13</b>
17	Kirsten, Petra	Kilometerhelden			13														<b>13</b>
19	Spiegel, Marlies	Ohne Verein	12																<b>12</b>
19	Porter, Ingrid	LT Rheinhessen-Pfalz			12														<b>12</b>
21	Eisenhauer-Horst, Ursula	Niederhadamar	11																<b>11</b>

# 26. Lang-Lauf-Cup 2024 - W70

			Frühjahrslauf Groß-Gerau	Frühjahrslauf Bensheim	Fischbachlauf Niederrhausen	Straßenlauf Wolfskehlen	Himmelsleiterlauf Eberstadt	Lindwurmlauf am Frankenstein	Dieburger Stadtlauf	Fischerfestlauf Gernsheim	Ueberauer Dorflauf	Koberstädter Waldmarathon	Ober-Ramsstädter Stadtlauf	Wald u. Hügellauf Groß-Umstadt	Herbert-Fürböcklauf Traisa	Adventscross Pfungstadt	Nikolauslauf Weiterstadt		
Platz	Name, Vorname	Verein																Gesamt	
1	Ruth, Roth	TV Rheinau	21			21													42
2	Risch, Karin	algemarin Team SV Traisa					21												21

