

Herbstlauf Ofen 2026 – 5 km Volkslauf

Altersbereinigte Gesamtergebnisliste (Frauen und Männer vereint) • WMA Age-Grading Wertung

Gemeinsame altersbereinigte Wertung (Frauen & Männer vereint)

Um sportliche Leistungen über **unterschiedliche Altersklassen und Geschlechter hinweg** objektiv und fair miteinander zu vergleichen, erfolgt die Gesamtwertung nach dem offiziellen **WMA-Leistungsgrad (in %)**. Dieser setzt die bereinigte Leistung ins Verhältnis zur theoretischen Weltbestleistung der jeweiligen Alters- und Geschlechtsklasse (WMA-Standards: Männer 12:59 min, Frauen 14:46 min):

- *Nettozeit bereinigt* = *Gelaufene Zeit* × *WMA-Faktor*
- *Leistungsgrad (%)* = (*WMA-Standardzeit* / *Nettozeit bereinigt*) × 100 %

Quellen und Grundlagen der Faktoren:

Die verwendeten Altersfaktoren basieren auf den offiziellen Tabellen der **World Masters Athletics (WMA)** für Straßenlauf:

- World Masters Athletics (WMA): <https://world-masters-athletics.org>
- Howard Grubb Athletics Calculator (WMA-Tabellen & Faktoren): <https://www.howardgrubb.co.uk/athletics/wmalookup15.html>
- Alan Jones USATF / WMA Age-Grade Tables: <https://github.com/AlanLyttonJones/Age-Grade-Tables>

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
1	13	Schmidt	Carsten	M55	LG Lohr	18:19	15:01 (86.46%)
2	1	Oettinger	Julius	MJ	TuS Eversten	15:27	15:27 (84.03%)
3	8	Prins	Julia	W35	SV Nordenham	17:56	17:42 (83.42%)
4	2	Niederheide	Matti	MH	DSC Oldenburg	15:40	15:40 (82.87%)
5	97	König	Connie	W65	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	24:21	17:59 (82.14%)
6	3	Roski	Linus	MH	Team Laufrausch Oldenburg	16:00	16:00 (81.17%)
7	15	Feth	Jan	M50	1. TC Oldenburg Die Bären	18:29	16:16 (79.81%)
8	33	Grotelueschen	Wolfgang	M60	1.tco die Bären	20:16	16:29 (78.79%)
9	222	Fromme	Klaus	M80	VfL Oldenburg	29:36	16:38 (78.03%)
10	11	Izadpanah	Belayne	M40	TuS Oestringen	18:04	16:45 (77.52%)
11	110	Webersinke	Marlen	W60	Vareler TB	24:50	19:03 (77.49%)
12	4	Köpp	Luke	MJ	DSC Oldenburg	17:17	16:56 (76.64%)
13	267	Harms	Hermann	M85	VfL Oldenburg	32:14	16:58 (76.55%)
14	36	Piotrowski	Heike	W40		20:35	19:30 (75.71%)
15	98	Poludniok	Karl-Heinz	M70	LAV Zeven	24:22	17:09 (75.69%)
16	18	Hommers	Rolf	M45		19:04	17:10 (75.64%)
17	54	Kreuzer	Dieter	M60	LG Bremen-Nord	21:39	17:10 (75.62%)
18	48	Pape	Nicole	W45	Aktion Pfötchen	21:10	19:32 (75.62%)
19	5	Hartung	Julian	M30	DSC Oldenburg	17:22	17:19 (74.99%)
20	6	Beshara	Moustafa	MH	DSC Oldenburg	17:22	17:22 (74.76%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
21	26	Ihnken	Lina	WJ	DSC Oldenburg	19:50	19:45 (74.75%)
22	12	Behnken	Christian	M35		18:06	17:23 (74.68%)
23	30	Guttmann	Felina	W30	BTB Oldenburg	19:57	19:54 (74.19%)
24	43	Niemöller	Edgar	M55	LAUFEND DIE WELT ERLEBEN	21:01	17:31 (74.14%)
25	147	Pilney	Bettina	W60	SV EMS Jemgum	26:23	19:59 (73.87%)
26	7	Hots	Lucas	M30	SSV Gristede	17:41	17:38 (73.64%)
27	10	Förster	Lasse	MJ	DSC Oldenburg	18:03	17:42 (73.38%)
28	41	Kirchhoff	Marcus	M50	TuS Oestringen	20:47	17:44 (73.21%)
29	66	Ravekes	Lieven	MKU10	TuS Ofen	22:19	17:49 (72.89%)
30	72	Müller	Eckhard	M60	Tuspo Weende	22:40	17:49 (72.85%)
31	40	Dessi	Sascha	M50	LG Göttingen	20:46	17:52 (72.70%)
32	79	Czerlinski	Manfred	M65	SV Warsingsfehn	22:57	17:54 (72.57%)
33	9	Jakobs	Jannik	MH		17:56	17:56 (72.40%)
34	81	Flath	Sandy	W50	Lauftreff Darmstadt	23:11	20:30 (72.05%)
35	62	Langhorst	Thomas	M60	ATS Buntentor	22:11	18:02 (71.98%)
36	14	Schnötke	Johann	MJ	Tus Ofen	18:25	18:16 (71.05%)
37	37	Schimpf	Daniel	M45	CEWE	20:37	18:17 (71.01%)
38	34	Bramstedt	Janis	MKJ14	BV Garrel	20:23	18:21 (70.76%)
39	21	Lange	Christoph	M40	TuS Oestringen	19:33	18:23 (70.62%)
40	118	Repp	Harald	M70	Team Laufrausch Oldenburg	25:04	18:25 (70.53%)
41	80	Meinecke	Theo	MKU10	TuS Ofen	23:08	18:28 (70.31%)
42	45	Steffens	Laura	W30	Team Laufrausch	21:06	21:03 (70.15%)
43	47	Hanke	Meret	WJ	1. TC Oldenburg „Die Bären“	21:10	21:05 (70.04%)
44	46	Federhen	Anna	WH	1. TCO die Bären	21:09	21:09 (69.82%)
45	22	Wiebezieck	Max	MJU16	TuS Ofen	19:41	18:40 (69.56%)
46	51	Seybold	Jale	WJ	DSC Oldenburg	21:19	21:14 (69.55%)
47	194	Beeken	Doris	W65	TuS Zetel	28:24	21:15 (69.51%)
48	107	Appeldorn	Fiete	MKU10	TuS Ofen	24:44	18:42 (69.42%)
49	253	Pietrucha	Gerda	W70	Lauftreff Ganderkesee	31:45	21:17 (69.39%)
50	212	Bohlmann	Petra	W65	SV Ofenerdiek	29:13	21:17 (69.37%)
51	206	Meyerjürgens	Alfred	M75	Westerstede	28:45	18:49 (68.98%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
52	20	Krause	Fiete	MJU16	1 TC Oldenburg Die Bären	19:29	18:49 (68.97%)
53	16	Watermann	Marc	MJ		18:50	18:50 (68.97%)
54	19	Brunken	René	M35	TuS Zetel Erdinger ACTIVE Te	19:28	18:50 (68.96%)
55	140	Koch	Andrea	W55	SV Brake Lauffeuer	25:59	21:27 (68.83%)
56	17	Wefer	Lenny	MH	1.TCO „Die Bären“	18:59	18:59 (68.39%)
57	31	Guttmann	Tim	M35	BTB Oldenburg	19:57	19:02 (68.23%)
58	88	Reisinger	Peter	M60	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	23:48	19:02 (68.22%)
59	56	Kruska	Hannah	WH	1. TCO Die Bären Oldenburg	21:45	21:45 (67.89%)
60	100	vonn Steuber	Hans Christian	M60	Hans Christian von Steuber	24:23	19:10 (67.72%)
61	57	Knoblauch	Linda	WJ	DSC Oldenburg	21:49	21:49 (67.69%)
62	211	Hein	Folma	W65	Lauftreff Rastede e. V.	29:10	21:49 (67.69%)
63	159	Groh	Luisa	WKU10		26:42	21:59 (67.18%)
64	25	Maleszka	Marlon	MJ	1. TCO Die Bären	19:49	19:25 (66.84%)
65	63	Zidlicky	Thea Luisa	WJ	LG Bremen-Nord	22:11	22:06 (66.83%)
66	27	Büssing	Finn	MJ	TuS Ofen	19:52	19:28 (66.67%)
67	50	Engels	Micha	M40	Stiftung Wadentest	21:11	19:30 (66.60%)
68	177	Schöffel	Gabi	W55	LSF Oldenburg	27:40	22:18 (66.20%)
69	250	Schiller	Heidi	W65	HTV Hundsmühlen	31:36	22:25 (65.89%)
70	23	Ghulomov	Shukhrat	MH	Shukiland	19:43	19:43 (65.87%)
71	24	Lammers	Finley	MH	DSC Oldenburg	19:43	19:43 (65.85%)
72	176	Bleiker	Detlef	M70	LC 93 Delmenhorst	27:36	19:44 (65.82%)
73	108	Albers	Bjarne	MKU10	Vfl Bad Zwischenahn - Die Mee	24:48	19:48 (65.59%)
74	29	Korzuschnik	Tobias	MH	1. TC Oldenburg „Die Bären“	19:53	19:53 (65.32%)
75	28	Jacobsen	Kevin	MH	HybridClubOL	19:53	19:53 (65.30%)
76	75	Kayser	Janna	W35	Edeweicht	22:50	22:37 (65.29%)
77	38	Maaß	Kevin	M35	Oldenburg Run Club	20:44	19:55 (65.20%)
78	71	Appuhn	Isabel	WH		22:40	22:40 (65.15%)
79	44	Witte	Daniel	M40		21:03	19:56 (65.12%)
80	32	Eggers	Finn	MJ	Bremen	20:06	19:57 (65.10%)
81	225	Brüning	Wilke	M75	TuS Eversten	29:55	19:59 (64.97%)
82	182	Bischoff	Ute	W55	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	27:53	22:45 (64.90%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
83	119	Rittner	Jasper	M60	SSV Gristede	25:04	20:03 (64.77%)
84	132	Dessi	Andrea	W50	TuS Oestringen	25:35	22:52 (64.59%)
85	52	Weber	Jan	M40	IGS Moormerland	21:37	20:11 (64.33%)
86	101	Carstensen	Helge	M55	Wardenburg	24:27	20:12 (64.25%)
87	199	Carstensen	Carola	W55	Wardenburg	28:34	23:02 (64.11%)
88	83	Tolksdorf	Anton	MKU12	LT Petersfehn	23:19	20:17 (63.99%)
89	49	Klimczak	Henning	M35	Stiftung Wadentest	21:11	20:21 (63.81%)
90	94	Oetjen	Volker	M55	SSV Gristede	24:02	20:21 (63.81%)
91	122	Norrenbrock	Ludger	M60	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	25:14	20:21 (63.81%)
92	95	Busboom	Wilfried	M55	Fortuna Logabirum	24:03	20:22 (63.77%)
93	146	Thater	Ralf	M65	LSF Oldenburg	26:21	20:22 (63.75%)
94	91	Bellmann	Michael	M50	Team Itap	23:56	20:25 (63.57%)
95	126	Grasse	Holger	M60	TuS Zetel	25:25	20:30 (63.35%)
96	39	Gerke	Phillip	M30	LSF Oldenburg	20:45	20:30 (63.32%)
97	74	Sonntag	Stephan	M45	TV Rennerod	22:47	20:31 (63.30%)
98	35	Kesting	Niklas	MH	Westside Racing Club	20:31	20:31 (63.28%)
99	104	Mammen	Freyja	WJU16	Lauftreff TuS Eversten	24:38	23:27 (62.97%)
100	134	Frye	Jannes	MKU10	VfL Oldenburg	25:52	20:39 (62.88%)
101	109	Hermann	Katharina	W40		24:49	23:31 (62.79%)
102	162	Henkel	Imke	W50	TuS Ofen	26:54	23:31 (62.79%)
103	42	Koch	Finn-Lasse	MJ		20:53	20:43 (62.66%)
104	221	Wessels	Janfried	M70	Westerstede	29:35	20:50 (62.34%)
105	55	Jahnke	Olaf	M35	SV Heide Mohn 22 TV	21:41	20:50 (62.34%)
106	165	Strohkirch	Chezan	WKU12	SSV Gristede	27:08	23:42 (62.31%)
107	106	Troch	Melanie	W40	SSV Gristede	24:40	23:43 (62.26%)
108	69	Beckmann	Stefan	M40	Be Moved Bewegungskoinzepte	22:30	20:51 (62.25%)
109	82	Bövers	Arjen	MKJ14	1.FC Ohmstede	23:15	20:56 (62.03%)
110	168	Ravekes	Julia	WKU12	TuS Ofen	27:17	23:50 (61.97%)
111	61	Reimers	Paul	MJU16	TuS Ofen	22:09	21:00 (61.82%)
112	172	Kurz	Michael	M65		27:26	21:01 (61.77%)
113	85	Koch	Tom	MKJ14	TuS Ofen	23:22	21:02 (61.72%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
114	78	Noack	Stefan	M40	Familie Noack	22:56	21:06 (61.52%)
115	193	Pein	Jürgen	M70	Wilde Loher	28:24	21:07 (61.50%)
116	58	Gedes	Alexander	M35	CEWE	21:55	21:12 (61.25%)
117	77	Meinecke	Stephan	M40	TuS Ofen	22:55	21:15 (61.12%)
118	136	Schnötke	Martha	WJU16	TuS Ofen	25:52	24:11 (61.05%)
119	87	Meinecke	Niklas	MKJ14	TuS Ofen	23:38	21:16 (61.03%)
120	152	Hackmann	Maya	WKJ14		26:34	24:21 (60.65%)
121	86	Koch	Oliver	M45	Ofen	23:29	21:27 (60.52%)
122	64	Heck	Christian	M35	SV Heide Mohn 22 TV	22:14	21:30 (60.38%)
123	160	Hellwig	Anke	W45	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	26:47	24:27 (60.38%)
124	145	Martens	Jörg	M55		26:16	21:32 (60.29%)
125	233	Martens	Karin	W55	Lauftreff Rastede e.V.	30:24	24:31 (60.24%)
126	65	Pilney	Karsten	M35	SV Ems Jemgum	22:18	21:34 (60.20%)
127	92	Grensemann	Felix	MKJ14	TuS Ofen	23:59	21:35 (60.14%)
128	53	Steffens	Tobias	MH		21:38	21:36 (60.09%)
129	93	Buck	Flinn	MKJ14	TuS Ofen	24:02	21:38 (60.01%)
130	174	Wiebezieck	Lea	WKJ14	TuS Ofen	27:29	24:37 (59.98%)
131	135	Antoni	Lotta	WJU16	TuS Ofen	25:52	24:38 (59.97%)
132	76	Strauß	Florian	M40	Team Orly	22:52	21:39 (59.95%)
133	117	Götze	Pauline	WJ	1. TC Oldenburg „die Bären“	25:03	24:39 (59.91%)
134	105	Murdfeld	Christian	M50	1. TC Oldenburg	24:38	21:41 (59.89%)
135	90	Ahrens	Marcus	M45		23:55	21:41 (59.86%)
136	89	Thal	Dominik	M45	Saufen macht lexy	23:52	21:48 (59.54%)
137	238	Ruiter	Jan	M70	SSV Gristede	30:32	21:49 (59.50%)
138	248	Remmers	Susanne	W60	Hooksiel..läuft	31:33	24:50 (59.48%)
139	276	Brandes	Imma	W60	TuS Eversten	32:50	24:53 (59.36%)
140	180	Ris	Anouk	WKJ14		27:51	24:57 (59.19%)
141	59	Buchbach	Vincent	MJ	DSC Oldenburg	22:08	21:58 (59.12%)
142	285	Ruser	Gesa	W65		33:28	25:02 (58.99%)
143	60	Santen	Daniel	MH	Oldenburg Run Club	22:09	22:09 (58.62%)
144	125	Braunstein	Annabell	W30	InklusionsRing Nord	25:22	25:16 (58.45%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
145	179	Schmidt	Hauke	M60		27:50	22:15 (58.33%)
146	84	Haschen	Elmar	M35		23:21	22:16 (58.30%)
147	115	Weber	Sergej	M45		25:01	22:21 (58.08%)
148	102	Buck	Patrick	M45	TuS Ofen	24:28	22:21 (58.08%)
149	133	Pölling-Vocke	Bjarne	MKU12	Bad Zwischenahn	25:42	22:22 (58.05%)
150	216	Behrens	Heike	W50	SSV Gristede	29:26	25:27 (58.03%)
151	67	Oltmanns	Julius	MH	ORC	22:24	22:24 (57.98%)
152	293	Bohlen	Hans-Günther	M75	Bad Zwischenahn	34:13	22:24 (57.96%)
153	103	Wispeler	Thomas	M45	Deichschnucken Cäciliengroden	24:33	22:26 (57.89%)
154	131	Weigoni	Merle	WH		25:31	25:31 (57.87%)
155	68	Gruschka	Jannis	MH	gebewindschatten	22:28	22:28 (57.79%)
156	137	Brunken	Cathrin	W35	TuS Zetel Erdinger ACTIVE Te	25:54	25:34 (57.76%)
157	116	Antoni	Emil	MKJ14	TuS Ofen	25:03	22:33 (57.58%)
158	279	Sondermann	Annette	W60	FPZ Accum	33:00	25:39 (57.58%)
159	70	Riks	Jannes	MH	Pius Hospital	22:35	22:33 (57.57%)
160	142	Heptner	Till	MKU12	TuS Ofen	26:04	22:41 (57.24%)
161	73	Mehrtens	Klaas	MH	Oldenburg Run Club	22:41	22:41 (57.24%)
162	167	Modigell	Thomas	M55	SSV Gristede	27:15	22:42 (57.18%)
163	185	Nolte	Michael	M60	LT Petersfehn	28:01	22:47 (56.99%)
164	302	Grimm	Heike	W65	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	35:06	25:55 (56.98%)
165	138	Meub	Lena	WH		25:55	25:55 (56.98%)
166	271	Vossig	Tatjana	W55	1. TC Oldenburg „Die Bären“	32:20	26:04 (56.64%)
167	121	Gertjegerdes	Martin	M45		25:10	23:00 (56.47%)
168	149	Jahn	Luis-Antonio	MKU12	Latinburg e.V.	26:28	23:02 (56.37%)
169	292	Lampe	Manfred	M75		33:59	23:08 (56.13%)
170	113	Dirks	Manfred	M40	Raiffeisen-Volksbank eG	24:58	23:09 (56.10%)
171	96	Sommer	Ephraim	M35		24:19	23:12 (55.98%)
172	346	Frense	Horst	M85	VfL Oldenburg	42:36	23:12 (55.97%)
173	161	Mehrens	Ona Sylvie	WJ	Oldenburg	26:49	26:23 (55.96%)
174	148	Bartels	Emma	WH	SV Nordenham	26:25	26:25 (55.90%)
175	127	Grönweg	Christoph	M45	STV Barßel	25:28	23:16 (55.80%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
176	283	Behrens	Sabine	W60	Wilde Loher	33:14	26:28 (55.78%)
177	264	Hesse	Mike	M70		32:07	23:17 (55.77%)
178	157	Jochens	Inga	W35		26:39	26:29 (55.77%)
179	195	Sulmann	Katrin	W45	TuS Ofen	28:26	26:29 (55.76%)
180	300	Voigt	Edith	W60	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	34:58	26:30 (55.74%)
181	154	Böse	Amelie	W30	THE LAUF ASSOCIATION	26:34	26:32 (55.64%)
182	143	Schnötke	Markus	M45		26:08	23:21 (55.60%)
183	151	König	Tobias	M50	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	26:33	23:22 (55.56%)
184	171	Oeltjenbruns	Timo	M50	SSV Gristede	27:25	23:24 (55.50%)
185	295	Oetken	Johannes	M75	TuS Zetel	34:24	23:25 (55.45%)
186	112	Schwenker	Timo	M40		24:55	23:26 (55.41%)
187	235	Kronberg	Kay	M65		30:25	23:31 (55.23%)
188	111	Deutz	Simon	M40	Sport Reckemeier	24:50	23:31 (55.20%)
189	282	Moll	Danny	W55	Wilde Loher	33:14	26:48 (55.11%)
190	128	Stührmann	Stefan	M40	Stiftung Wadentest	25:29	23:37 (54.96%)
191	166	Bohlken	Lena	W35		27:08	26:53 (54.94%)
192	236	Lef	Isabell	W50	LG Lohr	30:26	26:54 (54.89%)
193	209	Janssen	Detlef	M55	Janssen-Crew	28:52	23:40 (54.86%)
194	223	Hu	Hong-Mei	W45	Team Itap	29:48	26:55 (54.85%)
195	242	Wemmie	Hans-Günther	M65	VFL Bad Zwischenahn	31:19	23:47 (54.61%)
196	197	Sanders	Gaby	W40	Oldenburg	28:32	27:02 (54.61%)
197	164	Spengler	Kathrin	W30	CEWE	27:07	27:03 (54.58%)
198	215	Wahrheit	Manuela	W45		29:20	27:04 (54.57%)
199	120	Polakis	Arturs	M40		25:08	23:48 (54.54%)
200	169	Mierwaldt	Sandra	W35		27:18	27:07 (54.44%)
201	203	Gruhne	Volker	M55	Just for the fun	28:38	23:51 (54.42%)
202	245	Fokkinga	Gerda	W50	Fokkinga eGbR	31:26	27:10 (54.34%)
203	156	Timter	Milan	MKJ14	TuS Ofen	26:38	23:59 (54.15%)
204	224	Schnittger	Julia	W45		29:52	27:16 (54.15%)
205	173	Küpker	Niels	M50	NORDLB	27:28	23:59 (54.12%)
206	158	Kruse	Moritz	M45	Tus Ofen	26:40	24:00 (54.09%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
207	344	Rabe	Aenne	W70		41:23	27:20 (54.02%)
208	184	Hamann	Franziska	W35	Pius Hospital	27:57	27:21 (53.99%)
209	227	Pölling-Vocke	Imke	W45	Bad Zwischenahn	29:58	27:22 (53.97%)
210	175	Schöffel	Malia	WJ	LSF Oldenburg	27:30	27:23 (53.91%)
211	244	Klein	Manuela	W50	Vareler TB	31:25	27:28 (53.76%)
212	114	Noffke	Moritz	M35		24:59	24:10 (53.73%)
213	183	Dollak	Sven	M50	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	27:54	24:11 (53.69%)
214	262	Guder	Knut	MKU10		32:05	24:16 (53.51%)
215	326	Groeneveld	Irina	W65	Meerläufer	36:55	27:37 (53.48%)
216	99	Härtel	Julian	MH	Team Itap	24:23	24:23 (53.25%)
217	189	Gerdas	Regina	W35	TuS Zetel	28:08	27:52 (52.99%)
218	190	Ahlrichs	Charleen	W35	1. TC Oldenburg „Die Bären“	28:09	27:53 (52.95%)
219	196	Ravekes	Regina	W35	TuS Ofen	28:30	27:53 (52.95%)
220	150	Scherer	Henrik	MKJ14	TuS Ofen	26:32	24:35 (52.83%)
221	337	Kalippke	Ina	W65	26386 Wilhelmshaven	38:25	27:59 (52.76%)
222	218	Hillje-Gerdas	Mats	MKU12	SV Loy	29:27	24:38 (52.72%)
223	186	Murdfeld	Leia	WH	1. TC Oldenburg	28:03	28:03 (52.64%)
224	210	Bunjes	Anna	W40	1.PzDiv	29:00	28:04 (52.61%)
225	187	Müller	Carina	WH		28:04	28:04 (52.61%)
226	220	Mahn	Maria	W40	Bad Zwischenahn	29:30	28:10 (52.42%)
227	247	Novak	Annika	W50	VfL Bad Zwischenahn - Die Mee	31:33	28:12 (52.37%)
228	163	Felsmann	Bastian	M40	Felsmalerei Studio	26:57	24:48 (52.35%)
229	191	Gollos	Sophia	WH		28:13	28:13 (52.33%)
230	265	Bollenhagen	Thomas	M65	Budo Dojo Rastede	32:10	24:52 (52.22%)
231	192	Bramstedt	Maja	WH		28:18	28:18 (52.18%)
232	123	Röben	Freddy	M30		25:18	24:54 (52.16%)
233	129	Middendorf	Glenn	M35	SV Heide Mohn 22 TV	25:29	24:57 (52.04%)
234	198	Gall	Claudia	W35	Lauffeuer Brake	28:34	28:23 (52.03%)
235	155	Rivera Benois	Piero	M40	Latinburg e.V.	26:35	25:00 (51.94%)
236	243	Hüttmann	Frank	M60	Projekt 3 x 3	31:20	25:03 (51.81%)
237	202	Reske	Nele	W30		28:38	28:31 (51.78%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
238	124	Enke	Alexander	M30		25:19	25:07 (51.71%)
239	275	Brandes	Uwe	M65	TuS Eversten	32:49	25:09 (51.64%)
240	201	Groth	Björn	M50	Brake Utw.	28:35	25:09 (51.61%)
241	301	Steinke	Stephanie	W55	TSG Hatten-Sandkrug	35:04	28:37 (51.61%)
242	178	Thiemann	Volker	M45	Team UNIted	27:46	25:11 (51.56%)
243	231	Mienert	Michael	M55	Projekt 3x3	30:17	25:14 (51.46%)
244	205	Gerdas	Mila	WH	SG FriPe	28:42	28:42 (51.45%)
245	139	Liebetrau	Mirco	M35		25:57	25:16 (51.40%)
246	181	Jeddeloh	Hauke	M45	CEWE	27:52	25:16 (51.37%)
247	308	Friedrichs	Karsten	M70	TUS Eversten	35:22	25:17 (51.37%)
248	207	Vry	Oliver	M50	Saufen macht lexy	28:45	25:18 (51.31%)
249	130	Büsing	Sven	MH	CEWE	25:29	25:29 (50.95%)
250	214	Krajnik	Mathea	WH	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	29:18	29:18 (50.40%)
251	294	Winter	Rabea	W50		34:17	29:18 (50.39%)
252	353	Müller	Magnus	M85	Ockernhausen	47:21	25:47 (50.36%)
253	204	Teschke	Christian	M45	TC BW Oldenburg	28:41	25:49 (50.28%)
254	277	Weigmann	Marie	WKJ14	Bad Zwischenahn	32:54	29:28 (50.10%)
255	252	Llanos Reynoso de Jahn	Veronica Meili	W45	Latinburg e.V.	31:43	29:32 (49.99%)
256	213	Jahn	Felix	M45	Latinburg e.V.	29:18	25:59 (49.97%)
257	141	Peters	Clemens	MH	Bad Zwischenahn	26:02	26:02 (49.87%)
258	322	Heinze	Petra	W55	VFL Bad Zwischenahn Meerläufe	36:19	29:38 (49.83%)
259	228	Willers	Fenna	W35	TDS	30:03	29:40 (49.78%)
260	226	Ostendorf	Ester	W35		29:58	29:41 (49.74%)
261	304	Klinkebiel	Eckart	M70	Oldenburg	35:12	26:10 (49.62%)
262	240	Bohlen	Arne	M55		30:57	26:12 (49.55%)
263	258	Ries	Andrea	W45		32:00	29:48 (49.54%)
264	270	Hess	Ineke	W45		32:19	29:49 (49.53%)
265	272	Bruns	Sandra	W45		32:20	29:50 (49.51%)
266	144	Reinert	Carl	MH		26:14	26:14 (49.49%)
267	260	Burhop	Claudia	W45	Lauftreff Rastede e. V.	32:02	29:50 (49.49%)
268	153	Faye	Jarnu	MH	THE LAUF ASSOCIATION	26:34	26:34 (48.87%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
269	232	Khudeida	Iman	WH		30:20	30:20 (48.68%)
270	237	Pieray	Maricel	W30		30:28	30:21 (48.67%)
271	296	Watermann	Tina	W50		34:45	30:23 (48.60%)
272	288	Henkensiefken	Tina	W45	CEWE	33:40	30:25 (48.55%)
273	234	Schnurpfeil	Maja	WH		30:25	30:25 (48.55%)
274	315	Busche	Maggie	WKU12		35:55	30:30 (48.41%)
275	246	Novak	Nike	WJ	TV Elmendorf e.V.	31:31	30:30 (48.40%)
276	330	Park	Harm	M70	TuS Weene	37:37	26:53 (48.29%)
277	188	Harbers	Wessel	M35	SV Brake Lauffeuer	28:06	26:59 (48.10%)
278	323	Otte	Bernfried	M70		36:19	27:00 (48.10%)
279	254	Holstermann-Schmidt	Anna	W40		31:46	30:45 (48.03%)
280	266	Menze	Wiebke	W40	Oldenburg	32:14	30:47 (47.98%)
281	239	Pommerenck	Lena Sophie	WJ		30:56	30:49 (47.93%)
282	324	Schulte	Martina	W50	Edewecht	36:20	31:03 (47.55%)
283	170	Ebert	Marcel	MH		27:21	27:21 (47.49%)
284	348	Stührmann	Sigrid	W65	VfL Bad Zwischenahn Meerläufe	42:41	31:06 (47.48%)
285	341	Nuß	Insa	W60	Apen	39:08	31:10 (47.37%)
286	349	Hohmeister	Susanne	W65		43:42	31:25 (47.00%)
287	217	Hillje-Gerdes	Tim	M40	SV Loy	29:26	27:41 (46.91%)
288	251	Arens	Alexandra	W30	apm	31:37	31:33 (46.81%)
289	249	Martens	Sophie	W30		31:33	31:33 (46.80%)
290	274	Jenet	Michael	M55	Mit Anlauf ins Ziel	32:47	27:45 (46.78%)
291	268	Zoerner	Aileen	W35	Oldenburg	32:15	31:42 (46.58%)
292	336	Kalippke	Uwe	M70	26386 Wilhelmshaven	38:24	28:12 (46.04%)
293	269	Westermann	Carina	W35		32:18	32:05 (46.02%)
294	200	Löwede	Christian	M30		28:34	28:14 (45.99%)
295	219	Wächtler	Moritz	M35	Team Itap	29:30	28:20 (45.82%)
296	273	Casjens	Hanno	MKU12		32:37	28:23 (45.74%)
297	309	Koschel	Ilka	W45	VfL Bad Zwischenahn Meerläufe	35:25	32:20 (45.66%)
298	310	Busche	Mo	MKU10		35:40	28:28 (45.60%)
299	331	Von Maydell	Katja	W50		38:02	32:31 (45.42%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
300	208	Schwantje	Florian	M30		28:48	28:39 (45.32%)
301	284	Ahlemeyer	Katrin	W35		33:22	32:39 (45.23%)
302	278	Karafiat	Wolfgang	M50	VfL Bad Zwischenahn Meerläufe	32:58	28:48 (45.09%)
303	255	Schmidt	Bernd	M45		31:46	29:01 (44.74%)
304	303	Freytag	Friederike	W45	Meerläufer VfL Bad Zwischenah	35:08	33:01 (44.72%)
305	340	Hertema	Heidi	W55	VfL Bad Zwischenahn Meerläufe	39:06	33:03 (44.69%)
306	280	Wenst	Annika	WH		33:05	33:05 (44.63%)
307	281	Brederlow	Svea	WH		33:05	33:05 (44.63%)
308	343	Hettenhausen	Manuela	W55	VfL Bad Zwischenahn - Meerläu	41:02	33:05 (44.63%)
309	289	Schröter	Stephanie	W35	TV Aschhausen	33:45	33:11 (44.51%)
310	299	Tönnies	Nadine	W40		34:49	33:15 (44.42%)
311	286	Deeken	Rica	WH		33:34	33:34 (43.99%)
312	256	Albers	Thees	MKJ14	VfL bad Zwischenahn Die Meerl	31:54	29:33 (43.94%)
313	290	Diederich	Carina	W35		33:51	33:38 (43.91%)
314	241	Stührmann	Dirk	M35	Stiftung Wadentest	31:01	29:35 (43.89%)
315	229	Bopp	Fabian	M30	Ladies Cycle Club Oldenburg	30:08	29:39 (43.79%)
316	230	Meyer	Marcel	M30		30:10	29:41 (43.74%)
317	291	Ebert	Thorsten	M50	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	33:55	29:51 (43.50%)
318	351	Klockgether	Heike	W65	Berne	45:39	34:09 (43.25%)
319	297	Winnigstätt	Frank	M50		34:45	30:07 (43.11%)
320	257	Buschmann	Michael	M40		31:59	30:17 (42.86%)
321	298	Träger	Antje	W35		34:47	34:27 (42.86%)
322	261	Mutke	Sören	M40	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	32:04	30:22 (42.75%)
323	339	Neumann	Kerstin	W50	VfL Bad Zwischenahn Die Meerl	39:06	34:34 (42.72%)
324	347	Haye	Hilke	W55	VfL Bad Zwischenahn Meerläufe	42:41	34:50 (42.40%)
325	316	Busche	Melly	W40		35:55	34:58 (42.24%)
326	306	Meier	Sarah	W30		35:16	35:07 (42.04%)
327	311	Bohn	Valerie	WJ		35:43	35:09 (42.02%)
328	305	Lange	Tomke	W30		35:16	35:16 (41.88%)
329	307	Röben	Svea	WH		35:16	35:16 (41.87%)
330	263	Grote	Jacob	MJU16		32:06	31:01 (41.86%)

Platz	Platz Original	Nachname	Vorname	Klasse	Verein	Zeit	Nettozeit bereinigt
331	335	Grönewg	Yvonne	W45		38:21	35:43 (41.34%)
332	312	Bohn	Antonia	WH		35:45	35:45 (41.31%)
333	313	Peters	Noemi	WJ	Bad Zwischenahn	35:45	35:45 (41.31%)
334	334	Henkensiefken	Solvej	WJU16	CEWE	38:21	35:52 (41.18%)
335	350	Maaßen	Martina	W55	Lebenshilfe - Wir bewegen uns	44:39	36:00 (41.02%)
336	317	Westfeld	Merle	WH		36:07	36:07 (40.89%)
337	318	Büdgen	Josefine	WH		36:07	36:07 (40.89%)
338	320	Meerkamp	Johanna	WH		36:14	36:14 (40.75%)
339	321	Fürstenberg	Patricia	W30		36:14	36:14 (40.75%)
340	325	Merz	Katharina	WH		36:20	36:20 (40.64%)
341	259	Thal	Etienne	MJ	Saufen macht lexy	32:00	32:00 (40.57%)
342	329	Reißmann	Sina	W35		37:09	36:31 (40.43%)
343	327	Nest	Lisa	WH		36:55	36:55 (40.00%)
344	328	Eickstädt	Ernestine	WH		37:00	37:00 (39.91%)
345	314	Busche	Marco	M45		35:46	32:41 (39.73%)
346	287	Carstensen	Fynn	MH		33:34	33:34 (38.68%)
347	332	Sass	Antje	W30		38:18	38:13 (38.64%)
348	333	Fecht-Böhmman	Celina	W30		38:18	38:16 (38.59%)
349	345	Balkay	Natalie	W45	Delmenhorst	41:48	38:34 (38.29%)
350	338	Tiren	Melda	WH		38:44	38:44 (38.12%)
351	342	Mann-Markutzyk	Laura	W30		40:08	39:58 (36.95%)
352	319	Bete	Marvin	MH		36:11	36:11 (35.88%)
353	352	Hots	Jennifer	W35	Vfl Bad Zwischenahn Meerläufe	45:55	45:37 (32.37%)