

Ergebnis – LRL Mittel, Sandkrug, 21.05.2023

2023-05-21

D19- Lang		(12 / 12)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren
1.	Meike Hennseler	MTV Seesen	39:40		2:28
	3:13 (3:13)	3:27 (6:40)		1:29 (10:17)	1:21 (11:38)
	2:21 (15:51)	3:17 (19:08)		3:09 (24:45)	2:20 (27:05)
	1:34 (33:19)	2:22 (35:41)		1:02 (38:19)	0:45 (39:04)
	0:14 (39:40)				0:22 (39:26)
2.	Charlotte Leonhardt	USV TU Dresden	40:59	+1:19	1:45
	3:22 (3:22)	2:18 (5:40)		1:38 (9:19)	1:19 (10:38)
	2:57 (15:30)	4:21 (19:51)		2:24 (24:41)	2:34 (27:15)
	1:37 (34:08)	1:40 (35:48)		0:59 (39:28)	0:53 (40:21)
	0:16 (40:59)				0:22 (40:43)
3.	Ann-Charlotte Spangenberg	TG 1860 Münden	42:04	+2:24	1:05
	3:29 (3:29)	2:18 (5:47)		1:30 (9:26)	1:47 (11:13)
	3:13 (16:32)	3:39 (20:11)		2:48 (25:32)	3:16 (28:48)
	1:30 (35:29)	1:59 (37:28)		1:05 (40:39)	0:45 (41:24)
	0:18 (42:04)				0:22 (41:46)
4.	Emma Caspari	Bundesnachwuchskader	44:21	+4:41	3:05
	3:21 (3:21)	2:08 (5:29)		1:26 (8:59)	1:18 (10:17)
	3:06 (15:20)	3:37 (18:57)		3:55 (25:34)	2:58 (28:32)
	3:06 (37:16)	2:04 (39:20)		1:03 (42:13)	1:20 (43:33)
	0:21 (44:21)				0:27 (44:00)
5.	Kaatje Fantini	TuS Lübbecke	46:42	+7:02	3:08
	4:04 (4:04)	2:42 (6:46)		3:41 (12:50)	2:05 (14:55)
	2:58 (19:47)	3:52 (23:39)		2:57 (29:16)	2:43 (31:59)
	1:47 (39:18)	2:11 (41:29)		1:05 (45:02)	0:54 (45:56)
	0:22 (46:42)				0:24 (46:20)
6.	Pia Buchholz	MTK Bad Harzburg	49:41	+10:01	0:31
	4:17 (4:17)	3:02 (7:19)		1:53 (11:48)	1:46 (13:34)
	3:50 (20:08)	4:16 (24:24)		3:10 (30:50)	3:17 (34:07)
	2:14 (42:10)	2:31 (44:41)		1:29 (47:58)	0:57 (48:55)
	0:19 (49:41)				0:27 (49:22)
7.	Lena-Maria Klose	MTV Seesen	51:51	+12:11	5:33
	3:49 (3:49)	2:44 (6:33)		1:52 (10:50)	1:30 (12:20)
	4:20 (19:15)	6:19 (25:34)		2:52 (31:15)	3:35 (34:50)
	3:04 (43:31)	2:51 (46:22)		1:22 (50:13)	0:49 (51:02)
	0:23 (51:51)				0:26 (51:28)
8.	Carlotta Haupt	MTK Bad Harzburg	1:05:49	+26:09	9:29
	5:47 (5:47)	3:18 (9:05)		3:09 (15:09)	2:15 (17:24)
	4:27 (24:42)	4:39 (29:21)		4:10 (36:34)	4:42 (41:16)
	8:26 (56:24)	3:23 (59:47)		1:27 (1:04:11)	0:58 (1:05:09)
	0:16 (1:05:49)				0:24 (1:05:33)
9.	Krystyna Melnyk	TSV Worpswede	1:14:28	+34:48	3:04
	5:32 (5:32)	3:51 (9:23)		2:38 (15:48)	2:36 (18:24)
	5:34 (28:55)	6:32 (35:27)		4:56 (45:29)	4:51 (50:20)
	4:25 (1:04:07)	3:34 (1:07:41)		1:52 (1:12:28)	1:06 (1:13:34)
	0:23 (1:14:28)				0:31 (1:14:05)
	Anna Wartewig	USV TU Dresden	Nicht Ang.		
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)				
	Inga Hollmann	Bielefelder TG	Nicht Ang.		
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)				
	Solia Stamer	MTK Bad Harzburg	Nicht Ang.		
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)	– (–)		– (–)	– (–)
	– (–)				

H19- Lang		(21 / 21)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren
1.	Ole Hennseler	MTV Seesen	36:34		0:30
	3:12 (3:12)	1:19 (4:31)		1:20 (6:50)	1:52 (8:42)
	1:29 (11:38)	1:08 (12:46)		3:46 (19:17)	2:58 (22:15)
	1:49 (25:50)	1:58 (27:48)		1:15 (32:15)	1:36 (33:51)
	0:39 (35:29)	0:37 (36:06)		0:12 (36:34)	0:59 (34:50)
2.	Kilian Lilje	TSV Worpswede	42:50	+6:16	1:35
	3:03 (3:03)	1:37 (4:40)		1:23 (7:42)	2:21 (10:03)
	1:54 (13:59)	1:24 (15:23)		4:01 (22:25)	3:24 (25:49)
	2:05 (30:03)	2:16 (32:19)		1:14 (36:50)	2:24 (39:14)
	0:45 (41:37)	0:43 (42:20)		0:12 (42:50)	1:38 (40:52)
3.	Magnus Struckmann	Braunschweiger MTV	43:41	+7:07	0:00

	3:13 (3:13)	1:44 (4:57)	1:21 (6:18)	1:43 (8:01)	2:24 (10:25)	1:48 (12:13)
	1:44 (13:57)	1:24 (15:21)	3:31 (18:52)	4:29 (23:21)	3:40 (27:01)	2:09 (29:10)
	2:04 (31:14)	2:22 (33:36)	3:42 (37:18)	1:25 (38:43)	1:39 (40:22)	1:12 (41:34)
	0:50 (42:24)	0:42 (43:06)	0:18 (43:24)	0:17 (43:41)		
4.	Konrad Stamer	Bundesnachwuchskader	43:46	+7:12	2:49	
	3:07 (3:07)	1:51 (4:58)	1:15 (6:13)	1:29 (7:42)	2:30 (10:12)	1:40 (11:52)
	1:20 (13:12)	2:28 (15:40)	3:08 (18:48)	4:21 (23:09)	3:16 (26:25)	1:51 (28:16)
	2:05 (30:21)	3:20 (33:41)	3:17 (36:58)	1:15 (38:13)	2:24 (40:37)	1:09 (41:46)
	0:45 (42:31)	0:39 (43:10)	0:21 (43:31)	0:15 (43:46)		
5.	Aaron Wandelt	MTV Seesen	43:59	+7:25	1:09	
	2:59 (2:59)	2:24 (5:23)	1:19 (6:42)	1:26 (8:08)	2:21 (10:29)	1:33 (12:02)
	1:39 (13:41)	1:30 (15:11)	3:15 (18:26)	4:30 (22:56)	3:33 (26:29)	2:14 (28:43)
	2:04 (30:47)	2:23 (33:10)	3:44 (36:54)	1:18 (38:12)	2:10 (40:22)	1:40 (42:02)
	0:47 (42:49)	0:37 (43:26)	0:20 (43:46)	0:13 (43:59)		
6.	Nilas Stamer	MTK Bad Harzburg	47:10	+10:36	3:31	
	2:40 (2:40)	1:41 (4:21)	1:15 (5:36)	1:27 (7:03)	2:27 (9:30)	2:18 (11:48)
	2:09 (13:57)	1:27 (15:24)	3:15 (18:39)	5:12 (23:51)	3:54 (27:45)	2:12 (29:57)
	4:01 (33:58)	2:21 (36:19)	3:40 (39:59)	1:22 (41:21)	2:17 (43:38)	1:28 (45:06)
	0:51 (45:57)	0:41 (46:38)	0:18 (46:56)	0:14 (47:10)		
7.	Marek Klein	USV TU Dresden	47:33	+10:59	2:18	
	3:52 (3:52)	1:48 (5:40)	1:12 (6:52)	1:28 (8:20)	2:22 (10:42)	1:50 (12:32)
	2:00 (14:32)	1:25 (15:57)	4:09 (20:06)	4:52 (24:58)	4:16 (29:14)	2:42 (31:56)
	2:37 (34:33)	2:34 (37:07)	3:50 (40:57)	1:20 (42:17)	1:31 (43:48)	1:37 (45:25)
	0:56 (46:21)	0:39 (47:00)	0:19 (47:19)	0:14 (47:33)		
8.	Fabian Ulbrich	OLV Uslar	51:29	+14:55	3:11	
	3:21 (3:21)	1:49 (5:10)	2:19 (7:29)	1:32 (9:01)	2:24 (11:25)	2:18 (13:43)
	3:22 (17:05)	1:33 (18:38)	3:38 (22:16)	4:49 (27:05)	4:06 (31:11)	2:38 (33:49)
	2:28 (36:17)	2:55 (39:12)	4:20 (43:32)	2:15 (45:47)	1:46 (47:33)	1:30 (49:03)
	1:03 (50:06)	0:43 (50:49)	0:22 (51:11)	0:18 (51:29)		
9.	Bennet Grote	OLV Uslar	57:47	+21:13	0:41	
	4:23 (4:23)	2:13 (6:36)	2:00 (8:36)	2:04 (10:40)	3:17 (13:57)	2:15 (16:12)
	2:40 (18:52)	2:10 (21:02)	4:41 (25:43)	6:07 (31:50)	5:14 (37:04)	2:54 (39:58)
	3:03 (43:01)	3:17 (46:18)	4:33 (50:51)	1:34 (52:25)	1:45 (54:10)	1:22 (55:32)
	0:59 (56:31)	0:43 (57:14)	0:20 (57:34)	0:13 (57:47)		
10.	Frederik Kunze	SV Hildesia Diekholzen	58:48	+22:14	4:28	
	4:04 (4:04)	2:03 (6:07)	1:40 (7:47)	1:48 (9:35)	4:08 (13:43)	2:04 (15:47)
	2:56 (18:43)	1:49 (20:32)	4:12 (24:44)	5:12 (29:56)	4:34 (34:30)	2:43 (37:13)
	3:21 (40:34)	5:07 (45:41)	4:45 (50:26)	1:45 (52:11)	2:09 (54:20)	1:33 (55:53)
	1:10 (57:03)	0:51 (57:54)	0:30 (58:24)	0:24 (58:48)		
11.	Max Sonneborn	TSV Worpswede	59:00	+22:26	6:18	
	3:11 (3:11)	2:21 (5:32)	2:52 (8:24)	1:27 (9:51)	2:57 (12:48)	2:21 (15:09)
	2:21 (17:30)	3:54 (21:24)	3:48 (25:12)	5:10 (30:22)	6:08 (36:30)	2:53 (39:23)
	2:38 (42:01)	2:59 (45:00)	4:23 (49:23)	1:39 (51:02)	3:14 (54:16)	1:44 (56:00)
	1:11 (57:11)	1:13 (58:24)	0:21 (58:45)	0:15 (59:00)		
12.	Jonas Dresel	SC Klecken	59:40	+23:06	7:07	
	3:37 (3:37)	2:08 (5:45)	1:35 (7:20)	1:38 (8:58)	2:55 (11:53)	1:59 (13:52)
	6:38 (20:30)	2:22 (22:52)	4:20 (27:12)	5:38 (32:50)	5:15 (38:05)	3:01 (41:06)
	2:54 (44:00)	3:04 (47:04)	5:25 (52:29)	1:39 (54:08)	1:47 (55:55)	1:29 (57:24)
	0:52 (58:16)	0:46 (59:02)	0:22 (59:24)	0:16 (59:40)		
13.	Jakob Eberwien	OLV Uslar	1:03:56	+27:22	6:32	
	3:59 (3:59)	2:16 (6:15)	2:33 (8:48)	2:12 (11:00)	2:53 (13:53)	4:27 (18:20)
	3:01 (21:21)	2:31 (23:52)	3:52 (27:44)	5:50 (33:34)	4:32 (38:06)	3:54 (42:00)
	3:14 (45:14)	3:29 (48:43)	5:02 (53:45)	2:50 (56:35)	2:18 (58:53)	2:24 (1:01:17)
	1:11 (1:02:28)	0:46 (1:03:14)	0:25 (1:03:39)	0:17 (1:03:56)		
14.	Lazarenko Yevhen		1:05:26	+28:52	12:52	
	10:38 (10:38)	3:37 (14:15)	2:03 (16:18)	1:44 (18:02)	3:07 (21:09)	2:20 (23:29)
	3:18 (26:47)	1:53 (28:40)	3:36 (32:16)	5:23 (37:39)	4:28 (42:07)	2:21 (44:28)
	2:32 (47:00)	3:09 (50:09)	4:09 (54:18)	4:23 (58:41)	3:01 (1:01:42)	1:26 (1:03:08)
	0:58 (1:04:06)	0:42 (1:04:48)	0:21 (1:05:09)	0:17 (1:05:26)		
15.	Tom Buchholz	MTK Bad Harzburg	1:10:21	+33:47	13:31	
	5:00 (5:00)	2:17 (7:17)	2:19 (9:36)	2:11 (11:47)	3:14 (15:01)	2:03 (17:04)
	13:00 (30:04)	2:42 (32:46)	4:38 (37:24)	6:45 (44:09)	4:35 (48:44)	2:56 (51:40)
	3:09 (54:49)	2:41 (57:30)	4:08 (1:01:38)	1:37 (1:03:15)	2:03 (1:05:18)	1:58 (1:07:16)
	1:21 (1:08:37)	0:53 (1:09:30)	0:28 (1:09:58)	0:23 (1:10:21)		
16.	Johannes Balke	DARC	1:12:30	+35:56	7:07	
	6:05 (6:05)	2:33 (8:38)	2:19 (10:57)	1:48 (12:45)	4:38 (17:23)	5:02 (22:25)
	3:27 (25:52)	2:31 (28:23)	4:31 (32:54)	6:59 (39:53)	5:16 (45:09)	4:15 (49:24)
	4:06 (53:30)	3:52 (57:22)	5:36 (1:02:58)	1:45 (1:04:43)	2:14 (1:06:57)	1:58 (1:08:55)
	1:17 (1:10:12)	0:56 (1:11:08)	0:45 (1:11:53)	0:37 (1:12:30)		
17.	Herman Lange		1:13:40	+37:06	6:55	
	4:28 (4:28)	3:14 (7:42)	2:06 (9:48)	2:25 (12:13)	3:32 (15:45)	3:06 (18:51)
	2:37 (21:28)	2:36 (24:04)	4:40 (28:44)	13:47 (42:31)	5:35 (48:06)	3:12 (51:18)
	3:29 (54:47)	4:11 (58:58)	5:00 (1:03:58)	2:08 (1:06:06)	2:11 (1:08:17)	2:14 (1:10:31)
	1:22 (1:11:53)	0:59 (1:12:52)	0:26 (1:13:18)	0:22 (1:13:40)		
18.	Lennart Mühlstädt	Bundesnachwuchskader	1:44:01	+1:07:27	13:33	
	8:06 (8:06)	3:22 (11:28)	2:14 (13:42)	3:15 (16:57)	4:37 (21:34)	3:02 (24:36)
	3:46 (28:22)	3:19 (31:41)	7:29 (39:10)	10:53 (50:03)	8:46 (58:49)	4:30 (1:03:19)
	5:42 (1:09:01)	9:56 (1:18:57)	12:29 (1:31:26)	2:21 (1:33:47)	3:00 (1:36:47)	2:25 (1:39:12)
	1:50 (1:41:02)	1:29 (1:42:31)	0:48 (1:43:19)	0:42 (1:44:01)		
	Joachim Stamer	MTK Bad Harzburg	Fehlst.			

3:48 (3:48)	1:40 (5:28)	– (–)	– (7:13)	2:55 (10:08)	1:50 (11:58)
1:45 (13:43)	1:44 (15:27)	3:26 (18:53)	5:05 (23:58)	4:11 (28:09)	2:28 (30:37)
2:19 (32:56)	2:37 (35:33)	4:31 (40:04)	1:33 (41:37)	2:12 (43:49)	1:34 (45:23)
0:57 (46:20)	0:43 (47:03)	0:21 (47:24)	0:18 (47:42)		

Martin Scheuermann	SSV Planeta Radebeul	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)

Till Geiler	USV Jena	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)

D -12

	(2 / 2)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Hanna Stark	MTV Seesen	22:19		2:43	
1:49 (1:49)	4:16 (6:05)	2:42 (8:47)		2:20 (13:50)	4:37 (18:27)
1:19 (19:46)	0:51 (20:37)	1:26 (22:03)		0:16 (22:19)	
2. Anna Knaup	Braunschweiger MTV	24:01	+1:42	1:06	
2:12 (2:12)	5:07 (7:19)	3:41 (11:00)		3:19 (17:22)	1:52 (19:14)
1:40 (20:54)	1:02 (21:56)	1:49 (23:45)		0:16 (24:01)	

H -12

	(3 / 3)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Erik Bruns	MTK Bad Harzburg	20:03		0:00	
2:16 (2:16)	3:45 (6:01)	2:17 (8:18)		2:24 (10:42)	1:53 (15:17)
1:38 (16:55)	1:04 (17:59)	1:47 (19:46)		0:17 (20:03)	
2. Emil Riedel	OLV Uslar	24:43	+4:40	3:05	
2:08 (2:08)	4:54 (7:02)	3:07 (10:09)		2:24 (12:33)	2:49 (19:17)
1:47 (21:04)	1:41 (22:45)	1:39 (24:24)		0:19 (24:43)	
Mads Ostendorff	TSV Worpswede	Fehlst.			
2:31 (2:31)	10:45 (13:16)	– (–)		– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)		– (32:39)	

D -14

	(5 / 5)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Sania Stamer	SV Hildesia Diekholzen	34:36		2:54	
2:36 (2:36)	5:38 (8:14)	5:46 (14:00)		2:39 (19:30)	2:49 (22:19)
1:52 (24:11)	3:44 (27:55)	3:06 (31:01)		0:56 (34:23)	0:13 (34:36)
2. Lamis Mousa	OLV Uslar	37:37	+3:01	4:38	
4:43 (4:43)	2:48 (7:31)	5:34 (13:05)		2:40 (18:31)	2:48 (21:19)
2:04 (23:23)	4:26 (27:49)	5:36 (33:25)		0:53 (37:22)	0:15 (37:37)
3. Svitlana Konstantynova	OLV Uslar	39:44	+5:08	3:00	
2:51 (2:51)	2:45 (5:36)	7:38 (13:14)		3:11 (19:14)	3:32 (22:46)
3:15 (26:01)	5:09 (31:10)	3:44 (34:54)		1:03 (39:24)	0:20 (39:44)
4. Viktorria Pelepets	TSV Worpswede	43:02	+8:26	7:50	
2:31 (2:31)	2:58 (5:29)	7:16 (12:45)		3:03 (19:04)	2:47 (21:51)
2:12 (24:03)	3:43 (27:46)	9:51 (37:37)		4:12 (41:49)	0:18 (43:02)
5. Romy Frank	SV Hildesia Diekholzen	1:00:52	+26:16	16:45	
3:21 (3:21)	3:44 (7:05)	6:51 (13:56)		8:35 (22:31)	7:14 (36:33)
3:40 (40:13)	4:14 (44:27)	7:04 (51:31)		6:49 (58:20)	0:18 (1:00:52)

H -14

	(3 / 3)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Constantin Jacob Freudenfeld	TSV Worpswede	26:04		0:00	
2:04 (2:04)	1:48 (3:52)	4:09 (8:01)		1:58 (9:59)	2:39 (15:19)
1:37 (16:56)	2:56 (19:52)	2:56 (22:48)		2:20 (25:08)	0:16 (26:04)
2. Finn Ostendorff	TSV Worpswede	31:59	+5:55	2:55	
2:24 (2:24)	2:23 (4:47)	6:50 (11:37)		2:37 (14:14)	2:36 (19:30)
2:06 (21:36)	3:25 (25:01)	3:13 (28:14)		2:42 (30:56)	0:16 (31:59)
3. Flynn Mewes	TuS Bothfeld 04	50:21	+24:17	13:30	
2:21 (2:21)	2:34 (4:55)	5:30 (10:25)		8:04 (18:29)	3:42 (29:33)
2:55 (32:28)	4:14 (36:42)	7:25 (44:07)		5:07 (49:14)	0:16 (50:21)

D -16

	(8 / 8)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Jule Weigert	TV Jahn Wolfsburg	42:25		4:23	
3:40 (3:40)	2:02 (5:42)	3:44 (9:26)		4:08 (13:34)	3:10 (24:03)
2:34 (26:37)	2:56 (29:33)	3:02 (32:35)		4:58 (37:33)	1:10 (40:56)
0:48 (41:44)	0:23 (42:07)	0:18 (42:25)		7:19 (20:53)	
2. Rut Stark	MTV Seesen	44:13	+1:48	3:54	
4:12 (4:12)	2:19 (6:31)	3:42 (10:13)		6:17 (21:05)	2:54 (23:59)
2:38 (26:37)	3:06 (29:43)	2:53 (32:36)		5:24 (38:00)	1:25 (42:21)
1:05 (43:26)	0:29 (43:55)	0:18 (44:13)		2:56 (40:56)	
3. Lucia Stolze	Bovender SV	46:07	+3:42	4:58	
4:03 (4:03)	2:37 (6:40)	4:22 (11:02)		4:23 (15:25)	5:33 (23:51)
2:42 (26:33)	3:10 (29:43)	4:25 (34:08)		5:45 (39:53)	1:21 (44:23)
0:55 (45:18)	0:29 (45:47)	0:20 (46:07)		3:09 (43:02)	
4. Kiara Nijst	Hermathenae	47:43	+5:18	2:58	
4:28 (4:28)	2:20 (6:48)	5:13 (12:01)		4:46 (16:47)	3:28 (23:52)
2:47 (26:39)	4:39 (31:18)	3:39 (34:57)		6:09 (41:06)	1:13 (46:04)
0:52 (46:56)	0:27 (47:23)	0:20 (47:43)		3:45 (44:51)	
5. Anna Weigert	TV Jahn Wolfsburg	48:02	+5:37	6:46	

4:20 (4:20)	2:47 (7:07)	3:56 (11:03)	6:47 (17:50)	2:51 (20:41)	3:05 (23:46)
2:48 (26:34)	3:18 (29:52)	6:23 (36:15)	5:45 (42:00)	3:24 (45:24)	1:14 (46:38)
0:45 (47:23)	0:21 (47:44)	0:18 (48:02)			
6. Karla Breckle	Bovender SV	50:13	+7:48	13:17	
3:26 (3:26)	1:52 (5:18)	3:43 (9:01)	5:02 (14:03)	15:38 (29:41)	2:49 (32:30)
2:30 (35:00)	3:19 (38:19)	2:33 (40:52)	4:59 (45:51)	1:50 (47:41)	1:09 (48:50)
0:45 (49:35)	0:23 (49:58)	0:15 (50:13)			
7. Nele Rüberrg	OLV Uslar	50:32	+8:07	4:08	
5:08 (5:08)	3:03 (8:11)	5:21 (13:32)	4:48 (18:20)	3:37 (21:57)	4:19 (26:16)
2:37 (28:53)	4:08 (33:01)	4:17 (37:18)	6:00 (43:18)	3:16 (46:34)	1:44 (48:18)
1:20 (49:38)	0:34 (50:12)	0:20 (50:32)			
Jana Knap	Braunschweiger MTV	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)			

H -16	(4 / 4)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Erik Urzua Wöhrer	TV Jahn Wolfsburg	40:08		3:18	
2:39 (2:39)	2:53 (5:32)	1:38 (7:10)	1:54 (9:04)	2:59 (12:03)	2:25 (14:28)
1:46 (16:14)	3:24 (19:38)	2:44 (22:22)	2:38 (25:00)	2:22 (27:22)	7:51 (35:13)
2:38 (37:51)	1:00 (38:51)	0:44 (39:35)	0:20 (39:55)	0:13 (40:08)	
2. Hannes Möhring	TV Jahn Wolfsburg	48:30	+8:22	9:31	
2:56 (2:56)	2:05 (5:01)	2:00 (7:01)	1:40 (8:41)	8:02 (16:43)	5:16 (21:59)
3:41 (25:40)	4:13 (29:53)	2:55 (32:48)	2:35 (35:23)	2:39 (38:02)	5:39 (43:41)
2:22 (46:03)	0:53 (46:56)	1:00 (47:56)	0:21 (48:17)	0:13 (48:30)	
3. Johannes Gurtmann	TG 1860 Münden	55:47	+15:39	11:05	
3:40 (3:40)	3:06 (6:46)	2:23 (9:09)	1:35 (10:44)	12:51 (23:35)	2:41 (26:16)
2:06 (28:22)	4:28 (32:50)	2:45 (35:35)	4:08 (39:43)	3:42 (43:25)	6:35 (50:00)
2:45 (52:45)	1:09 (53:54)	1:19 (55:13)	0:22 (55:35)	0:12 (55:47)	
Maik Schweizer	MTV Seesen	Aufg.			
3:01 (3:01)	3:08 (6:09)	18:06 (24:15)	1:21 (25:36)	– (–)	– (–)
– (46:08)	– (–)	– (56:26)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (1:11:17)	0:17 (1:11:34)	

D -18	(9 / 9)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Anne Kästner	Bundesnachwuchskader	35:01		0:25	
2:48 (2:48)	1:55 (4:43)	1:42 (6:25)	1:37 (8:02)	2:24 (10:26)	1:57 (12:23)
1:39 (14:02)	3:48 (17:50)	2:24 (20:14)	2:53 (23:07)	2:29 (25:36)	4:48 (30:24)
2:11 (32:35)	1:05 (33:40)	0:46 (34:26)	0:22 (34:48)	0:13 (35:01)	
2. Jule Roßner	Bundesnachwuchskader	39:12	+4:11	3:44	
2:45 (2:45)	2:05 (4:50)	1:37 (6:27)	1:39 (8:06)	2:56 (11:02)	1:48 (12:50)
5:04 (17:54)	3:20 (21:14)	2:43 (23:57)	2:20 (26:17)	2:27 (28:44)	5:13 (33:57)
2:40 (36:37)	1:11 (37:48)	0:45 (38:33)	0:23 (38:56)	0:16 (39:12)	
3. Anna Holfeld	Bundesnachwuchskader	41:19	+6:18	1:30	
3:17 (3:17)	2:22 (5:39)	1:52 (7:31)	2:12 (9:43)	3:22 (13:05)	2:20 (15:25)
2:35 (18:00)	3:58 (21:58)	2:45 (24:43)	2:42 (27:25)	3:12 (30:37)	5:41 (36:18)
2:20 (38:38)	1:13 (39:51)	0:49 (40:40)	0:23 (41:03)	0:16 (41:19)	
4. Marika Prolingheuer	Bundesnachwuchskader	41:53	+6:52	3:15	
2:52 (2:52)	2:05 (4:57)	1:29 (6:26)	1:48 (8:14)	2:45 (10:59)	2:19 (13:18)
1:55 (15:13)	4:39 (19:52)	3:12 (23:04)	3:16 (26:20)	3:26 (29:46)	6:03 (35:49)
3:36 (39:25)	1:05 (40:30)	0:45 (41:15)	0:22 (41:37)	0:16 (41:53)	
5. Maria Tovchigrechko	Bundesnachwuchskader	44:47	+9:46	5:46	
2:52 (2:52)	2:45 (5:37)	1:55 (7:32)	4:30 (12:02)	3:31 (15:33)	3:01 (18:34)
1:45 (20:19)	5:13 (25:32)	2:55 (28:27)	3:14 (31:41)	2:37 (34:18)	5:34 (39:52)
2:18 (42:10)	1:08 (43:18)	0:52 (44:10)	0:22 (44:32)	0:15 (44:47)	
6. Lada Konstantynova	OLV Uslar	56:59	+21:58	3:39	
4:00 (4:00)	3:44 (7:44)	2:19 (10:03)	2:57 (13:00)	4:04 (17:04)	2:53 (19:57)
2:24 (22:21)	5:54 (28:15)	4:05 (32:20)	6:48 (39:08)	4:00 (43:08)	7:32 (50:40)
3:14 (53:54)	1:18 (55:12)	1:01 (56:13)	0:25 (56:38)	0:21 (56:59)	
Marlene Fritz	Bundesnachwuchskader	Fehlst.			
3:45 (3:45)	3:21 (7:06)	1:58 (9:04)	2:23 (11:27)	2:55 (14:22)	3:23 (17:45)
2:37 (20:22)	5:48 (26:10)	– (–)	– (32:36)	– (–)	– (–)
– (–)	– (43:41)	1:01 (44:42)	0:32 (45:14)	0:25 (45:39)	
Juliane Burgmair	Bundesnachwuchskader	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	
Lena Baath	Bundesnachwuchskader	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	

H -18	(10 / 10)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Jonas Knap	Braunschweiger MTV	43:09		1:06	
3:17 (3:17)	1:41 (4:58)	1:44 (6:42)	2:20 (9:02)	1:29 (10:31)	2:17 (12:48)
1:45 (14:33)	3:41 (18:14)	4:24 (22:38)	3:42 (26:20)	2:04 (28:24)	2:27 (30:51)
2:30 (33:21)	3:23 (36:44)	2:21 (39:05)	1:56 (41:01)	0:56 (41:57)	0:38 (42:35)
0:21 (42:56)	0:13 (43:09)				
2. Aaron Niazi	TSV Worpswede	46:53	+3:44	4:52	
3:11 (3:11)	1:42 (4:53)	1:45 (6:38)	2:23 (9:01)	1:25 (10:26)	1:49 (12:15)
1:29 (13:44)	3:19 (17:03)	7:08 (24:11)	6:22 (30:33)	2:08 (32:41)	2:37 (35:18)
2:48 (38:06)	3:31 (41:37)	1:45 (43:22)	1:25 (44:47)	0:55 (45:42)	0:39 (46:21)
0:20 (46:41)	0:12 (46:53)				

3. Moritz Kuntze	Bundesnachwuchskader	50:55	+7:46	8:26		
2:53 (2:53)	1:43 (4:36)	1:47 (6:23)	2:58 (9:21)	2:26 (11:47)	3:13 (15:00)	
6:10 (21:10)	3:34 (24:44)	5:27 (30:11)	3:47 (33:58)	2:17 (36:15)	3:18 (39:33)	
2:27 (42:00)	3:40 (45:40)	1:44 (47:24)	1:23 (48:47)	0:59 (49:46)	0:38 (50:24)	
0:18 (50:42)	0:13 (50:55)					
4. Lionel Kumbier	Bundesnachwuchskader	51:48	+8:39	9:01		
3:40 (3:40)	1:37 (5:17)	1:46 (7:03)	2:14 (9:17)	1:12 (10:29)	9:50 (20:19)	
1:49 (22:08)	3:28 (25:36)	4:44 (30:20)	4:05 (34:25)	2:20 (36:45)	2:34 (39:19)	
2:34 (41:53)	3:32 (45:25)	2:36 (48:01)	1:36 (49:37)	0:53 (50:30)	0:44 (51:14)	
0:23 (51:37)	0:11 (51:48)					
5. Sven-Guido Schulze	TV Jahn Wolfsburg	53:33	+10:24	5:34		
3:57 (3:57)	2:53 (6:50)	2:03 (8:53)	2:36 (11:29)	1:36 (13:05)	4:43 (17:48)	
2:27 (20:15)	3:55 (24:10)	5:21 (29:31)	4:08 (33:39)	2:30 (36:09)	2:25 (38:34)	
3:01 (41:35)	4:56 (46:31)	2:13 (48:44)	2:28 (51:12)	1:08 (52:20)	0:40 (53:00)	
0:21 (53:21)	0:12 (53:33)					
6. Niklas Wetzel	Bundesnachwuchskader	1:03:41	+20:32	7:10		
3:48 (3:48)	2:10 (5:58)	2:55 (8:53)	4:53 (13:46)	1:39 (15:25)	1:59 (17:24)	
2:50 (20:14)	4:56 (25:10)	7:07 (32:17)	5:01 (37:18)	3:02 (40:20)	3:12 (43:32)	
4:39 (48:11)	4:35 (52:46)	5:23 (58:09)	2:06 (1:00:15)	1:09 (1:01:24)	1:12 (1:02:36)	
0:38 (1:03:14)	0:27 (1:03:41)					
7. Marco Urzua Wöhler	TV Jahn Wolfsburg	1:08:13	+25:04	3:08		
5:11 (5:11)	3:07 (8:18)	2:58 (11:16)	3:48 (15:04)	2:10 (17:14)	2:49 (20:03)	
2:47 (22:50)	5:38 (28:28)	7:01 (35:29)	5:41 (41:10)	3:23 (44:33)	3:05 (47:38)	
7:02 (54:40)	5:17 (59:57)	2:39 (1:02:36)	2:26 (1:05:02)	1:22 (1:06:24)	0:56 (1:07:20)	
0:29 (1:07:49)	0:24 (1:08:13)					
Loic Dequiedt	Bundesnachwuchskader	Nicht Ang.				
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
Malte Borrmann	Bundesnachwuchskader	Nicht Ang.				
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
Ole Baath	Bundesnachwuchskader	Nicht Ang.				
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	

D19- Kurz	(1 / 1)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1. Nicole Frank	SV Hildesia Diekholzen	58:43	0:00			
7:12 (7:12)	5:04 (12:16)	2:09 (14:25)	3:09 (17:34)	3:36 (21:10)	3:02 (24:12)	
2:43 (26:55)	4:06 (31:01)	5:33 (36:34)	4:55 (41:29)	7:55 (49:24)	4:32 (53:56)	
2:43 (56:39)	1:16 (57:55)	0:48 (58:43)				

H19- Kurz	(1 / 1)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1. Felix Drese	OLV Uslar	43:41	0:00			
3:48 (3:48)	2:49 (6:37)	1:57 (8:34)	1:44 (10:18)	3:11 (13:29)	2:13 (15:42)	
1:55 (17:37)	4:33 (22:10)	3:32 (25:42)	3:15 (28:57)	3:16 (32:13)	6:15 (38:28)	
2:21 (40:49)	1:21 (42:10)	0:51 (43:01)	0:27 (43:28)	0:13 (43:41)		

D 35-	(4 / 4)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1. Tetiana Zhyltsova	TSV Worpswede	42:10	0:33			
3:19 (3:19)	2:21 (5:40)	1:41 (7:21)	1:49 (9:10)	3:30 (12:40)	2:40 (15:20)	
2:02 (17:22)	4:34 (21:56)	2:56 (24:52)	3:05 (27:57)	3:44 (31:41)	5:24 (37:05)	
2:26 (39:31)	1:03 (40:34)	0:51 (41:25)	0:25 (41:50)	0:20 (42:10)		
2. Sonja Kunze	OLV Uslar	58:09	+15:59	8:38		
3:37 (3:37)	3:23 (7:00)	2:14 (9:14)	2:58 (12:12)	6:37 (18:49)	3:18 (22:07)	
4:50 (26:57)	7:34 (34:31)	3:10 (37:41)	4:01 (41:42)	4:01 (45:43)	6:24 (52:07)	
2:51 (54:58)	1:25 (56:23)	1:01 (57:24)	0:25 (57:49)	0:20 (58:09)		
3. Dorothea Kirves	TG 1860 Münden	59:09	+16:59	5:04		
3:51 (3:51)	3:17 (7:08)	2:23 (9:31)	2:22 (11:53)	2:56 (14:49)	3:42 (18:31)	
5:24 (23:55)	6:03 (29:58)	3:44 (33:42)	5:18 (39:00)	4:38 (43:38)	7:18 (50:56)	
4:10 (55:06)	1:36 (56:42)	1:27 (58:09)	0:34 (58:43)	0:26 (59:09)		
4. Claudia Weigert	TV Jahn Wolfsburg	1:13:33	+31:23	14:39		
4:09 (4:09)	2:58 (7:07)	2:38 (9:45)	12:31 (22:16)	3:29 (25:45)	4:20 (30:05)	
4:50 (34:55)	8:03 (42:58)	4:34 (47:32)	4:09 (51:41)	5:18 (56:59)	8:01 (1:05:00)	
4:45 (1:09:45)	1:38 (1:11:23)	1:07 (1:12:30)	0:35 (1:13:05)	0:28 (1:13:33)		

H 35-	(4 / 4)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1. Thorsten Weigert	TV Jahn Wolfsburg	46:14	4:16			
2:58 (2:58)	1:40 (4:38)	1:50 (6:28)	2:19 (8:47)	1:26 (10:13)	3:42 (13:55)	
2:19 (16:14)	3:18 (19:32)	4:30 (24:02)	3:58 (28:00)	2:27 (30:27)	2:42 (33:09)	
2:38 (35:47)	3:57 (39:44)	1:53 (41:37)	2:30 (44:07)	0:53 (45:00)	0:40 (45:40)	
0:19 (45:59)	0:15 (46:14)					
2. Jens Struckmann	Braunschweiger MTV	49:58	+3:44	2:16		
3:31 (3:31)	2:00 (5:31)	2:06 (7:37)	2:42 (10:19)	1:43 (12:02)	1:55 (13:57)	
1:54 (15:51)	4:00 (19:51)	5:58 (25:49)	4:27 (30:16)	2:41 (32:57)	2:29 (35:26)	
3:49 (39:15)	5:02 (44:17)	1:55 (46:12)	1:26 (47:38)	0:54 (48:32)	0:43 (49:15)	
0:23 (49:38)	0:20 (49:58)					

3.	Malte Schmidt	Bielefelder TG	1:00:44	+14:30	1:56		
	3:34 (3:34)	2:32 (6:06)	2:29 (8:35)	3:48 (12:23)	2:23 (14:46)	2:10 (16:56)	
	3:10 (20:06)	4:39 (24:45)	6:46 (31:31)	5:23 (36:54)	3:30 (40:24)	3:43 (44:07)	
	3:28 (47:35)	5:25 (53:00)	2:19 (55:19)	2:03 (57:22)	1:35 (58:57)	0:54 (59:51)	
	0:28 (1:00:19)	0:25 (1:00:44)					
	Christoph Hofmeister	MTK Bad Harzburg	(38:59)		0:00		
	2:45 (2:45)	1:41 (4:26)	1:43 (6:09)	2:20 (8:29)	1:16 (9:45)	1:22 (11:07)	
	1:15 (12:22)	3:09 (15:31)	4:10 (19:41)	3:32 (23:13)	2:13 (25:26)	2:24 (27:50)	
	2:29 (30:19)	3:39 (33:58)	1:37 (35:35)	1:19 (36:54)	0:50 (37:44)	0:40 (38:24)	
	0:19 (38:43)	0:16 (38:59)					

D 45-		(8 / 8)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1.	Ivana Knaupova	Braunschweiger MTV	34:43		0:23		
	3:41 (3:41)	1:52 (5:33)	3:16 (8:49)	3:01 (11:50)	2:39 (14:29)	2:33 (17:02)	
	2:19 (19:21)	2:28 (21:49)	2:40 (24:29)	5:13 (29:42)	2:11 (31:53)	1:15 (33:08)	
	0:51 (33:59)	0:27 (34:26)	0:17 (34:43)				
2.	Sandra Wöhrer	TV Jahn Wolfsburg	49:19	+14:36	3:51		
	4:41 (4:41)	2:19 (7:00)	4:34 (11:34)	4:45 (16:19)	3:07 (19:26)	4:52 (24:18)	
	2:54 (27:12)	3:24 (30:36)	3:50 (34:26)	8:36 (43:02)	2:57 (45:59)	1:27 (47:26)	
	1:00 (48:26)	0:29 (48:55)	0:24 (49:19)				
3.	Anke von Gaza	OLV Uslar	51:35	+16:52	8:41		
	4:05 (4:05)	2:09 (6:14)	3:19 (9:33)	9:18 (18:51)	5:59 (24:50)	4:22 (29:12)	
	3:01 (32:13)	3:19 (35:32)	3:18 (38:50)	6:06 (44:56)	2:55 (47:51)	1:39 (49:30)	
	1:03 (50:33)	0:32 (51:05)	0:30 (51:35)				
4.	Petra Schneider	SV Hildesia Diekhöhlen	51:55	+17:12	6:20		
	4:51 (4:51)	2:44 (7:35)	5:43 (13:18)	9:15 (22:33)	3:04 (25:37)	3:18 (28:55)	
	3:06 (32:01)	3:27 (35:28)	3:38 (39:06)	6:21 (45:27)	2:52 (48:19)	1:36 (49:55)	
	1:08 (51:03)	0:27 (51:30)	0:25 (51:55)				
5.	Silke Napp	TV Jahn Wolfsburg	1:02:43	+28:00	6:59		
	7:39 (7:39)	3:07 (10:46)	5:58 (16:44)	5:16 (22:00)	4:05 (26:05)	7:17 (33:22)	
	4:39 (38:01)	4:47 (42:48)	4:00 (46:48)	8:05 (54:53)	3:14 (58:07)	1:42 (59:49)	
	1:26 (1:01:15)	0:59 (1:02:14)	0:29 (1:02:43)				
6.	Tanja Buchholz	MTK Bad Harzburg	1:04:21	+29:38	6:10		
	5:59 (5:59)	3:10 (9:09)	5:55 (15:04)	7:21 (22:25)	4:18 (26:43)	8:24 (35:07)	
	3:46 (38:53)	4:32 (43:25)	4:29 (47:54)	8:38 (56:32)	3:10 (59:42)	2:07 (1:01:49)	
	1:30 (1:03:19)	0:35 (1:03:54)	0:27 (1:04:21)				
	Evi Drese	OLV Uslar	Aufg.				
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)				
	Esther Stamer	MTK Bad Harzburg	Nicht Ang.				
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)				

H 45-		(9 / 9)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren		
1.	Jörg Kleinholz-Mewes	TuS Bothfeld 04	37:55		2:05		
	2:52 (2:52)	2:05 (4:57)	1:50 (6:47)	1:38 (8:25)	1:17 (9:42)	1:52 (11:34)	
	2:34 (14:08)	2:58 (17:06)	2:25 (19:31)	3:04 (22:35)	3:38 (26:13)	4:20 (30:33)	
	1:30 (32:03)	2:25 (34:28)	1:25 (35:53)	0:52 (36:45)	0:35 (37:20)	0:21 (37:41)	
	0:14 (37:55)						
2.	Eike Bruns	MTK Bad Harzburg	40:03	+2:08	0:59		
	3:43 (3:43)	2:26 (6:09)	2:08 (8:17)	1:21 (9:38)	1:17 (10:55)	1:57 (12:52)	
	2:51 (15:43)	3:36 (19:19)	2:25 (21:44)	2:19 (24:03)	2:11 (26:14)	5:24 (31:38)	
	2:01 (33:39)	2:33 (36:12)	1:25 (37:37)	1:05 (38:42)	0:43 (39:25)	0:21 (39:46)	
	0:17 (40:03)						
3.	Jan Knaup	Braunschweiger MTV	44:24	+6:29	0:52		
	3:35 (3:35)	2:27 (6:02)	2:15 (8:17)	1:42 (9:59)	1:24 (11:23)	2:19 (13:42)	
	3:26 (17:08)	3:35 (20:43)	2:42 (23:25)	2:38 (26:03)	2:38 (28:41)	5:27 (34:08)	
	1:59 (36:07)	3:34 (39:41)	1:56 (41:37)	1:13 (42:50)	0:51 (43:41)	0:25 (44:06)	
	0:18 (44:24)						
4.	Gunnar Grote	OLV Uslar	51:17	+13:22	3:29		
	4:10 (4:10)	2:44 (6:54)	2:41 (9:35)	1:37 (11:12)	2:01 (13:13)	2:28 (15:41)	
	4:08 (19:49)	4:13 (24:02)	3:10 (27:12)	3:07 (30:19)	3:38 (33:57)	5:48 (39:45)	
	3:33 (43:18)	2:33 (45:51)	2:35 (48:26)	1:11 (49:37)	0:44 (50:21)	0:26 (50:47)	
	0:30 (51:17)						
5.	Paulo Urzua Torres	TV Jahn Wolfsburg	55:14	+17:19	10:40		
	3:29 (3:29)	2:37 (6:06)	2:18 (8:24)	1:42 (10:06)	1:16 (11:22)	3:13 (14:35)	
	4:12 (18:47)	3:52 (22:39)	2:46 (25:25)	4:38 (30:03)	9:27 (39:30)	5:38 (45:08)	
	2:32 (47:40)	2:23 (50:03)	2:26 (52:29)	1:07 (53:36)	0:48 (54:24)	0:24 (54:48)	
	0:26 (55:14)						
6.	Marcel Frank	SV Hildesia Diekhöhlen	1:18:38	+40:43	21:35		
	4:17 (4:17)	3:08 (7:25)	3:40 (11:05)	7:41 (18:46)	2:00 (20:46)	2:37 (23:23)	
	4:47 (28:10)	3:51 (32:01)	3:31 (35:32)	3:37 (39:09)	3:32 (42:41)	13:26 (56:07)	
	7:21 (1:03:28)	3:08 (1:06:36)	3:50 (1:10:26)	3:51 (1:14:17)	2:05 (1:16:22)	1:29 (1:17:51)	
	0:47 (1:18:38)						
	Christoph Napp	TV Jahn Wolfsburg	Nicht Ang.				
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	
	- (-)	- (-)	- (-)				

Lars Smeding-Terveer	TuS Glane	Nicht Ang.			
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)					
Tino Nijst	Hermathenae	Nicht Ang.			
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
- (-)					

D 55-		(8 / 8)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1.	Liisa Rihko-Struckmann	Braunschweiger MTV	36:31		0:23	
	4:12 (4:12)	2:19 (6:31)		2:31 (10:18)	2:33 (12:51)	1:40 (14:31)
	1:34 (16:05)	2:36 (18:41)		3:17 (25:00)	5:42 (30:42)	2:32 (33:14)
	1:32 (34:46)	1:22 (36:08)				
2.	Claudia Ducki-Höckner	MTK Bad Harzburg	44:15	+7:44	2:05	
	4:53 (4:53)	2:33 (7:26)		2:15 (11:23)	3:48 (15:11)	2:01 (17:12)
	2:36 (19:48)	3:24 (23:12)		4:15 (30:51)	7:34 (38:25)	2:42 (41:07)
	1:20 (42:27)	1:26 (43:53)				
3.	Ulrike Korff	SC Achmer	45:31	+9:00	3:30	
	4:21 (4:21)	2:43 (7:04)		3:22 (11:48)	3:25 (15:13)	2:05 (17:18)
	2:24 (19:42)	4:47 (24:29)		3:48 (31:45)	7:10 (38:55)	3:32 (42:27)
	1:38 (44:05)	1:04 (45:09)				
4.	Ulrike Friedrichs	MTV Seesen	47:29	+10:58	4:44	
	5:36 (5:36)	2:38 (8:14)		3:34 (13:27)	2:38 (16:05)	1:59 (18:04)
	2:12 (20:16)	3:12 (23:28)		5:05 (34:25)	7:21 (41:46)	2:57 (44:43)
	1:21 (46:04)	1:00 (47:04)				
5.	Martina Hollmann	Bielefelder TG	55:48	+19:17	6:33	
	5:23 (5:23)	3:19 (8:42)		3:57 (17:36)	3:02 (20:38)	2:35 (23:13)
	2:16 (25:29)	3:45 (29:14)		6:07 (40:32)	8:23 (48:55)	3:36 (52:31)
	1:41 (54:12)	1:11 (55:23)				
6.	Theresia Schulte	SC Melle 03	1:00:31	+24:00	4:36	
	7:03 (7:03)	4:02 (11:05)		3:57 (17:30)	3:43 (21:13)	3:39 (24:52)
	2:59 (27:51)	4:49 (32:40)		7:28 (44:54)	7:48 (52:42)	4:03 (56:45)
	2:04 (58:49)	1:13 (1:00:02)				
7.	Regine Klander-Strauß	SV Hildesia Diekholzen	1:01:25	+24:54	14:06	
	18:53 (18:53)	2:57 (21:50)		3:27 (27:22)	2:34 (29:56)	2:23 (32:19)
	2:12 (34:31)	3:46 (38:17)		4:41 (47:35)	7:21 (54:56)	3:13 (58:09)
	1:42 (59:51)	1:07 (1:00:58)				
8.	Esther Knoblauch	MTK Bad Harzburg	1:05:19	+28:48	8:59	
	10:28 (10:28)	3:34 (14:02)		4:18 (20:42)	3:20 (24:02)	2:57 (26:59)
	5:34 (32:33)	3:57 (36:30)		4:49 (46:27)	9:10 (55:37)	5:24 (1:01:01)
	2:16 (1:03:17)	1:28 (1:04:45)				

H 55-		(10 / 10)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1.	Horst von Gaza	OLV Uslar	31:29		1:00	
	2:46 (2:46)	2:23 (5:09)		1:44 (8:58)	1:49 (10:47)	1:30 (12:17)
	2:54 (15:11)	1:55 (17:06)		2:28 (21:55)	4:00 (25:55)	1:22 (27:17)
	2:07 (29:24)	1:02 (30:26)		0:17 (31:29)		
2.	Thilo Bruns	MTK Bad Harzburg	32:17	+0:48	0:58	
	2:48 (2:48)	2:12 (5:00)		1:55 (8:55)	1:32 (10:27)	1:29 (11:56)
	1:58 (13:54)	2:19 (16:13)		2:36 (21:24)	4:23 (25:47)	1:59 (27:46)
	1:55 (29:41)	1:11 (30:52)		0:43 (32:17)		
3.	Dirk Strauß	SV Hildesia Diekholzen	34:20	+2:51	1:25	
	3:21 (3:21)	2:27 (5:48)		2:17 (9:56)	1:51 (11:47)	1:26 (13:13)
	2:00 (15:13)	2:15 (17:28)		2:47 (22:53)	4:35 (27:28)	1:26 (28:54)
	2:44 (31:38)	1:34 (33:12)		0:22 (34:20)		
4.	Kay-Uwe Kaufmann	USV TU Dresden	34:35	+3:06	2:10	
	3:16 (3:16)	2:11 (5:27)		2:17 (9:38)	1:53 (11:31)	1:33 (13:04)
	1:50 (14:54)	2:39 (17:33)		2:29 (23:34)	5:04 (28:38)	1:39 (30:17)
	1:59 (32:16)	1:17 (33:33)		0:19 (34:35)		
5.	Michael Schwien	SC Klecken	42:39	+11:10	7:38	
	2:41 (2:41)	2:17 (4:58)		2:01 (8:57)	3:31 (12:28)	1:19 (13:47)
	2:51 (16:38)	2:48 (19:26)		3:16 (25:48)	7:06 (32:54)	3:41 (36:35)
	3:58 (40:33)	1:04 (41:37)		0:15 (42:39)		
6.	Werner Drese	OLV Uslar	48:26	+16:57	8:47	
	4:48 (4:48)	3:03 (7:51)		2:05 (12:08)	1:54 (14:02)	1:44 (15:46)
	2:39 (18:25)	2:41 (21:06)		8:07 (32:27)	5:18 (37:45)	4:45 (42:30)
	2:48 (45:18)	1:36 (46:54)		0:33 (48:26)		
7.	Dieter Wehrhöfer-Bersuck	Bielefelder TG	54:24	+22:55	5:42	
	9:17 (9:17)	3:37 (12:54)		2:34 (18:01)	2:29 (20:30)	2:29 (22:59)
	3:49 (26:48)	3:23 (30:11)		4:02 (38:08)	6:58 (45:06)	2:31 (47:37)
	2:57 (50:34)	1:51 (52:25)		0:28 (54:24)		
8.	Thomas Görtelmeyer	MTK Bad Harzburg	1:14:42	+43:13	4:11	
	6:40 (6:40)	5:37 (12:17)		4:20 (20:44)	8:04 (28:48)	3:00 (31:48)
	4:31 (36:19)	4:40 (40:59)		6:08 (52:56)	9:46 (1:02:42)	3:20 (1:06:02)
	3:39 (1:09:41)	2:29 (1:12:10)		0:48 (1:14:42)		
9.	Tom Eric Schmidt	Bielefelder TG	1:49:05	+1:17:36	42:20	
	12:34 (12:34)	8:50 (21:24)		2:44 (30:26)	3:04 (33:30)	11:56 (45:26)
	14:12 (59:38)	4:29 (1:04:07)		9:02 (1:17:47)	7:04 (1:24:51)	15:06 (1:39:57)
	3:56 (1:43:53)	2:38 (1:46:31)		1:07 (1:49:05)		

Olaf Balke	DARC	Fehlst.			
4:08 (4:08)	2:55 (7:03)	– (–)	– (15:41)	5:11 (20:52)	2:25 (23:17)
3:38 (26:55)	3:57 (30:52)	4:47 (35:39)	4:26 (40:05)	5:21 (45:26)	2:21 (47:47)
2:49 (50:36)	1:46 (52:22)	1:05 (53:27)	0:25 (53:52)		
D 65-	(5 / 5)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Heidrun Finke	OLV Uslar	36:36		1:20	
5:44 (5:44)	2:50 (8:34)		2:37 (13:04)	1:46 (14:50)	5:40 (20:30)
4:54 (25:24)	6:11 (31:35)		1:15 (36:05)	0:31 (36:36)	
2. Ingrid Müssen	SuS Vehrte	47:35	+10:59	3:55	
6:31 (6:31)	3:21 (9:52)		3:59 (16:44)	3:24 (20:08)	5:48 (25:56)
7:46 (33:42)	7:52 (41:34)		1:21 (46:58)	0:37 (47:35)	
3. Birgitt Michel	TV Jahn Wolfsburg	47:51	+11:15	12:41	
5:18 (5:18)	2:39 (7:57)		15:28 (25:09)	1:38 (26:47)	4:35 (31:22)
5:05 (36:27)	6:38 (43:05)		1:09 (47:19)	0:32 (47:51)	
4. Irmela Bergt	TSV Fischerhude	48:35	+11:59	12:06	
5:16 (5:16)	2:42 (7:58)		4:20 (14:08)	1:32 (15:40)	4:09 (19:49)
8:51 (28:40)	15:00 (43:40)		1:12 (48:07)	0:28 (48:35)	
Antje Sobczak	MTV Soltau	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
H 65-	(10 / 10)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Jörg Mumme	OLV Uslar	38:39		3:36	
4:13 (4:13)	2:21 (6:34)		2:04 (9:56)	2:07 (12:03)	1:46 (13:49)
1:55 (15:44)	2:38 (18:22)		7:10 (28:31)	4:54 (33:25)	2:39 (36:04)
1:19 (37:23)	0:54 (38:17)				
2. Uwe Dresel	SC Klecken	42:22	+3:43	4:28	
4:14 (4:14)	2:22 (6:36)		2:17 (10:33)	1:57 (12:30)	2:02 (14:32)
2:09 (16:41)	3:50 (20:31)		3:22 (30:17)	5:24 (35:41)	3:33 (39:14)
1:47 (41:01)	0:57 (41:58)				
3. Siegfried May	RSV Hannover	44:36	+5:57	3:26	
4:57 (4:57)	3:16 (8:13)		2:46 (12:36)	3:48 (16:24)	2:17 (18:41)
1:44 (20:25)	2:35 (23:00)		3:57 (31:20)	6:16 (37:36)	3:19 (40:55)
1:33 (42:28)	1:46 (44:14)				
4. Detlev Friedrichs	MTV Seesen	59:05	+20:26	14:31	
5:18 (5:18)	3:07 (8:25)		12:14 (22:40)	4:42 (27:22)	3:08 (30:30)
3:22 (33:52)	3:01 (36:53)		4:02 (45:01)	7:39 (52:40)	3:15 (55:55)
1:30 (57:25)	1:14 (58:39)				
5. Rainer Pieper	SSV Langenhagen	1:01:28	+22:49	11:18	
6:08 (6:08)	9:11 (15:19)		2:51 (19:52)	2:56 (22:48)	4:32 (27:20)
3:42 (31:02)	4:03 (35:05)		4:28 (44:07)	8:32 (52:39)	3:45 (56:24)
1:58 (58:22)	2:35 (1:00:57)				
6. Karl-Heinz Seefeld	OLV Uslar	1:07:40	+29:01	17:23	
5:28 (5:28)	3:23 (8:51)		2:52 (13:31)	3:12 (16:43)	13:53 (30:36)
2:15 (32:51)	5:13 (38:04)		4:21 (46:57)	9:14 (56:11)	7:04 (1:03:15)
2:13 (1:05:28)	1:28 (1:06:56)				
7. Gerhard Niederland	TSV Schloß Ricklingen	1:11:42	+33:03	23:46	
4:58 (4:58)	3:07 (8:05)		8:49 (18:40)	3:29 (22:09)	2:06 (24:15)
5:26 (29:41)	3:23 (33:04)		16:09 (57:45)	6:37 (1:04:22)	3:37 (1:07:59)
1:29 (1:09:28)	1:47 (1:11:15)				
8. Ferdinand Hanses	TuS Bramsche	1:12:12	+33:33	26:54	
4:42 (4:42)	2:37 (7:19)		10:06 (18:59)	14:20 (33:19)	2:49 (36:08)
7:57 (44:05)	3:28 (47:33)		7:00 (58:07)	7:13 (1:05:20)	3:21 (1:08:41)
1:53 (1:10:34)	1:08 (1:11:42)				
9. Johannes Müssen	SuS Vehrte	2:25:44	+1:47:05	29:00	
11:27 (11:27)	8:41 (20:08)		10:54 (37:58)	6:37 (44:35)	5:47 (50:22)
23:19 (1:13:41)	9:50 (1:23:31)		15:46 (1:49:01)	19:15 (2:08:16)	8:42 (2:16:58)
4:32 (2:21:30)	2:48 (2:24:18)				
Udo Sobczak	MTV Soltau	Nicht Ang.			
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)	– (–)
H 75-	(3 / 3)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Karlheinz Niescken	SSV Langenhagen	46:25		3:48	
13:08 (13:08)	2:14 (15:22)		4:28 (22:11)	1:36 (23:47)	4:15 (28:02)
7:04 (35:06)	6:28 (41:34)		1:14 (45:54)	0:31 (46:25)	
2. Albrecht Bergt	TSV Fischerhude	1:08:37	+22:12	15:04	
9:08 (9:08)	4:36 (13:44)		5:04 (22:20)	2:54 (25:14)	13:47 (39:01)
10:41 (49:42)	10:00 (59:42)		2:03 (1:07:43)	0:54 (1:08:37)	
3. Dieter Brockfeld	Osnabrücker TB	1:22:22	+35:57	23:16	
11:12 (11:12)	4:52 (16:04)		15:33 (39:11)	2:29 (41:40)	7:30 (49:10)
7:44 (56:54)	10:48 (1:07:42)		8:49 (1:21:23)	0:59 (1:22:22)	
D/H -10b	(2 / 2)	Zeit	Rückstand	Zeit verloren	
1. Jesper Bruns	MTK Bad Harzburg	13:21		0:25	
2:43 (2:43)	0:47 (3:30)		2:06 (8:09)	1:27 (9:36)	0:59 (10:35)
0:37 (11:12)	1:20 (12:32)				
2. Raya Frank	SV Hildesia Diekhöfen	28:41	+15:20	8:18	
3:47 (3:47)	1:03 (4:50)		6:06 (17:49)	4:28 (22:17)	2:51 (25:08)
1:34 (26:42)	1:35 (28:17)				

Offen Kurz		(4 / 4)		Zeit	Rückstand	Zeit verloren
1. Gesa Borr und Lutz Bakker	MTK Bad Harzburg			17:04	0:13	
2:03 (2:03)	3:06 (5:09)	2:15 (7:24)		3:39 (11:03)	1:39 (12:42)	1:22 (14:04)
0:54 (14:58)	0:30 (15:28)	0:55 (16:23)		0:41 (17:04)		
2. Beke Wilderink				26:16	+9:12	3:13
2:36 (2:36)	6:32 (9:08)	3:26 (12:34)		5:56 (18:30)	2:14 (20:44)	1:57 (22:41)
1:17 (23:58)	0:39 (24:37)	1:11 (25:48)		0:28 (26:16)		
3. Günter Stark	MTV Seesen			33:08	+16:04	4:47
3:17 (3:17)	7:19 (10:36)	6:01 (16:37)		6:03 (22:40)	3:39 (26:19)	2:13 (28:32)
1:23 (29:55)	0:42 (30:37)	1:43 (32:20)		0:48 (33:08)		
4. Karin Gramberg				41:11	+24:07	14:45
2:52 (2:52)	6:29 (9:21)	12:32 (21:53)		5:07 (27:00)	8:00 (35:00)	2:07 (37:07)
1:19 (38:26)	0:46 (39:12)	1:22 (40:34)		0:37 (41:11)		

Offen Mittel		(8 / 8)		Zeit	Rückstand	Zeit verloren
1. Marie Hofmeister	MTK Bad Harzburg			32:07	0:23	
3:32 (3:32)	2:17 (5:49)	1:10 (6:59)		3:27 (10:26)	1:34 (12:00)	2:16 (14:16)
2:44 (17:00)	2:45 (19:45)	2:37 (22:22)		5:34 (27:56)	1:55 (29:51)	1:05 (30:56)
0:48 (31:44)	0:23 (32:07)					
2. Anja Hursie	USC Magdeburg			43:01	+10:54	0:29
3:59 (3:59)	3:10 (7:09)	1:40 (8:49)		4:37 (13:26)	2:08 (15:34)	3:10 (18:44)
3:46 (22:30)	4:00 (26:30)	3:33 (30:03)		7:13 (37:16)	2:48 (40:04)	1:34 (41:38)
0:58 (42:36)	0:25 (43:01)					
3. Julia Stark	MTV Seesen			49:57	+17:50	4:40
8:45 (8:45)	3:19 (12:04)	1:32 (13:36)		4:38 (18:14)	2:02 (20:16)	3:34 (23:50)
4:07 (27:57)	4:05 (32:02)	4:03 (36:05)		7:40 (43:45)	3:06 (46:51)	1:48 (48:39)
0:56 (49:35)	0:22 (49:57)					
4. Sarah Wagenknecht				53:48	+21:41	11:20
3:53 (3:53)	2:46 (6:39)	1:19 (7:58)		4:37 (12:35)	2:04 (14:39)	2:47 (17:26)
3:17 (20:43)	8:05 (28:48)	7:09 (35:57)		9:18 (45:15)	3:54 (49:09)	2:00 (51:09)
1:41 (52:50)	0:58 (53:48)					
5. Jonte Kühne	TSG Hatten-Sandkrug			54:08	+22:01	10:27
4:47 (4:47)	4:39 (9:26)	3:06 (12:32)		4:43 (17:15)	3:15 (20:30)	4:02 (24:32)
3:04 (27:36)	5:53 (33:29)	8:01 (41:30)		6:29 (47:59)	3:11 (51:10)	1:49 (52:59)
0:52 (53:51)	0:17 (54:08)					
6. Sven Buchholz	MTK Bad Harzburg			54:11	+22:04	7:09
4:05 (4:05)	3:37 (7:42)	2:37 (10:19)		5:10 (15:29)	2:10 (17:39)	4:23 (22:02)
3:16 (25:18)	4:49 (30:07)	5:12 (35:19)		12:18 (47:37)	3:19 (50:56)	1:44 (52:40)
1:05 (53:45)	0:26 (54:11)					
7. Svenja Alpen-Kühne	TSG Hatten-Sandkrug			54:17	+22:10	9:42
5:02 (5:02)	4:33 (9:35)	3:00 (12:35)		4:44 (17:19)	3:15 (20:34)	3:52 (24:26)
3:19 (27:45)	5:51 (33:36)	8:00 (41:36)		6:25 (48:01)	3:09 (51:10)	1:50 (53:00)
0:55 (53:55)	0:22 (54:17)					
8. Lutz Wagenknecht				57:41	+25:34	10:21
4:34 (4:34)	2:56 (7:30)	2:34 (10:04)		8:18 (18:22)	1:54 (20:16)	3:48 (24:04)
2:55 (26:59)	4:42 (31:41)	6:08 (37:49)		12:24 (50:13)	4:03 (54:16)	1:56 (56:12)
1:01 (57:13)	0:28 (57:41)					

Offen Lang		(1 / 1)		Zeit	Rückstand	Zeit verloren
1. Klaas Wagenknecht				1:01:25	0:00	
3:48 (3:48)	2:41 (6:29)	2:56 (9:25)		7:47 (17:12)	4:27 (21:39)	6:06 (27:45)
6:41 (34:26)	5:57 (40:23)	6:28 (46:51)		3:41 (50:32)	5:54 (56:26)	2:38 (59:04)
1:14 (1:00:18)	0:40 (1:00:58)	0:27 (1:01:25)				