

## Dezember

### 15.12.2019 Weihnachtsmützenlauf Apen

5,1km

Wolfgang Steinfeldler – 25:41 min. – 32. Platz Männer – 2. M50

10,6km

Frauke Buntjer – 45:13 min. – 4. Platz Frauen – 2. W30

Anneke Girod – 56:12 min. – 32. Platz Frauen – 8. WH

Regina Stark – 1:04:29 Std. – 89. Platz Frauen – 10. W55

Dora Rabenberg – 1:14:50 Std. – 160. Platz Frauen – 3. W65

### 01.12.2019 50. Uplengener Adventslauf

9,6km

Regina Stark – 58:22 min. – 18. Platz Frauen – 2. W55

Dora Rabenberg – 1:07:39 Std. – 21. Platz Frauen – 1. W65

## November

## Oktober

### 20.10.2019 Oldenburg Marathon

10km

Hartmut Warsing – 40:53 min. – 47. Platz – 1. M45

Regina Stark – 59:28 min. – 273. Platz – 19. W55

Dora Rabenberg – 1:06:29 Std. – 458. Platz – 2. W65

21,1km

Frauke Buntjer – 1:31:13 Std. – 3. Platz – 1. W30

Insa Franzen – 1:40:59 Std. – 19. Platz – 5. W35

### 03.10.2019 28. Herbstlauf TuS Ofen

5km

Dora Rabenberg – 32:34 min. – 358. Platz – 3. W65

Hartmut Warsing – 40:20 min. – 33. Platz – 3. M45

Frauke Buntjer – 42:06 min. – 43. Platz – 3. W30

Udo Warsing – 44:55 min. – 80. Platz – 11. M45

## September

### 22.09.2019 Remels Herbstmarktlauflauf

6,6km

Dora Rabenberg – 45:21 min. – 1. W65

### 15.09.2019 Rheder Marktlauflauf

5,4km

Wolfgang Steinfeldler – 27:26 min. – 17. Platz Männer – 1. M50

Regina Stark – 30:20 min. – 9. Platz Frauen – 1. W55

Dora Rabenberg – 37:24 min. – 26. Platz Frauen – 1. W65

Rheiderland-Staffel

21. Staffel von 175 Staffeln

Start.Nr.	Name	Laufzeit
1331	Günther Kolthoff	00:41:48
1332	Insa Franzen	00:45:12
1333	Anneke Girod	00:55:37
1334	Johann Wilms	00:47:06
1335	Thomas Girod	00:45:40
1336	Wolfgang Steinfelder	00:53:29
1337	Udo Warsing	00:46:05
1337	Hartmut Warsing	00:40:59
1338	Karin Jelen	00:53:00
1330	Richard Hartema	00:42:51
		<b>7:51:41</b>

**14.09.2019 3. Oldersumer Appel-Loop**

**5km**

Arne Kolthoff – 26:18 min. – 24. Platz – 2. MJ U14  
Günther Kolthoff – 26:18 min. – 25. Platz – 2. M40  
Holger van der Slyk – 26:36 min. – 26. Platz – 5. M45

**07.09.2019 14. Borkumer Meilenlauf**

**5km**

Wolfgang Steinfelder – 25:37 min. – 20. Platz Männer – 4. M50  
Regina Stark – 29:05 min. – 16. Platz Frauen – 2. W50  
Dora Rabenberg – 34:48 min. – 82. Platz Frauen – 5. W65

**August**

**23.08.2019 13. Münkeboer Festtagelauf**

**10km**

Hartmut Warsing – 40:50 min. – 8. Platz Männer – 1. M45  
Udo Warsing – 46:34 min. – 20. Platz Männer – 4. M45

**23.08.2019 12. Barßeler Hafenfestlauf**

**5km**

Regina Stark – 29:00 min. – 147. Platz – 2. W55  
Dora Rabenberg – 34:10 min. – 250. Platz – 1. W65

## **16.08.2019 36. Volkslauf Teutonia Stapelmoor**

### **6km**

Hartmut Warsing – 22:07 min. – 2. Platz – 1. M45

Insa Franzen – 26:13 min. – 7. Platz – 1. W35

Regina Stark – 32:56 min. – 27. Platz – 1. W55

Martina Dreyer – 33:19 min. – 30. Platz – 2. W55

### **10km**

Frauke Buntjer – 42:45 min. – 7. Platz – 1. W30

Wolfgang Steinfeldler – 55:44 min. – 32. Platz – 2. M50

## **09.08.2019 19. Müggenmarktlauf Jemgum**

### **500m**

Enno Franzen – 02:21 min. – 3. Platz MU8

Rayk-Jaryk van der Slyk – 02:22 min. – 5. Platz MU8

### **5,3km**

Jens Kruse – 20:39 min. – 2. Platz Männer – 1. M40

Günther Kolthoff – 21:12 min. – 3. Platz Männer – 2. M40

Insa Franzen – 22:23 min. – 1. Platz Frauen – 1. W35

Anneke Girod – 27:53 min. – 7. Platz Frauen – 1. WH

Martina Dreyer – 29:11 min. – 14. Platz Frauen – 1. W55

Regina Stark – 29:58 min. – 19. Platz Frauen – 2. W55

Anne Nagel – 30:03 min. – 22. Platz Frauen – 2. W50

Dora Rabenberg – 34:28 min. – 51. Platz Frauen – 2. W65

### **10,3km**

Hartmut Warsing – 42:18 min. – 3. Platz Männer – 1. M45

Frauke Buntjer – 43:59 min. – 2. Platz Frauen – 2. W30

Udo Warsing – 48:58 min. – 12. Platz Männer – 5. M45

## **Juli**

## **20.07.2019 12. Logabirumer Spendenlauf**

### **5,3km**

Jens Kruse – 21:29 min. – 3. Platz – 2. M40

Wolfgang Steinfeldler – 25:49 min. – 20. Platz – 1. M50

### **10,6km**

Hartmut Warsing – 43:39 min. – 7. Platz – 1. M45

Frauke Buntjer – 44:21 min. – 9. Platz – 2. W30

Udo Warsing – 51:44 min. – 36. Platz – 6. M45

## **Juni**

## **29.06.2019 NordMarsch Oldenburg**

### **55km**

Dora Rabenberg

Dieter Sandrock

## **28.06.2019 Filsum löppt**

### **5km**

Regina Stark – 30:10 min. – 21. Platz Frauen

Dora Rabenberg – 37:04 min. – 55. Platz Frauen

### **10km**

Frauke Buntjer – 43:53 min. – 2. Platz Frauen

Hartmut Warsing – 44:08 min. – 13. Platz Männer

Günther Kolthoff – 44:13 min. – 14. Platz Männer

## **15.06.2019 Sparkassenlauf Aurich**

### **10km**

Günther Kolthoff – 41:59 min. – 12. Platz Männer – 1. M40

## 10.06.2019 Tergaster Volkslauf

10km

Regina Stark – 59:27 min. – 13. Platz Frauen – 2. W55  
Dora Rabenberg – 1:01:39 Std. – 14. Platz Frauen – 1. W65

## 01.06.2019 29. Emdter Matjeslauf

10km

Frauke Buntjer – 44:36 min. – 4. Platz Frauen – 2. W30

## Mai

### 30.04. bis 17.05.2019 38.Ossilooop “ Von Leer ans Meer „

Ergebnisse Ostfrieslandlauf 2019								
	Lauf 1 10,50km	Lauf 8,80km	Lauf 3 11,90km	Lauf 4 10,00km	Lauf 5 11,30km	Lauf 6 11,10km	Endzeit 63,30km	Platz AK
Frauke Buntjer	0:43:54	0:35:18	0:00:00	0:49:33	0:46:29	0:45:28	4:21:32	2.W30
Günther Kolthoff	0:45:52	0:36:34	0:51:48	0:41:57	0:47:52	0:46:41	4:30:44	11.M40
Insa Franzen	0:46:55	0:37:09	0:52:38	0:43:47	0:49:59	0:48:32	4:39:00	1.W35
Jens Kruse	0:48:59	0:38:45	0:55:11	0:44:54	0:52:30	0:50:23	4:50:52	36.M40
Wolfgang Steinfeld	0:55:17	0:43:55	1:02:11	0:51:38	1:00:08	0:57:26	5:30:35	106.M50
Holger van der Slyk	0:55:28	0:44:04	1:05:09	0:52:03	0:58:09	0:57:49	5:32:42	97.M45
Harald Heijen	0:56:22	0:44:53	1:03:12	0:51:35	0:58:43	0:57:41	5:32:26	100.M40
Anne Huisinga	0:57:38	0:45:16	1:05:54	0:53:59	1:00:43	1:01:10	5:44:40	19.W50
Regina Stark	1:04:36	0:49:50	1:11:25	0:58:21	1:05:05	1:04:03	6:13:20	22.W55
Karl Gossling	1:09:40	0:55:45	1:17:41	1:02:02	1:09:40	1:09:09	6:43:57	13.M70
Dora Rabenberg	1:14:15	0:59:10	1:22:50	1:06:14	1:13:19	1:13:43	7:09:31	9.W65
Hartmut Warsing	0:46:11	0:35:27	0:57:30	0:46:18	—	—	—	—

**In Leer gestartet: 2.838 Dörloper.**

**In Bensorsiel angekommen: 2.668 Dörloper!!!**

EWE Mannskuploop Team Frauen

**2. Platz von 64 Teams in 14:45:12 Std.**

Frauke Buntjer

Insa Franzen

Anne Huisinga

## **April**

**07.04.2019 Hannover Marathon**

**21,1km**

Holger van der Slyk – 2:23:59 Std. – Platz 5126 Männer – 586. M45

## **März**

**31.03.2019 11. OLB Citylauf Papenburg**

**10km**

Frauke Buntjer – 40:24 min. – 22. Platz – 3. W30

Dora Rabenberg – 69:03 min. – 370. Platz – 2. W65

## **Februar**

## **Januar**