

# PowerGreen Lauf 2023

Initiative PowerGreen

22.05.2023

Ergebnisliste

Seite 1

## 5 km Lauf Gesamtwertung

Platz	Pl. m.	Pl. wei.	Strn. Name, Vorname	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten			Leistung
1.	1		643 Guhl, Christoph 3:42,2	M 30 3:52,4 (7:34,6)	1	Frankfurt (Oder)	3:55,9 (11:30,5)	3:57,2 (15:27,7)	3:51,9 (19:19,6)	19:20 min
2.	2		642 Kmiecniak, Pawel 3:53,0	M 40 3:50,5 (7:43,5)	1	Frankfurt (Oder)	3:55,4 (11:38,9)	3:56,0 (15:34,9)	3:57,6 (19:32,5)	19:33 min
3.	3		640 Wilschke, Julian 4:00,0	MJ U16 4:32,1 (8:32,1)	1	Team Energie	4:35,5 (13:07,6)	4:51,6 (17:59,2)	4:32,5 (22:31,7)	22:32 min
4.	4		645 Plonski, Jakob 4:10,9	M 40 4:31,4 (8:42,3)	2	DDG	4:38,8 (13:21,1)	4:49,1 (18:10,2)	4:31,9 (22:42,1)	22:43 min
5.	5		610 Kasprzyk, Nicolas 4:23,4	MJ U16 4:37,4 (9:00,8)	2	1. FC Frankfurt	4:38,9 (13:39,7)	4:45,4 (18:25,1)	4:37,0 (23:02,1)	23:03 min
6.	6		607 Geister, Jannis 4:23,1	MJ U16 4:37,8 (9:00,9)	3	1. FC Frankfurt	4:38,9 (13:39,8)	4:45,5 (18:25,3)	4:36,9 (23:02,2)	23:03 min
7.	7		606 Berndt, Karl 4:23,0	MJ U16 4:37,8 (9:00,8)	4	1. FC Frankfurt	4:38,9 (13:39,7)	4:45,2 (18:24,9)	4:37,4 (23:02,3)	23:03 min
8.	8		624 Melde, Jens 4:25,5	M 35 4:36,4 (9:01,9)	1	LG IHP Frankfurt (Oder)	4:40,1 (13:42,0)	4:53,7 (18:35,7)	4:27,3 (23:03,0)	23:03 min
9.	9		632 Kolosza, Pawel 4:27,3	M 40 4:36,8 (9:04,1)	3	Slubfurt	4:38,7 (13:42,8)	4:43,9 (18:26,7)	4:36,8 (23:03,5)	23:04 min
10.	10		694 Kiedrowicz, Marcin 4:44,2	M 40 4:47,1 (9:31,3)	4	Slubice	4:57,9 (14:29,2)	4:59,9 (19:29,1)	4:52,7 (24:21,8)	24:22 min
11.		1	646 Kiedrowicz, Ewa 4:41,7	W 35 4:49,3 (9:31,0)	1	Kunowice	4:58,0 (14:29,0)	4:59,8 (19:28,8)	4:54,4 (24:23,2)	24:24 min
12.	11		611 Manshen, Leander 4:24,0	MJ U16 5:14,2 (9:38,2)	5	1. FC Frankfurt	5:29,8 (15:08,0)	4:48,6 (19:56,6)	4:27,0 (24:23,6)	24:24 min
13.	12		613 Poze, Paulas 4:26,5	MJ U16 5:11,7 (9:38,2)	6	1. FC Frankfurt	5:29,4 (15:07,6)	4:46,7 (19:54,3)	4:30,5 (24:24,8)	24:25 min
14.	13		609 Heise, Elias 4:41,5	MJ U16 5:10,6 (9:52,1)	7	1. FC Frankfurt	4:59,8 (14:51,9)	5:04,6 (19:56,5)	4:34,2 (24:30,7)	24:31 min
15.	14		619 Kühn, Kersten 4:47,3	M 35 4:55,2 (9:42,5)	2	Frankfurt (Oder)	5:10,2 (14:52,7)	5:09,0 (20:01,7)	4:59,5 (25:01,2)	25:02 min
16.	15		616 Sperling, Finn-Luca 4:23,2	MJ U16 5:10,2 (9:33,4)	8	1. FC Frankfurt	5:35,1 (15:08,5)	5:13,5 (20:22,0)	5:13,8 (25:35,8)	25:36 min
17.	16		615 Spann, Maximilian 4:36,8	MJ U16 5:01,3 (9:38,1)	9	1. FC Frankfurt	5:30,4 (15:08,5)	5:13,4 (20:21,9)	5:14,4 (25:36,3)	25:37 min
18.	17		614 Preuß, Maximilian 4:38,1	MJ U16 4:55,8 (9:33,9)	10	1. FC Frankfurt	5:33,9 (15:07,8)	5:14,0 (20:21,8)	5:14,7 (25:36,5)	25:37 min
19.	18		605 Thätner, Peter 4:52,7	M 60 5:16,9 (10:09,6)	1	Bohlig-Laufteam	5:19,2 (15:28,8)	5:16,4 (20:45,2)	4:58,2 (25:43,4)	25:44 min
20.	19		652 Kranich, Florim 4:34,8	MJ U14 5:21,6 (9:56,4)	1	Manschnow	5:25,5 (15:21,9)	5:31,1 (20:53,0)	5:02,7 (25:55,7)	25:56 min
21.		2	620 Wojciechowska, Monika 4:53,0	W 40 5:16,5 (10:09,5)	1	Slubicka Akademia Biegowa	5:19,2 (15:28,7)	5:22,1 (20:50,8)	5:18,6 (26:09,4)	26:10 min
22.	20		622 Müller, Fritz Walter 4:36,3	MJ U14 5:19,4 (9:55,7)	2	Gorgast	5:26,5 (15:22,2)	5:26,8 (20:49,0)	5:20,8 (26:09,8)	26:10 min
23.		3	634 Werner, Katja 4:50,4	W 45 5:14,9 (10:05,3)	1	FIT FOR RUN	5:22,8 (15:28,1)	5:26,8 (20:54,9)	5:18,2 (26:13,1)	26:14 min
24.		4	641 Pranke, Romy 5:00,3	W 40 5:20,2 (10:20,5)	2	FIT FOR RUN	5:23,9 (15:44,4)	5:24,3 (21:08,7)	5:14,5 (26:23,2)	26:24 min
25.	21		647 Götzschke, Thomas 5:04,3	M 45 5:25,0 (10:29,3)	1	IMD Labor Oderland	5:28,7 (15:58,0)	5:33,0 (21:31,0)	5:15,1 (26:46,1)	26:47 min
26.	22		639 Wilschke, Jan 5:04,1	M 45 5:12,1 (10:16,2)	2	Team Energie	5:26,4 (15:42,6)	5:40,3 (21:22,9)	5:27,3 (26:50,2)	26:51 min
27.	23		628 Grundemann, Friedhold 5:22,6	M 55 5:27,5 (10:50,1)	1	Frankfurt (Oder)	5:26,3 (16:16,4)	5:35,5 (21:51,9)	5:15,6 (27:07,5)	27:08 min
28.		5	626 Steinke, Stefanie 5:05,5	W 35 5:35,4 (10:40,9)	2	LG IHP Frankfurt (Oder)	5:36,6 (16:17,5)	5:43,3 (22:00,8)	5:31,4 (27:32,2)	27:33 min

# PowerGreen Lauf 2023

Initiative PowerGreen  
Ergebnisliste

22.05.2023  
Seite 2

## 5 km Lauf Fortsetzung Gesamtwertung

Platz	Pl. m.	Pl. wei.	Stnr.	Name, Vorname	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten	Leistung
29.		6	650	Savchuk, Kateryna 5:41,6	W 20 5:34,1 (11:15,7)	1	IMD Labor Oderland	5:35,5 (16:51,2) 5:53,1 (22:44,3) 5:26,5 (28:10,8)	28:11 min
30.	24		633	Nowak, Sascha 5:00,7	M 35 5:21,3 (10:22,0)	3	Fit for Run	5:45,1 (16:07,1) 5:56,4 (22:03,5) 6:08,7 (28:12,2)	28:13 min
31.		7	603	Fiebig, Anett 5:11,6	W 40 5:33,7 (10:45,3)	3	Bohlig-Laufteam	5:46,1 (16:31,4) 5:53,5 (22:24,9) 5:47,4 (28:12,3)	28:13 min
32.		8	649	Kryvokon, Tanja 5:41,8	W 20 5:36,1 (11:17,9)	2	IMD Labor Oderland	5:51,0 (17:08,9) 5:48,2 (22:57,1) 5:15,6 (28:12,7)	28:13 min
33.		9	644	Ciepiela, Malgorzata 5:11,5	W 30 5:31,1 (10:42,6)	1	Slubice	5:40,7 (16:23,3) 5:54,0 (22:17,3) 5:57,6 (28:14,9)	28:15 min
34.	25		612	Mayilyan, David 4:41,7	MJ U16 5:19,7 (10:01,4)	11	1. FC Frankfurt	6:10,1 (16:11,5) 6:29,4 (22:40,9) 5:36,3 (28:17,2)	28:18 min
35.	26		695	Hohm, Bennett 4:42,3	MJ U16 5:19,3 (10:01,6)	12	1. FC Frankfurt	6:09,8 (16:11,4) 6:30,2 (22:41,6) 5:36,1 (28:17,7)	28:18 min
36.	27		608	Tiedge, Erik 4:37,8	MJ U16 5:23,7 (10:01,5)	13	1. FC Frankfurt	6:10,4 (16:11,9) 6:29,0 (22:40,9) 5:37,0 (28:17,9)	28:18 min
37.		10	604	Pötsch, Kirsten 5:44,4	W 45 5:51,1 (11:35,5)	2	Bohlig-Laufteam	5:57,4 (17:32,9) 5:58,8 (23:31,7) 5:55,0 (29:26,7)	29:27 min
38.	28		635	Lech, Matthias 5:35,7	M 40 5:35,9 (11:11,6)	5	Team Energie	6:52,7 (18:04,3) 5:52,0 (23:56,3) 5:46,7 (29:43,0)	29:43 min
39.	29		623	Fraschke, Mirko 5:34,4	M 40 6:03,1 (11:37,5)	6	LG IHP Frankfurt (Oder)	6:17,5 (17:55,0) 6:18,0 (24:13,0) 6:01,1 (30:14,1)	30:15 min
40.	30		627	Gensing, Dennis 5:34,2	M 40 5:56,9 (11:31,1)	7	Rotary Frankfurt (Oder)	6:24,6 (17:55,7) 6:23,5 (24:19,2) 6:08,3 (30:27,5)	30:28 min
41.	31		621	Maletic, Nebojsa 5:27,8	M 35 5:58,6 (11:26,4)	4	IHP	6:31,2 (17:57,6) 6:16,9 (24:14,5) 6:14,4 (30:28,9)	30:29 min
42.	32		636	Neuber, Darian 4:54,2	M 20 5:41,0 (10:35,2)	1	Team Energie	6:47,0 (17:22,2) 6:59,2 (24:21,4) 6:47,6 (31:09,0)	31:09 min
43.	33		648	Miekley, Fred 5:42,2	M 55 6:13,5 (11:55,7)	2	IMD Labor Oderland	6:32,6 (18:28,3) 6:37,8 (25:06,1) 6:24,1 (31:30,2)	31:31 min
44.	34		653	Borkenhagen, Sebastian 4:44,8	M 20 5:56,8 (10:41,6)	2	Frankfurt (Oder)	9:34,9 (20:16,5) 6:22,7 (26:39,2) 6:28,7 (33:07,9)	33:08 min
45.	35		602	Kluge, Norbert 6:20,3	M 70 6:41,4 (13:01,7)	1	Bohlig-Laufteam	6:43,5 (19:45,2) 6:51,3 (26:36,5) 6:46,9 (33:23,4)	33:24 min
46.	36		600	Bohlig, Karsten 6:27,1	M 50 6:46,9 (13:14,0)	1	Bohlig-Laufteam	6:53,9 (20:07,9) 6:47,3 (26:55,2) 6:28,8 (33:24,0)	33:24 min
47.	37		638	Schmidt, Steven 6:00,1	M 35 6:37,0 (12:37,1)	5	Team Energie	7:02,8 (19:39,9) 7:08,1 (26:48,0) 6:50,3 (33:38,3)	33:39 min
48.		11	630	Zöllner, Luna 6:21,0	WJ U18 6:52,1 (13:13,1)	1	Frankfurt (Oder)	7:06,2 (20:19,3) 7:06,7 (27:26,0) 7:08,6 (34:34,6)	34:35 min
49.		12	625	Wojciechowska, Julia 6:21,5	WJ U18 6:51,8 (13:13,3)	2	Frankfurt (Oder)	7:06,3 (20:19,6) 7:06,6 (27:26,2) 7:08,5 (34:34,7)	34:35 min
50.	38		601	Wegener, Daniel 6:26,9	M 40 6:46,9 (13:13,8)	8	Bohlig-Laufteam	7:19,1 (20:32,9) 7:32,7 (28:05,6) 7:17,1 (35:22,7)	35:23 min

50 Finisher