

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 1

#### Sprint-Triathlon Gesamtwertung 750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. mä.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
1.	1		272	Leuendorff, Stephan	1973	M 40	1	A3K Berlin	11:21,8	57,5 (12:19,3)	30:40,8 (43:00,1)	55,7 (43:55,8)	18:59,2 (1:02:55,0)	1:02:55 h
2.	2		251	Peter, Oliver	1982	M 30	1	Die Flitzpiepen	10:13,1	1:22,2 (11:35,3)	34:01,4 (45:36,7)	48,7 (46:25,4)	19:03,5 (1:05:28,9)	1:05:29 h
3.	3		243	Schwienke, Sebastian	1986	M 25	1	Zeppelin-Team OSC Potsdam	8:58,9	56,9 (9:55,8)	34:45,6 (44:41,4)	54,0 (45:35,4)	22:09,8 (1:07:45,2)	1:07:46 h
4.	4		202	Jacob, Sebastian	1976	M 35	1	Athletenschmiede	11:19,7	1:36,8 (12:56,5)	34:40,8 (47:37,3)	46,9 (48:24,2)	20:12,9 (1:08:37,1)	1:08:38 h
5.	5		295	Schulz, Jan	1974	M 40	2	MSV Tripoint Frankfurt/Oder	10:21,0	1:06,8 (11:27,8)	35:55,3 (47:23,1)	1:07,5 (48:30,6)	20:41,4 (1:09:12,0)	1:09:12 h
6.	6		206	Krüger, Tankred	1976	M 35	2	Flotte Speichen Berlin	12:46,9	2:08,1 (14:55,0)	34:36,0 (49:31,0)	1:06,2 (50:37,2)	19:19,2 (1:09:56,4)	1:09:57 h
7.	7		200	Lange, Tilo	1972	M 40	3	nikita race	13:29,5	1:19,9 (14:49,4)	34:14,1 (49:03,5)	58,7 (50:02,2)	20:15,7 (1:10:17,9)	1:10:18 h
8.	8		201	Regen, Michael	1968	M 45	1	Wandlitz	10:44,0	1:34,2 (12:18,2)	36:00,1 (48:18,3)	42,0 (49:00,3)	21:26,6 (1:10:26,9)	1:10:27 h
9.	9		252	Riegenring, Sascha	1976	M 35	3	www.DieTurnmaeuse.de	14:41,7	1:19,5 (16:01,2)	32:24,6 (48:25,8)	59,0 (49:24,8)	21:24,4 (1:10:49,2)	1:10:50 h
10.	10		279	Wolter, Lars	1998	mJgd 16/17	1	Bernauer Lauffreunde	12:50,0	1:29,4 (14:19,4)	36:02,6 (50:22,0)	1:04,6 (51:26,6)	20:12,9 (1:11:39,5)	1:11:40 h
11.	11		222	Lange, Denny	1979	M 35	4	Berlin	11:30,0	1:28,2 (12:58,2)	35:21,7 (48:19,9)	1:09,3 (49:29,2)	22:24,6 (1:11:53,8)	1:11:54 h
12.	12		499	Redlich, Sebastian	1986	M 25	2	TV Fürstenwalde 1990	15:56,0	1:02,4 (16:58,4)	34:40,8 (51:39,2)	49,2 (52:28,4)	20:07,1 (1:12:35,5)	1:12:36 h
13.	13		260	Mielke, Karsten	1956	M 55	1	Berlin	11:26,0	1:57,9 (13:23,9)	36:14,4 (49:38,3)	1:06,1 (50:44,4)	22:11,9 (1:12:56,3)	1:12:57 h
14.	14		221	Truckenbrodt, Frank	1970	M 40	4	Berlin	14:21,0	1:51,0 (16:12,0)	34:46,2 (50:58,2)	1:27,0 (52:25,2)	20:52,0 (1:13:17,2)	1:13:18 h
15.	15		264	Rückert, Michael	1981	M 30	2	Die Flitzpiepen	12:28,7	1:14,5 (13:43,2)	37:28,1 (51:11,3)	47,5 (51:58,8)	21:32,9 (1:13:31,7)	1:13:32 h

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 2

#### Sprint-Triathlon Fortsetzung Gesamtwertung

750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. mä.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
16.	16		220	Schmidt, Martin	1968	M 45	2	Weltraumjogger	14:56,9	1:43,8 (16:40,7)	34:21,0 (51:01,7)	1:04,3 (52:06,0)	22:52,1 (1:14:58,1)	1:14:59 h
17.	17		285	Strickert, Christoph	1986	M 25	3	SV Stahl Henningsdorf	14:55,7	2:33,7 (17:29,4)	35:11,7 (52:41,1)	1:01,2 (53:42,3)	21:52,3 (1:15:34,6)	1:15:35 h
18.	18		208	Schlichting, Olaf	1965	M 45	3	Wandlitz	12:27,9	2:00,0 (14:27,9)	36:24,8 (50:52,7)	1:33,7 (52:26,4)	23:38,0 (1:16:04,4)	1:16:05 h
19.	19		296	Schlarbaum, Mario	1980	M 30	3	Team OPTEGRA	14:51,2	1:44,1 (16:35,3)	35:54,0 (52:29,3)	1:26,6 (53:55,9)	22:21,7 (1:16:17,6)	1:16:18 h
20.	20		232	Stenschke, Michael	1977	M 35	5	Berlin	12:40,8	2:36,2 (15:17,0)	37:10,4 (52:27,4)	1:46,4 (54:13,8)	22:31,3 (1:16:45,1)	1:16:46 h
21.	21		270	Kasselt, Arnd	1959	M 55	2	Klosterfelde	12:56,3	2:00,8 (14:57,1)	36:49,4 (51:46,5)	1:09,9 (52:56,4)	23:56,7 (1:16:53,1)	1:16:54 h
22.		1	219	Wapler, Ulrike	1986	W 25	1	Triathlon Potsdam e.V.	12:00,2	1:22,0 (13:22,2)	37:42,1 (51:04,3)	53,7 (51:58,0)	25:08,4 (1:17:06,4)	1:17:07 h
23.	22		269	Bäwert, Steffen	1994	M 20	1	Radelkollektiv. Brandenburg	13:22,9	2:36,5 (15:59,4)	38:39,9 (54:39,3)	1:18,7 (55:58,0)	21:09,7 (1:17:07,7)	1:17:08 h
24.	23		211	Zeitz, Christian	1974	M 40	5	Flotte Speichen Berlin	13:14,3	1:44,8 (14:59,1)	35:21,2 (50:20,3)	1:08,5 (51:28,8)	25:48,7 (1:17:17,5)	1:17:18 h
25.	24		283	Kauert, Heiko	1969	M 45	4	BVL 99	14:11,0	3:03,9 (17:14,9)	34:03,6 (51:18,5)	1:31,9 (52:50,4)	24:39,6 (1:17:30,0)	1:17:30 h
26.	25		271	Kasselt, Robin	1990	M 20	2	Klosterfelde	12:54,4	1:45,0 (14:39,4)	38:00,1 (52:39,5)	50,3 (53:29,8)	24:12,7 (1:17:42,5)	1:17:43 h
27.		2	258	Martin, Andrea	1970	W 40	1	Berlin	11:19,0	1:28,2 (12:47,2)	40:03,8 (52:51,0)	1:08,0 (53:59,0)	23:48,9 (1:17:47,9)	1:17:48 h
28.	26		245	Fritsche, Jens	1964	M 50	1	Flotte Speichen Berlin	11:57,9	2:17,4 (14:15,3)	38:13,2 (52:28,5)	1:26,5 (53:55,0)	24:04,5 (1:17:59,5)	1:18:00 h
29.	27		281	Prüfer, René	1965	M 45	5	Team Erdinger Alkoholfrei	13:12,8	2:21,1 (15:33,9)	37:04,5 (52:38,4)	1:31,4 (54:09,8)	24:38,8 (1:18:48,6)	1:18:49 h
30.		3	246	Kuhlmey, Andrea	1967	W 45	1	Bernauer Lauffreunde	14:01,9	1:35,9 (15:37,8)	39:52,1 (55:29,9)	1:12,1 (56:42,0)	22:51,8 (1:19:33,8)	1:19:34 h

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 3

#### Sprint-Triathlon Fortsetzung Gesamtwertung

750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. m.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
31.	28		248	Zimmermann, André	1973	M 40	6	Berlin	17:00,6	2:21,9 (19:22,5)	36:28,7 (55:51,2)	1:48,3 (57:39,5)	22:10,4 (1:19:49,9)	1:19:50 h
32.	29		217	Schulz, Christian	1983	M 30	4	Rüdnitz	12:21,4	2:41,7 (15:03,1)	38:32,3 (53:35,4)	1:55,7 (55:31,1)	24:34,7 (1:20:05,8)	1:20:06 h
33.	30		231	Reinke, Roger	1965	M 45	6	Flotte Speichen Berlin	14:08,2	2:51,7 (16:59,9)	38:34,7 (55:34,6)	1:44,8 (57:19,4)	23:09,3 (1:20:28,7)	1:20:29 h
34.	31		277	Bergmann, Holger	1975	M 35	6	Berlin	15:53,2	3:32,4 (19:25,6)	36:26,5 (55:52,1)	1:27,9 (57:20,0)	23:11,9 (1:20:31,9)	1:20:32 h
35.	32		294	Wilde, Christian	1982	M 30	5	Cottbus	14:42,9	3:14,8 (17:57,7)	37:43,2 (55:40,9)	2:50,5 (58:31,4)	22:05,3 (1:20:36,7)	1:20:37 h
36.	33		227	Ziesche, Christian	1979	M 35	7	team pedalage	16:13,4	2:24,2 (18:37,6)	36:07,8 (54:45,4)	1:38,6 (56:24,0)	24:12,8 (1:20:36,8)	1:20:37 h
37.		4	207	Seidel, Maja	1988	W 25	2	Flotte Speichen Berlin	15:21,1	1:42,4 (17:03,5)	40:21,7 (57:25,2)	1:00,4 (58:25,6)	22:15,4 (1:20:41,0)	1:20:41 h
38.	34		265	Koch, Christian	1982	M 30	6	Die Flitzpiepen	14:36,6	2:20,3 (16:56,9)	38:56,7 (55:53,6)	50,1 (56:43,7)	24:31,1 (1:21:14,8)	1:21:15 h
39.		5	205	Draeger, Andrea	1982	W 30	1	berlin	12:30,0	1:47,8 (14:17,8)	40:06,9 (54:24,7)	1:27,2 (55:51,9)	25:53,2 (1:21:45,1)	1:21:46 h
40.	35		244	Dahms, Uwe	1963	M 50	2	Union Klosterfelde	15:10,3	2:34,3 (17:44,6)	38:28,6 (56:13,2)	47,5 (57:00,7)	24:49,2 (1:21:49,9)	1:21:50 h
41.	36		257	Thiele, Alexander	1969	M 45	7	ABS 22 Glienicke	15:22,0	2:34,2 (17:56,2)	39:00,1 (56:56,3)	1:41,8 (58:38,1)	23:46,3 (1:22:24,4)	1:22:25 h
42.	37		226	Wegener, Alexander	1979	M 35	8	team pedalage	12:33,4	2:02,3 (14:35,7)	37:09,2 (51:44,9)	44,6 (52:29,5)	29:55,3 (1:22:24,8)	1:22:25 h
43.	38		214	Dittrich, Dennis	1997	mJgd 16/17	2	Gorinsee	12:29,4	2:45,4 (15:14,8)	40:21,3 (55:36,1)	44,0 (56:20,1)	26:11,0 (1:22:31,1)	1:22:32 h
44.	39		234	Dembski, Benjamin	1983	M 30	7	MBSD	16:31,3	2:47,8 (19:19,1)	39:11,1 (58:30,2)	54,4 (59:24,6)	23:10,6 (1:22:35,2)	1:22:36 h
45.		6	282	Gramsch, Gabi	1967	W 45	2	Berlin	15:11,5	2:25,3 (17:36,8)	39:37,2 (57:14,0)	1:12,6 (58:26,6)	24:10,5 (1:22:37,1)	1:22:38 h

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 4

#### Sprint-Triathlon Fortsetzung Gesamtwertung

750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. mä.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
46.	40		209	Bruchmüller, Rolf	1960	M 50	3	Borgsdorf	15:34,0	2:01,3 (17:35,3)	39:33,0 (57:08,3)	1:10,4 (58:18,7)	24:22,7 (1:22:41,4)	1:22:42 h
47.	41		239	Grünthal, Ronald	1966	M 45	8	BSG Kaminbau Grünthal	15:13,5	2:48,4 (18:01,9)	39:53,1 (57:55,0)	47,2 (58:42,2)	24:11,1 (1:22:53,3)	1:22:54 h
48.	42		263	Hallhuber, Marco	1983	M 30	8	Die Flitzpiepen	17:21,4	1:47,7 (19:09,1)	40:46,4 (59:55,5)	52,8 (1:00:48,3)	22:08,0 (1:22:56,3)	1:22:57 h
49.	43		249	Caroli, Norbert	1981	M 30	9	Laufgemeinschaft BAR-LIN	14:56,2	3:04,4 (18:00,6)	39:50,9 (57:51,5)	48,4 (58:39,9)	24:17,1 (1:22:57,0)	1:22:57 h
50.	44		212	Dittrich, Dirk	1969	M 45	9	Gorinsee	16:25,4	2:46,2 (19:11,6)	39:51,2 (59:02,8)	1:27,2 (1:00:30,0)	22:28,9 (1:22:58,9)	1:22:59 h
51.	45		268	Theis, Andreas	1962	M 50	4	Elanläufer Eberswalde	13:47,7	2:46,3 (16:34,0)	39:37,9 (56:11,9)	2:05,6 (58:17,5)	25:03,6 (1:23:21,1)	1:23:22 h
52.		7	266	Voigt, Christiane	1985	W 25	3	Die Flitzpiepen	15:26,0	1:55,7 (17:21,7)	39:44,7 (57:06,4)	1:23,7 (58:30,1)	24:53,0 (1:23:23,1)	1:23:24 h
53.	46		287	Naethe, Christian	1970	M 40	7	Sportfreunde Friesack	12:49,9	4:20,0 (17:09,9)	39:44,7 (56:54,6)	1:42,9 (58:37,5)	25:11,8 (1:23:49,3)	1:23:50 h
54.		8	240	Hunger, Margrit	1967	W 45	3	Berliner TSC	14:07,6	2:54,0 (17:01,6)	41:09,0 (58:10,6)	1:36,9 (59:47,5)	24:36,4 (1:24:23,9)	1:24:24 h
55.		9	35	Grundmann, Ilka	1962	W 50	1	LG Oberhavel e.V.	14:40,4	1:24,9 (16:05,3)	41:00,1 (57:05,4)	2:51,8 (59:57,2)	24:46,0 (1:24:43,2)	1:24:44 h
56.	47		280	Fiedler, Christoph	1985	M 25	4	Berlin	16:02,7	3:21,5 (19:24,2)	38:48,0 (58:12,2)	1:39,3 (59:51,5)	25:42,4 (1:25:33,9)	1:25:34 h
57.	48		261	Meinecke, Ulrich	1975	M 35	9	A3K Berlin	13:58,4	1:12,4 (15:10,8)	40:54,4 (56:05,2)	1:10,9 (57:16,1)	28:24,5 (1:25:40,6)	1:25:41 h
58.	49		256	Markoff, Christian	1968	M 45	10	Family and Friends	14:13,1	2:51,9 (17:05,0)	42:38,7 (59:43,7)	1:11,4 (1:00:55,1)	24:48,8 (1:25:43,9)	1:25:44 h
59.		10	247	Raab, Anke	1963	W 50	2	BSG TK	16:59,1	2:22,3 (19:21,4)	41:20,3 (1:00:41,7)	1:23,7 (1:02:05,4)	24:39,0 (1:26:44,4)	1:26:45 h
60.		11	238	Sprögel, Maren	1968	W 45	4	Psychoflitzer	17:02,7	2:52,1 (19:54,8)	40:41,7 (1:00:36,5)	47,7 (1:01:24,2)	25:40,9 (1:27:05,1)	1:27:06 h

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 5

#### Sprint-Triathlon Fortsetzung Gesamtwertung

750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. mä.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
61.	50		290	Protz, Alexander	1976	M 35	10	Birkenwerder	18:15,8	1:53,8 (20:09,6)	39:48,9 (59:58,5)	1:45,4 (1:01:43,9)	25:22,8 (1:27:06,7)	1:27:07 h
62.	51		273	Auth, Jörg	1978	M 35	11	www.dieturnmaeuse.de	16:12,4	3:33,9 (19:46,3)	40:02,7 (59:49,0)	1:46,3 (1:01:35,3)	26:11,8 (1:27:47,1)	1:27:48 h
63.		12	210	Kupka, Ramona	1981	W 30	2	SV Stahl Hennigsdorf	15:53,8	1:34,1 (17:27,9)	43:15,9 (1:00:43,8)	42,6 (1:01:26,4)	26:41,8 (1:28:08,2)	1:28:09 h
64.	52		250	Leuschner, Jürgen	1977	M 35	12	Bernauer Lauffreundefreund	13:19,9	2:29,9 (15:49,8)	40:58,5 (56:48,3)	1:46,6 (58:34,9)	29:43,5 (1:28:18,4)	1:28:19 h
65.	53		278	Fuellhase, Dirk	1971	M 40	8	Ludwigsfelde	14:50,0	2:18,0 (17:08,0)	42:42,3 (59:50,3)	1:25,7 (1:01:16,0)	28:16,3 (1:29:32,3)	1:29:33 h
66.		13	215	Dittrich, Denise	1996	Juniorinnen	1	Gorinsee	13:16,9	2:29,0 (15:45,9)	41:11,2 (56:57,1)	1:18,8 (58:15,9)	31:34,7 (1:29:50,6)	1:29:51 h
67.		14	213	Dittrich, Cornelia	1970	W 40	2	Gorinsee	13:53,4	3:38,4 (17:31,8)	43:13,2 (1:00:45,0)	1:00,0 (1:01:45,0)	29:03,2 (1:30:48,2)	1:30:49 h
68.		15	241	Hammer, Deike	1969	W 45	5	BSG Kaminbau Grünthal	14:22,2	2:56,3 (17:18,5)	40:49,5 (58:08,0)	1:03,9 (59:11,9)	32:02,5 (1:31:14,4)	1:31:15 h
69.		16	276	Orawetz, Gerlinde	1963	W 50	3	Greifswald	16:22,2	1:51,1 (18:13,3)	42:33,1 (1:00:46,4)	1:24,2 (1:02:10,6)	29:34,1 (1:31:44,7)	1:31:45 h
70.	54		254	Neubert, Haig	1979	M 35	13	Berlin	16:22,9	2:42,0 (19:04,9)	40:49,0 (59:53,9)	1:47,8 (1:01:41,7)	31:09,4 (1:32:51,1)	1:32:52 h
71.		17	242	Wehr, Katharina	1983	W 30	3	Berlin	14:00,6	3:13,4 (17:14,0)	45:15,0 (1:02:29,0)	1:06,1 (1:03:35,1)	29:24,1 (1:32:59,2)	1:33:00 h
72.		18	224	Herrmann, Katja	1971	W 40	3	Berlin	16:10,8	2:55,5 (19:06,3)	42:32,0 (1:01:38,3)	1:43,9 (1:03:22,2)	29:45,0 (1:33:07,2)	1:33:08 h
73.		19	275	Neumann, Stefanie	1984	W 30	4	Berlin	16:01,4	1:57,8 (17:59,2)	43:27,2 (1:01:26,4)	54,0 (1:02:20,4)	30:49,8 (1:33:10,2)	1:33:11 h
74.	55		203	Kimm, André	1969	M 45	11	Berlin	21:05,6	2:22,4 (23:28,0)	41:14,0 (1:04:42,0)	1:18,1 (1:06:00,1)	27:50,2 (1:33:50,3)	1:33:51 h
75.	56		218	Wolff, Steffen	1963	M 50	5	TV KaroW	15:51,6	3:16,1 (19:07,7)	42:34,4 (1:01:42,1)	1:00,6 (1:02:42,7)	32:14,1 (1:34:56,8)	1:34:57 h

### 3. Optegra Liepnitzsee-Triathlon

Bernauer Lauffreunde

Ergebnisliste

22.06.2014

Seite 6

#### Sprint-Triathlon Fortsetzung Gesamtwertung

750 m Schw., 20 km Rad, 5 km Lauf

Platz	Pl. mä.	Pl. wei.	Stnr	Name, Vorname	Geb	AK	Platz AKI.	Verein	Zwischenzeiten				Leistung	
									750 m Schw.	Wechsel 1	20 km Rad	Wechsel 2	5 km Lauf	
76.	57		228	Ferdyn, Marian	1983	M 30	10	team pedalage	17:55,0	2:33,2 (20:28,2)	43:27,3 (1:03:55,5)	1:14,4 (1:05:09,9)	30:29,5 (1:35:39,4)	1:35:40 h
76.		20	229	Brasch, Maria	1985	W 25	4	team pedalage	16:14,0	2:43,7 (18:57,7)	45:01,4 (1:03:59,1)	1:13,5 (1:05:12,6)	30:26,8 (1:35:39,4)	1:35:40 h
78.		21	253	Jahn, Doreen	1984	W 30	5	Berlin Lichtenberg	17:42,1	2:30,5 (20:12,6)	45:00,0 (1:05:12,6)	1:58,6 (1:07:11,2)	29:06,8 (1:36:18,0)	1:36:18 h
79.	58		481	Thome, Gunnar	1968	M 45	12	Wandlitz	13:59,3	2:49,4 (16:48,7)	50:37,3 (1:07:26,0)	1:33,8 (1:08:59,8)	29:11,1 (1:38:10,9)	1:38:11 h
80.	59		255	Wiese, Robert	1953	M 60	1	Ahrensfelde	19:23,7	3:02,9 (22:26,6)	45:26,7 (1:07:53,3)	2:42,7 (1:10:36,0)	28:28,0 (1:39:04,0)	1:39:04 h
81.		22	233	Braune, Mareile	1961	W 50	4	Berlin	17:30,4	2:55,3 (20:25,7)	46:36,2 (1:07:01,9)	1:26,9 (1:08:28,8)	31:31,6 (1:40:00,4)	1:40:01 h
82.		23	259	Ueberschär, Ina	1952	W 60	1	LFV Oberholz	17:07,1	3:18,0 (20:25,1)	51:14,5 (1:11:39,6)	2:26,1 (1:14:05,7)	35:01,2 (1:49:06,9)	1:49:07 h

82 Finisher