

<b>5 km</b>		<b>März</b>	<b>April</b>	<b>Mai</b>
Volker Oetjen	M 50	21:06		
Frank Bullerdiel	M 55	22:19		
Christien Jungsthöfel	W 45	25:54		
Natascha Eilers	W 50	33:20		
Meike Hots	W 45	59:46		
Anja Bölts	W 45	59:46		
Dagmar Gerdes	W 55	59:46		
Astrid Bosse-Waschitschek	W 45	59:46		

<b>10 km</b>		<b>März</b>	<b>April</b>	<b>Mai</b>
Thomas Eilers	M 55	55:23		
Gerhard Sander		1:00:14		
Oliver König	M 50	1:02:02		
Ina Treysse	W 40	1:05:31		
Joachim Scholz	M 45	1:05:31		

<b>15 km</b>		<b>März</b>	<b>April</b>	<b>Mai</b>
Frank Behrens	M 50	1:00:55		
Dirk Fortmann	M 45	1:11:14		
Bianca Fortmann	W 45	1:37:38		

<b>21,1 km</b>		<b>März</b>	<b>April</b>	<b>Mai</b>
Markus Groß	M 40	1.52:10		