

# ROW & RUN

## Bestzeiten seit 2000 auf Standardstrecken

### männlich Sprint 500m + 800m

| Jahr | Name    | Vorname   | Geb. Jahr | M / W | KLASSE         | Verein        | ErgoZeit mm:ss,s | Laufzeit netto | Geszeit mm:ss,s |
|------|---------|-----------|-----------|-------|----------------|---------------|------------------|----------------|-----------------|
| 2006 | Leipelt | Sebastian | 97        | M     | Kinder 10 uj   | MTV Vorsfelde | 02:49,2          | 04:03,8        | 06:53,0         |
| 2007 | Rolka   | Leopold   | 95        | M     | Schüler 11/12  | WRC           | 02:15,7          | 03:06,5        | 05:22,2         |
| 2011 | Rogge   | Lukas     | 98        | M     | Schüler 13/14* | Münderner RV  | 01:58,7          | 03:10,6        | 05:09,3         |

### Männer 2000m + 3000m

|      |          |          |    |   |             |                      |         |         |         |
|------|----------|----------|----|---|-------------|----------------------|---------|---------|---------|
| 2009 | Bosse    | Jasper   | 95 | M | SchülerA_L  | RK N BS              | 07:50,4 | 12:44,2 | 20:34,6 |
| 2006 | Arnold   | Matthias | 90 | M | Junioren B  | Hildh.RC             | 07:04,9 | 11:24,5 | 18:29,4 |
| 2008 | Arnold   | Matthias | 90 | M | Junioren A  | Hildh.RC             | 06:36,8 | 10:45,5 | 17:22,3 |
| 2009 | Heise    | Jan      | 71 | M | Hauptklasse | Halles.RV Böllbg./ N | 06:42,0 | 10:41,7 | 17:23,7 |
| 2011 | Heise    | Jan      | 71 | M | Masters 40+ | Halles.RV Böllbg./ N | 06:35,8 | 10:41,8 | 17:17,6 |
| 2007 | Strecker | Klaus    | 55 | M | Masters 50+ | MTV Vorsfelde        | 07:54,8 | 12:52,1 | 20:46,9 |
| 2007 | Loeck    | Harald   | 46 | M | Masters 60+ | Wob RC               | 07:50,4 | 14:01,5 | 21:51,9 |

### weiblich Sprint 500m + 800m

|      |      |           |    |   |                |         |         |         |         |
|------|------|-----------|----|---|----------------|---------|---------|---------|---------|
| 2007 | Heil | Katharina | 97 | W | Kinder         | Wob. RC | 02:35,4 | 03:35,8 | 06:11,2 |
| 2008 | Heil | Katharina | 97 | W | Schüler 11/12  | Wob. RC | 02:18,2 | 03:02,2 | 05:20,4 |
| 2008 | Heil | Sophie    | 94 | W | Schüler 13/14* | Wob. RC | 01:58,9 | 02:49,2 | 04:48,1 |

### Frauen 2000m + 3000m

|      |           |          |    |   |             |                    |         |         |         |
|------|-----------|----------|----|---|-------------|--------------------|---------|---------|---------|
| 2006 | Thiede    | Pia      | 92 | W | Schüler A_L | Wob RC             | 08:01,5 | 14:24,4 | 22:25,9 |
| 2007 | Schütt    | Wiebke   | 92 | W | Junioren B  | RGF Lehrte/S       | 08:00,4 | 13:37,8 | 21:38,2 |
| 2009 | Giesemann | Nadine   | 92 | W | Junioren A  | RGF Lehrte/S       | 07:49,2 | 13:32,0 | 21:21,2 |
| 2011 | Hipler    | Elke     | 78 | W | Hauptklasse | R Angaria Hannover | 07:08,1 | 11:40,7 | 18:48,8 |
| 2009 | Flohr     | Birgit   | 68 | W | Masters 40+ | R Angaria Hannover | 07:58,2 | 13:43,4 | 21:41,6 |
| 2007 | Schulze   | Brigitte | 53 | W | Masters 50+ | MTV Vorsfelde      | 09:07,1 | 16:19,9 | 25:27,0 |
| 2004 | Michel    | Birgit   | 44 | W | Masters 60+ | Ori-lauf TVJ WOB   | 10:45,3 | 15:00,3 | 25:45,6 |