

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|-----------------------------|--------------------|------------|----------|--------|------------------------|--------|
| Kurzstrecke 3000 M | | | | | | |
| weibliche Jugend U18 | | | | | | |
| 1. | Nele Alfig | 14:44 Min. | 1249 | 2003 | DJK Arminia Ibbenbüren | 4 |
| n.a. | Anna Kamp | Min. | 1241 | 2002 | TV Mettingen | |
| n.a. | Mariam Ibrahim | Min. | 1075 | 2003 | LG Brillux Münster | |
| weibliche Jugend U20 | | | | | | |
| 1. | Marie-Sophie Linde | 18:27 Min. | 1058 | 2001 | LAV Rheine | 15 |
| 2. | Annalena Schröder | 19:54 Min. | 1057 | 2001 | LAV Rheine | 16 |
| a.k. | Carla Weiser | 13:37 Min. | 1100 | 2000 | LG Rosendahl | |
| Frauen | | | | | | |
| 1. | Saskia Schmiemann | 11:49 Min. | 1206 | 1991 | SV Teuto Riesenbeck | 1 |
| a.k. | Frederike Straeten | 11:58 Min. | 1246 | 1992 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Margot Wyrwoll | 12:39 Min. | 1076 | 1991 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Sarah Ohmscheiper | Min. | 1097 | 1998 | LG Rheine-Elte | |
| n.a. | Linda Keller | Min. | 1126 | 1990 | Marathon Ibbenbüren | |
| n.a. | Anna Lienkamp | Min. | 1127 | 1998 | Marathon Ibbenbüren | |
| n.a. | Lea Sophie Neumann | Min. | 1207 | 1999 | SV Teuto Riesenbeck | |
| n.a. | Lea Hartwig | Min. | 1077 | 1999 | LG Brillux Münster | |
| Seniorinnen W30 | | | | | | |
| 1. | Kerstin Biekötter | 12:44 Min. | 1129 | 1988 | Marathon Ibbenbüren | 2 |
| n.a. | Mareike Fischer | Min. | 1130 | 1985 | Marathon Ibbenbüren | |
| n.a. | Bergmeier Carla | Min. | 1131 | 1985 | Marathon Ibbenbüren | |
| Seniorinnen W35 | | | | | | |
| 1. | Linda Börgel-Simon | 13:39 Min. | 1251 | 1980 | Marathon Ibbenbüren | 3 |
| 2. | Grewe Daniela | 17:28 Min. | 1133 | 1981 | Marathon Ibbenbüren | 10 |
| 3. | Eva Wrocklage | 17:54 Min. | 1132 | 1981 | Marathon Ibbenbüren | 14 |
| Seniorinnen W45 | | | | | | |
| 1. | Jenny Wallmeier | 17:15 Min. | 1208 | 1974 | SV Teuto Riesenbeck | 8 |
| 2. | Hofmann Petra | 17:45 Min. | 1134 | 1970 | Marathon Ibbenbüren | 13 |
| Seniorinnen W50 | | | | | | |
| 1. | Breckweg Birgit | 16:54 Min. | 1135 | 1965 | Marathon Ibbenbüren | 5 |
| 2. | Birgit Bölker | 17:10 Min. | 1153 | 1966 | SC Altenrheine | 7 |
| 3. | Lienkamp Annette | 17:25 Min. | 1137 | 1967 | Marathon Ibbenbüren | 9 |
| n.a. | Voß Iris | Min. | 1136 | 1966 | Marathon Ibbenbüren | |
| Seniorinnen W55 | | | | | | |
| 1. | Ruth Kerk | 16:58 Min. | 1166 | 1963 | SV Dickenberg | 6 |
| 2. | Meer Sigrid | 17:29 Min. | 1138 | 1964 | Marathon Ibbenbüren | 11 |
| 3. | Gisela Witt | 17:42 Min. | 1167 | 1960 | SV Dickenberg | 12 |
| männliche Jugend U18 | | | | | | |
| 1. | Henrik Lindstrot | 10:20 Min. | 1222 | 2003 | TuS Germania Horstmar | 1 |
| 2. | Lennart Lindstrot | 11:08 Min. | 1223 | 2003 | TuS Germania Horstmar | 7 |
| 3. | Lukas Donnermeyer | 11:27 Min. | 1236 | 2002 | TV Mettingen | 8 |
| 4. | Lucius Spilker | 12:14 Min. | 1018 | 2002 | DJK Arminia Ibbenbüren | 10 |
| 5. | Cameron Thompson | 12:28 Min. | 1020 | 2003 | DJK Arminia Ibbenbüren | 12 |
| 6. | Jan Keller | 12:51 Min. | 1019 | 2003 | DJK Arminia Ibbenbüren | 13 |
| 7. | Luca Borghammer | 13:24 Min. | 1201 | 2002 | SV Teuto Riesenbeck | 15 |

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|-------|-------------------|------------|----------|--------|--------------------|--------|
| a.k. | Finn Ponick | 10:36 Min. | 1101 | 2003 | LSF Münster | |
| a.k. | Jean-Benoît Merté | 10:31 Min. | 1069 | 2002 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Felix Becker | 11:11 Min. | 1070 | 2002 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Marco Sietmann | 10:18 Min. | 1078 | 2002 | LG Coesfeld | |

männliche Jugend U20

| | | | | | | |
|------|----------------|------------|------|------|--------------------|---|
| 1. | Paul Kamp | 10:48 Min. | 1237 | 2001 | TV Mettingen | 4 |
| a.k. | Jari Bender | 10:16 Min. | 1071 | 2000 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Jens Kassebeer | 10:47 Min. | 1073 | 2000 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Oskar Enseling | Min. | 1072 | 2001 | LG Brillux Münster | |

Männer

| | | | | | | |
|------|-------------------|------------|------|------|-----------------------------|---|
| 1. | Simon Hilt | 10:38 Min. | 1043 | 1995 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 2 |
| 2. | Timo Gottwald | 10:44 Min. | 1202 | 1994 | SV Teuto Riesenbeck | 3 |
| 3. | Julian Rauß | 11:04 Min. | 1044 | 1997 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 6 |
| n.a. | Marvin Saldsieder | Min. | 1094 | 1994 | LG Rheine-Elte | |
| n.a. | Justin Lukas | Min. | 1074 | 1997 | LG Brillux Münster | |

Senioren M35

| | | | | | | |
|------|-------------------|------------|------|------|-----------------------------|----|
| 1. | Patrick Windoffer | 10:56 Min. | 1204 | 1980 | SV Teuto Riesenbeck | 5 |
| 2. | Markus Te Poel | 14:04 Min. | 1250 | 1980 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 23 |
| 3. | Daniel Katzmann | 14:12 Min. | 1114 | 1980 | Marathon Ibbenbüren | 24 |
| n.a. | Patrick Gödicke | Min. | 1203 | 1981 | SV Teuto Riesenbeck | |

Senioren M40

| | | | | | | |
|----|----------------|------------|------|------|---------------------|----|
| 1. | Daniel Verlage | 13:33 Min. | 1115 | 1979 | Marathon Ibbenbüren | 17 |
| 2. | Dirk Knierim | 15:38 Min. | 1238 | 1977 | TV Mettingen | 27 |

Senioren M45

| | | | | | | |
|----|-------------------|------------|------|------|---------------------|----|
| 1. | Christoph Niehues | 12:54 Min. | 1096 | 1972 | LG Rheine-Elte | 14 |
| 2. | Robert Strotmann | 13:46 Min. | 1116 | 1970 | Marathon Ibbenbüren | 19 |
| 3. | Markus Wolff | 13:46 Min. | 1151 | 1974 | SC Altenrheine | 20 |
| 4. | Frank Uphaus | 14:19 Min. | 1095 | 1973 | LG Rheine-Elte | 25 |

Senioren M50

| | | | | | | |
|------|-------------------|------------|------|------|------------------------|----|
| 1. | Andreas Gößling | 12:06 Min. | 1205 | 1967 | SV Teuto Riesenbeck | 9 |
| 2. | Jörg Kamp | 12:27 Min. | 1239 | 1969 | TV Mettingen | 11 |
| 3. | Karl-Heinz Alfing | 13:58 Min. | 1021 | 1965 | DJK Arminia Ibbenbüren | 21 |
| 4. | Ulrich Hermann | 16:10 Min. | 1118 | 1967 | Marathon Ibbenbüren | 28 |
| n.a. | Reiner Schnetgöke | Min. | 1117 | 1966 | Marathon Ibbenbüren | |

Senioren M55

| | | | | | | |
|------|-------------------|------------|------|------|-----------------------------|----|
| 1. | Rainer Rottmann | 13:36 Min. | 1119 | 1961 | Marathon Ibbenbüren | 18 |
| 2. | Norbert Schriever | 14:04 Min. | 1120 | 1963 | Marathon Ibbenbüren | 22 |
| n.a. | Harald Grimme | Min. | 1045 | 1964 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | |

Senioren M60

| | | | | | | |
|------|--------------------|------------|------|------|---------------------|----|
| 1. | Manfred Ricklin | 13:30 Min. | 1152 | 1956 | SC Altenrheine | 16 |
| 2. | Heinz Gawinski | 14:51 Min. | 1123 | 1956 | Marathon Ibbenbüren | 26 |
| 3. | Siegfried Hanemann | 17:05 Min. | 1121 | 1956 | Marathon Ibbenbüren | 30 |
| n.a. | Ulrich Katzmann | Min. | 1122 | 1955 | Marathon Ibbenbüren | |

Senioren M65

| | | | | | | |
|----|--------------------|------------|------|------|---------------------|----|
| 1. | Josef Vismann | 16:48 Min. | 1243 | 1951 | SV Dickenberg | 29 |
| 2. | Gerd-Heinz Schulte | 17:38 Min. | 1124 | 1951 | Marathon Ibbenbüren | 31 |

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|---------------------|------------------|------|----------|--------|---------------------|--------|
| Senioren M70 | | | | | | |
| n.a. | Wilfried Deckers | Min. | 1125 | 1946 | Marathon Ibbenbüren | |

Cross Kinder 1200 M

Kinder (weiblich) U10

| | | | | | | |
|------|-----------------------------|------------|------|------|------------------------|----|
| 1. | Milla Börgel | 05:37 Min. | 1007 | 2010 | DJK Arminia Ibbenbüren | 1 |
| 2. | Marie Middendorf | 05:41 Min. | 1183 | 2011 | SV Teuto Riesenbeck | 2 |
| 3. | Jula Deiters | 05:43 Min. | 1214 | 2010 | TB Burgsteinfurt | 3 |
| 4. | Julia Stoyke | 05:56 Min. | 1215 | 2010 | TB Burgsteinfurt | 4 |
| 5. | Anni Hagspihl | 06:05 Min. | 1053 | 2011 | LAV Rheine | 5 |
| 6. | Eva Deitmaring | 06:19 Min. | 1220 | 2011 | TuS Germania Horstmar | 6 |
| 7. | Marit Overmeyer | 06:19 Min. | 1023 | 2010 | DJK Arminia Ibbenbüren | 7 |
| 8. | Lena Jostmeier | 06:21 Min. | 1022 | 2010 | DJK Arminia Ibbenbüren | 8 |
| 9. | Lisa Fromme | 06:27 Min. | 1228 | 2011 | TV Mettingen | 9 |
| 10. | Eva Berghaus | 06:35 Min. | 1054 | 2011 | LAV Rheine | 10 |
| 11. | Jana Rode | 06:39 Min. | 1055 | 2010 | LAV Rheine | 11 |
| 12. | Sarah Middendorf | 06:45 Min. | 1184 | 2011 | SV Teuto Riesenbeck | 12 |
| 13. | Lea Bouhier | 06:53 Min. | 1052 | 2011 | LAV Rheine | 13 |
| 14. | Joke Wienecke | 07:05 Min. | 1008 | 2010 | DJK Arminia Ibbenbüren | 14 |
| 15. | Marie Lagemann | 07:07 Min. | 1182 | 2011 | SV Teuto Riesenbeck | 15 |
| a.k. | Eva-Lotte Salow | 05:54 Min. | 1248 | 2010 | TG Münster | |
| a.k. | Klara Katharina Blumentritt | 08:20 Min. | 1256 | 2011 | TG Münster | |
| n.a. | Laura Uphaus | Min. | 1087 | 2011 | LG Rheine-Elte | |

Kinder (männlich) U10

| | | | | | | |
|------|--------------------|------------|------|------|-----------------------------|----|
| 1. | Jakob Beyer | 05:04 Min. | 1171 | 2010 | SV Teuto Riesenbeck | 1 |
| 2. | David Krüer | 05:04 Min. | 1172 | 2010 | SV Teuto Riesenbeck | 2 |
| 3. | Luca Ebeler | 05:11 Min. | 1162 | 2010 | SV Cheruskia Laggenbeck | 3 |
| 4. | Jakob Scholz | 05:23 Min. | 1027 | 2010 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 4 |
| 5. | Emil Lorenz | 05:33 Min. | 1048 | 2011 | LAV Rheine | 5 |
| 6. | Leo Ernsting | 05:36 Min. | 1084 | 2010 | LG Rheine-Elte | 6 |
| 7. | Johann Weber | 05:39 Min. | 1253 | 2010 | DJK Arminia Ibbenbüren | 7 |
| 8. | Simon Kuhlemann | 05:45 Min. | 1082 | 2010 | LG Rheine-Elte | 8 |
| 9. | Titus Brüning | 05:50 Min. | 1083 | 2010 | LG Rheine-Elte | 9 |
| 10. | David Laurenz | 05:53 Min. | 1085 | 2010 | LG Rheine-Elte | 10 |
| 11. | Jonne Petersen | 05:54 Min. | 1161 | 2011 | SV Cheruskia Laggenbeck | 11 |
| 12. | Ben Jarves | 05:56 Min. | 1049 | 2011 | LAV Rheine | 12 |
| 13. | Linus Lüttmann | 06:03 Min. | 1169 | 2011 | SV Teuto Riesenbeck | 13 |
| 14. | Moritz Venker | 06:15 Min. | 1026 | 2011 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 14 |
| 15. | Jason Dyk | 06:23 Min. | 1003 | 2011 | DJK Arminia Ibbenbüren | 15 |
| 16. | Jost Gotke | 06:40 Min. | 1080 | 2011 | LG Rheine-Elte | 16 |
| 17. | Jonah Ottenhues | 06:51 Min. | 1168 | 2011 | SV Teuto Riesenbeck | 17 |
| 18. | Mika Raschke | 06:53 Min. | 1224 | 2010 | TV Mettingen | 18 |
| 19. | Erik Möller | 06:55 Min. | 1081 | 2011 | LG Rheine-Elte | 19 |
| 20. | Theo Berghaus | 07:00 Min. | 1170 | 2010 | SV Teuto Riesenbeck | 20 |
| 21. | Ben Lukas Hagedorn | 07:06 Min. | 1050 | 2011 | LAV Rheine | 21 |
| a.k. | Emil Cremers | 05:33 Min. | 1247 | 2010 | TG Münster | |
| a.k. | Leo Blumentritt | 05:07 Min. | 1259 | 2010 | TG Münster | |
| n.a. | Tilo Raberg | Min. | 1004 | 2011 | DJK Arminia Ibbenbüren | |

Cross Schüler 1600 M

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|-----------------------|-------------------------|------------|----------|--------|-----------------------------|--------|
| Kinder (weiblich) U12 | | | | | | |
| 1. | Leni Heidotting | 07:06 Min. | 1030 | 2009 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 1 |
| 2. | Louisa Gehrmann | 07:07 Min. | 1089 | 2008 | LG Rheine-Elte | 2 |
| 3. | Marie Uphaus | 07:30 Min. | 1088 | 2008 | LG Rheine-Elte | 3 |
| 4. | Maja Venker | 07:35 Min. | 1031 | 2009 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 4 |
| 5. | Milla Berghaus | 07:41 Min. | 1056 | 2008 | LAV Rheine | 5 |
| 6. | Alida Ernst | 07:52 Min. | 1217 | 2008 | TB Burgsteinfurt | 6 |
| 7. | Josje Bartmann | 08:00 Min. | 1242 | 2009 | TB Burgsteinfurt | 7 |
| 8. | Emma Lütke-Lefert | 08:02 Min. | 1216 | 2009 | TB Burgsteinfurt | 8 |
| 9. | Anna Wallmeier | 08:04 Min. | 1185 | 2009 | SV Teuto Riesenbeck | 9 |
| 10. | Merle Potthoff | 08:30 Min. | 1229 | 2009 | TV Mettingen | 10 |
| 11. | Fiona Lammerskitten | 09:10 Min. | 1009 | 2009 | DJK Arminia Ibbenbüren | 11 |
| a.k. | Linette Kaiser | 08:22 Min. | 1218 | 2009 | TG Münster | |
| a.k. | Henriette Bohn | 08:26 Min. | 1219 | 2008 | TG Münster | |
| a.k. | Lotte-Marie Blumentritt | 07:21 Min. | 1255 | 2009 | TG Münster | |

Kinder (männlich) U12

| | | | | | | |
|------|-------------------|------------|------|------|-----------------------------|----|
| 1. | Florian Wallmeier | 06:39 Min. | 1177 | 2008 | SV Teuto Riesenbeck | 1 |
| 2. | Mattes Oechtering | 06:57 Min. | 1174 | 2009 | SV Teuto Riesenbeck | 2 |
| 3. | Nico Ahlert | 07:00 Min. | 1028 | 2009 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 3 |
| 4. | Mattis Gödicke | 07:05 Min. | 1178 | 2008 | SV Teuto Riesenbeck | 4 |
| 5. | Julius Weber | 07:11 Min. | 1252 | 2008 | DJK Arminia Ibbenbüren | 5 |
| 6. | Jonas Kuhlemann | 07:27 Min. | 1086 | 2008 | LG Rheine-Elte | 6 |
| 7. | Timon Ottenhues | 07:28 Min. | 1176 | 2008 | SV Teuto Riesenbeck | 7 |
| 8. | Jonas Herrmann | 07:29 Min. | 1175 | 2008 | SV Teuto Riesenbeck | 8 |
| 9. | Paul Kerßen | 07:36 Min. | 1163 | 2009 | SV Cheruskia Laggenbeck | 9 |
| 10. | Malte Potthoff | 07:44 Min. | 1225 | 2009 | TV Mettingen | 10 |
| 11. | Mika Bockholt | 07:44 Min. | 1173 | 2009 | SV Teuto Riesenbeck | 11 |
| 12. | Tido Müller | 07:46 Min. | 1226 | 2009 | TV Mettingen | 12 |
| 13. | Mats Heine | 07:48 Min. | 1227 | 2009 | TV Mettingen | 13 |
| a.k. | Johann Wömpener | 06:55 Min. | 1154 | 2008 | SC Preußen Münster | |
| n.a. | Christoph Schüler | Min. | 1213 | 2008 | TB Burgsteinfurt | |

Cross Jugend 2200 M

weibliche Jugend U14

| | | | | | | |
|------|--------------------|------------|------|------|-----------------------------|----|
| 1. | Magdalena Dahme | 09:39 Min. | 1221 | 2007 | TuS Germania Horstmar | 1 |
| 2. | Theresa Broghammer | 10:02 Min. | 1186 | 2007 | SV Teuto Riesenbeck | 2 |
| 3. | Johanna Herkenhoff | 10:39 Min. | 1010 | 2007 | DJK Arminia Ibbenbüren | 3 |
| 4. | Lotta Hespig | 11:19 Min. | 1011 | 2007 | DJK Arminia Ibbenbüren | 4 |
| 5. | Maxine Möllmeier | 11:41 Min. | 1187 | 2007 | SV Teuto Riesenbeck | 5 |
| 6. | Lotta Tormöhlen | 11:56 Min. | 1012 | 2006 | DJK Arminia Ibbenbüren | 6 |
| 7. | Matea Stratemeier | 11:59 Min. | 1025 | 2007 | DJK Arminia Ibbenbüren | 7 |
| 8. | Jule Ahlert | 12:16 Min. | 1032 | 2007 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 8 |
| 9. | Beatrice Kellers | 12:22 Min. | 1034 | 2007 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 9 |
| 10. | Jara Kamp | 12:25 Min. | 1033 | 2007 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 10 |
| a.k. | Amira Cramer | 12:07 Min. | 1157 | 2007 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Sarih Beckmann | 10:03 Min. | 1158 | 2007 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Sophia Budny | 11:29 Min. | 1159 | 2006 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Ella Lipproß | 10:01 Min. | 1160 | 2006 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Emma Bovekamp | 11:45 Min. | 1002 | 2006 | ASV Süchteln | |
| a.k. | Victoria Herrera | 10:39 Min. | 1064 | 2007 | LG Brillux Münster | |

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|------------------------------|---------------------------|------------|----------|--------|-----------------------------|--------|
| Kinder (männlich) U12 | | | | | | |
| 1. | Lars Bovekamp | 12:09 Min. | 1051 | 2009 | LAV Rheine | 10 |
| männliche Jugend U14 | | | | | | |
| 1. | Daniel Wallmeier | 09:35 Min. | 1181 | 2006 | SV Teuto Riesenbeck | 1 |
| 2. | Ben Luca Kütke | 09:59 Min. | 1212 | 2006 | SW Esch | 2 |
| 3. | Matthis Kleinhaus | 10:08 Min. | 1024 | 2006 | DJK Arminia Ibbenbüren | 3 |
| 4. | Tom Süssholz | 10:19 Min. | 1210 | 2006 | SW Esch | 4 |
| 5. | Kian Eggert | 10:38 Min. | 1211 | 2006 | SW Esch | 5 |
| 6. | Cassian Winkelmann | 10:42 Min. | 1005 | 2007 | DJK Arminia Ibbenbüren | 6 |
| 7. | Simon Book | 10:43 Min. | 1179 | 2007 | SV Teuto Riesenbeck | 7 |
| 8. | Theo Walter | 11:36 Min. | 1180 | 2007 | SV Teuto Riesenbeck | 8 |
| 9. | Jonas Magnus | 12:07 Min. | 1029 | 2006 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 9 |
| a.k. | Keno Glusa | 10:14 Min. | 1155 | 2007 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Peter Hildebrandt | 10:19 Min. | 1156 | 2007 | SC Preußen Münster | |
| a.k. | Nils Bovekamp | 11:45 Min. | 1001 | 2006 | ASV Süchteln | |
| a.k. | Lenn Thomas | 10:19 Min. | 1059 | 2007 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Jonah Ross | 09:12 Min. | 1062 | 2006 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Alexander Schlot | Min. | 1006 | 2006 | DJK Arminia Ibbenbüren | |
| n.a. | Carl Caspary | Min. | 1060 | 2007 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Leonard Dertmann | Min. | 1061 | 2007 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Leo Bieker | Min. | 1063 | 2006 | LG Brillux Münster | |
| Langstrecke 8600 M | | | | | | |
| Frauen | | | | | | |
| 1. | Saskia Schmiemann | 37:07 Min. | 1193 | 1991 | SV Teuto Riesenbeck | 2 |
| 2. | Kira Konermann | 37:16 Min. | 1194 | 1996 | SV Teuto Riesenbeck | 3 |
| a.k. | Kerstin Schulze Kalthoff | 34:44 Min. | 1098 | 1998 | LG Rosendahl | |
| a.k. | Vera Hypki | 38:00 Min. | 1067 | 1998 | LG Brillux Münster | |
| Seniorinnen W30 | | | | | | |
| 1. | Hannah Arlom | 36:30 Min. | 1040 | 1987 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 1 |
| 2. | Kerstin Biekötter | 39:56 Min. | 1258 | 1988 | Marathon Ibbenbüren | 4 |
| Seniorinnen W35 | | | | | | |
| 1. | Linda Börgel-Siemon | 42:12 Min. | 1257 | 1980 | Marathon Ibbenbüren | 6 |
| 2. | Sabrina Raschke | 45:53 Min. | 1232 | 1980 | TV Mettingen | 11 |
| n.a. | Hanna von den Berg | Min. | 1195 | 1982 | SV Teuto Riesenbeck | |
| Seniorinnen W40 | | | | | | |
| 1. | Cornelia Krüer | 42:37 Min. | 1196 | 1975 | SV Teuto Riesenbeck | 7 |
| 2. | Ursula Zech | 44:40 Min. | 1092 | 1976 | LG Rheine-Elte | 9 |
| 3. | Simone Horstmann | 45:59 Min. | 1090 | 1976 | LG Rheine-Elte | 12 |
| n.a. | Dagmar Pape | 48:05 Min. | 1091 | 1975 | LG Rheine-Elte | |
| Seniorinnen W45 | | | | | | |
| 1. | Heike Weidemann | 42:11 Min. | 1149 | 1970 | SC Altenrheine | 5 |
| n.a. | Melanie Auffenberg | Min. | 1148 | 1974 | SC Altenrheine | |
| n.a. | Christa Tebbe | Min. | 1197 | 1973 | SV Teuto Riesenbeck | |
| Seniorinnen W50 | | | | | | |
| 1. | Petra Stöppler | 42:46 Min. | 1140 | 1966 | Marathon Steinfurt | 8 |
| 2. | Marietheres Rudolph-Meier | 50:23 Min. | 1150 | 1968 | SC Altenrheine | 13 |

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|-----------------------------|-----------------------|------------|----------|--------|-----------------------------|--------|
| Seniorinnen W55 | | | | | | |
| 1. | Karin Kleimeyer | 45:03 Min. | 1198 | 1963 | SV Teuto Riesenbeck | 10 |
| männliche Jugend U20 | | | | | | |
| a.k. | Oskar Enseling | 32:08 Min. | 1244 | 2001 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Jari Bender | 31:52 Min. | 1245 | 2000 | LG Brillux Münster | |
| Männer | | | | | | |
| 1. | Paul Kamp | 33:38 Min. | 1230 | 2001 | TV Mettingen | 3 |
| 2. | Lars Henrik Book | 33:58 Min. | 1188 | 1996 | SV Teuto Riesenbeck | 4 |
| 3. | Henrik Lachmann | 36:31 Min. | 1209 | 1998 | SV Teuto Riesenbeck | 7 |
| 4. | Nils Deppen | 37:55 Min. | 1141 | 1994 | SC Altenrheine | 10 |
| a.k. | Justin Lukas | Min. | 1065 | 1997 | LG Brillux Münster | |
| a.k. | Tom Thiemann | 31:37 Min. | 1066 | 1999 | LG Brillux Münster | |
| Senioren M30 | | | | | | |
| 1. | Henrik Sandherm | 37:32 Min. | 1102 | 1987 | Marathon Ibbenbüren | 9 |
| 2. | Jens Ricklin | 38:31 Min. | 1142 | 1987 | SC Altenrheine | 12 |
| 3. | Stefan Remme | 40:35 Min. | 1103 | 1987 | Marathon Ibbenbüren | 24 |
| 4. | Matthias Jansing | 45:51 Min. | 1104 | 1987 | Marathon Ibbenbüren | 31 |
| Senioren M35 | | | | | | |
| 1. | Kai Schrameyer | 39:52 Min. | 1105 | 1984 | Marathon Ibbenbüren | 20 |
| 2. | Bastian Blankemeyer | 42:23 Min. | 1106 | 1980 | Marathon Ibbenbüren | 28 |
| a.k. | Sebastian Blumentritt | 33:40 Min. | 1254 | 1981 | LG Brillux Münster | |
| Senioren M40 | | | | | | |
| 1. | Andreas Pott | 33:12 Min. | 1190 | 1979 | SV Teuto Riesenbeck | 1 |
| 2. | Achim Lehmann | 35:09 Min. | 1189 | 1977 | SV Teuto Riesenbeck | 6 |
| 3. | Andre Pott | 40:34 Min. | 1164 | 1979 | SV Cheruskia Laggenbeck | 23 |
| Senioren M45 | | | | | | |
| 1. | Stefan Goda | 33:13 Min. | 1107 | 1971 | Marathon Ibbenbüren | 2 |
| 2. | Jörg Jäger | 34:26 Min. | 1191 | 1973 | SV Teuto Riesenbeck | 5 |
| 3. | Markus Löckemann | 39:00 Min. | 1260 | 1972 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 13 |
| 4. | Dirk Köther | 39:39 Min. | 1108 | 1972 | Marathon Ibbenbüren | 17 |
| 5. | Kai Knüver | 39:43 Min. | 1139 | 1971 | Marathon Steinfurt | 18 |
| 6. | Markus Wolff | 42:32 Min. | 1143 | 1974 | SC Altenrheine | 30 |
| Senioren M50 | | | | | | |
| 1. | Jörg Kamp | 37:21 Min. | 1231 | 1969 | TV Mettingen | 8 |
| 2. | Hagen Schossig | 39:08 Min. | 1144 | 1968 | SC Altenrheine | 14 |
| 3. | Guido Kamp | 40:23 Min. | 1036 | 1967 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 22 |
| 4. | Meijer Fulco | 41:25 Min. | 1109 | 1969 | Marathon Ibbenbüren | 25 |
| 5. | Guido Bünker | 49:20 Min. | 1035 | 1968 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 33 |
| n.a. | Overmeyer Peter | Min. | 1110 | 1967 | Marathon Ibbenbüren | |
| Senioren M55 | | | | | | |
| 1. | Johannes Kleine | 38:06 Min. | 1111 | 1963 | Marathon Ibbenbüren | 11 |
| 2. | Mittelberg Michael | 39:30 Min. | 1145 | 1960 | SC Altenrheine | 16 |
| 3. | Dieter Gottwald | 39:45 Min. | 1192 | 1962 | SV Teuto Riesenbeck | 19 |
| 4. | Breckweg Bernward | 41:38 Min. | 1112 | 1964 | Marathon Ibbenbüren | 26 |
| 5. | Thomas Kerk | 47:40 Min. | 1165 | 1962 | SV Dickenberg | 32 |

Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2019

Ergebnisliste AK

| Platz | Name | Zeit | Startnr. | Jahrg. | Verein | Punkte |
|-----------------------------|-------------------|------------|----------|--------|-----------------------------|--------|
| Senioren M60 | | | | | | |
| 1. | Günther Thünemann | 39:18 Min. | 1037 | 1958 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 15 |
| 2. | Manfred Ricklin | 40:16 Min. | 1146 | 1956 | SC Altenrheine | 21 |
| 3. | Reinhard Wild | 42:27 Min. | 1147 | 1959 | SC Altenrheine | 29 |
| Senioren M65 | | | | | | |
| 1. | Josef Grond | 42:13 Min. | 1261 | 1953 | Marathon Steinfurt | 27 |
| n.a. | Detlev Runde | Min. | 1113 | 1951 | Marathon Ibbenbüren | |
| Senioren M70 | | | | | | |
| 1. | Paul Venker | 50:27 Min. | 1038 | 1947 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 34 |
| 2. | Albert Krusel | 65:13 Min. | 1039 | 1947 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 35 |
| Kurzstrecke 3000m | | | | | | |
| weibliche Jugend U16 | | | | | | |
| 1. | Anna Trautmann | 15:30 Min. | 1240 | 2005 | TV Mettingen | 1 |
| 2. | Lina Kamp | 16:16 Min. | 1047 | 2004 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 2 |
| 3. | Laura Termöllen | 18:56 Min. | 1046 | 2005 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 3 |
| a.k. | Lisa Kerkhoff | 13:26 Min. | 1099 | 2005 | LG Rosendahl | |
| a.k. | Nele Sietmann | 12:09 Min. | 1079 | 2005 | LG Coesfeld | |
| männliche Jugend U16 | | | | | | |
| 1. | Leo Kamp | 12:15 Min. | 1233 | 2005 | TV Mettingen | 1 |
| 2. | Linus Anneken | 12:41 Min. | 1235 | 2004 | TV Mettingen | 2 |
| 3. | Tim Mariupolski | 12:41 Min. | 1017 | 2004 | DJK Arminia Ibbenbüren | 3 |
| 4. | Leonard Wellmeyer | 12:47 Min. | 1013 | 2005 | DJK Arminia Ibbenbüren | 4 |
| 5. | Mark Petruschka | 13:01 Min. | 1234 | 2004 | TV Mettingen | 5 |
| 6. | Lukas Termöllen | 13:36 Min. | 1042 | 2005 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | 6 |
| 7. | Jannik Wienecke | 13:37 Min. | 1014 | 2005 | DJK Arminia Ibbenbüren | 7 |
| 8. | Henry Brüning | 14:22 Min. | 1093 | 2005 | LG Rheine-Elte | 8 |
| 9. | Sebastian Book | 14:27 Min. | 1200 | 2004 | SV Teuto Riesenbeck | 9 |
| 10. | Till Spilker | 14:56 Min. | 1016 | 2004 | DJK Arminia Ibbenbüren | 10 |
| 11. | Jan Spieker | 15:24 Min. | 1015 | 2005 | DJK Arminia Ibbenbüren | 11 |
| 12. | Ole Gößling | 16:16 Min. | 1199 | 2005 | SV Teuto Riesenbeck | 12 |
| a.k. | Silas Zahlten | 10:33 Min. | 1068 | 2004 | LG Brillux Münster | |
| n.a. | Felix Heidotting | Min. | 1041 | 2005 | Lauf-Gemeinschaft Emsdetten | |

Anzahl Teilnehmer: 260