

Bestenliste SSC Hanau-Rodenbach 2020

FRAUEN

800m				
2:18,49min	Constanze Paoli	WJU18	03	25.07. Regensburg
2:19,71min	Vanessa Mikitenko	W15	05	29.08. Darmstadt
2:26,78min	Mirjam Beschomer	WJU18	03	25.01. Hanau
2:30,81min	Anne Schneider	W14	06	29.08. Darmstadt
2:37,99min	Charlotte Uherek	W14	06	25.07. Regensburg
2:41,14min	Annalena Hamburger	W13	07	30.09. Pfungstadt
2:47,29min	Anne Grabosch	W12	08	09.02. Hanau
2:55,43min	Hanan Gassem	W13	07	09.02. Hanau
1000m				
2:56,58min	Lisa Oed	WJU23	99	03.07. Erfurt
3:29,40min	Charlotte Uherek	W14	06	04.07. Aschaffenburg
1500m				
4:40,37min	Vanessa Mikitenko	W15	05	02.09. Pfungstadt
4:43,24min	Constanze Paoli	WJU18	03	18.07. Aschaffenburg
4:44,31min	Johanna Uherek	WJU18	04	12.07. Leipzig
4:54,89min	Elena Taubel	WJU18	03	08.02. Sindelfingen
5:06,74min	Mona Winter	Frauen	91	30.09. Pfungstadt
5:09,27min	Nessrin Ammerschläger	WJU20	02	18.07. Aschaffenburg
2000m				
7:21,79min	Anne Schneider	W14	06	02.09. Pfungstadt
7:34,0 min.	Annalena Hamburger	W13	07	10.10. Aschaffenburg
7:44,01min	Anne Grabosch	W12	08	02.09. Pfungstadt
9:07,04min	Hanan Gassem	W13	07	02.09. Pfungstadt
3000m				
9:31,46 min.	Lisa Oed	WJU23	99	26.08. Wiesbaden
10:08,32min	Vanessa Mikitenko	W15	05	15.08. Dortmund
10:08,73min	Johanna Uherek	WJU18	04	15.08. Dortmund
10:38,15min	Elena Taubel	WJU18	03	18.01. Frankfurt
10:52,16min	Constanze Paoli	WJU18	03	26.08. Wiesbaden
10:58,53min	Nessrin Ammerschläger	WJU20	02	10.10. Aschaffenburg
11:18,15min	Tatjana Rauhut	Frauen	96	04.07. Aschaffenburg
11:36,85min	Anne Schneider	W14	06	09.09. Westernburg
5000m				
16:21,87min	Lisa Oed	WJU23	99	02.09. Pfungstadt
18:05,93min	Kerstin Bertsch	Frauen	88	11.09. Friedberg
18:46,36min	Mona Winter	Frauen	91	11.09. Friedberg
18:47,33min	Tatjana Rauhut	Frauen	96	11.09. Friedberg
19:11,86 min	Constanze Paoli	WJU18	03	12.09. Aschaffenburg
19:19,01min	Nessrin Ammerschläger	WJU20	02	11.09. Friedberg
19:54,66min.	Angela Schick	WJU23	00	11.09. Friedberg
5km-Straßenlauf				
20:46min.	Anne Schneider	W14	06	18.10. Föhren
21:55min.	Carla Taubel	W14	06	01.02. Jügesheim
23:20min.	Nimora Habtemichael	W11	09	04.01. Jügesheim
10000m				
38:26,2min	Tatjana Rauhut	Frauen	96	18.09. Mengerskirchen
39:25,9min	Mona Winter	Frauen	91	18.09. Mengerskirchen
10km-Straßenlauf				
37:36min.	Kerstin Bertsch	Frauen	88	04.01. Jügesheim
39:23min	Constanze Paoli	WJU18	03	05.12. Rodenbach
41:36min	Elena Taubel	WJU18	03	01.02. Jügesheim
41:44min	Lea Blandamura	WJU18	03	01.02. Jügesheim
45:06 min.	Angela Schick	WJU23	00	04.01. Jügesheim

3x800m					
7:25,78min	Anne Schneider, Elena Taubel, Constanze Paoli	WJU20		12.09. Aschaffenburg	
7:53,71min	Nessrin Amerschläger, Anne Schneider, Linda Habtemichael	Frauen		12.09. Aschaffenburg	
8:27,21min	Hanan Gassem, Anne Grabosch, Annalena Hamburger	WJU16		12.09. Aschaffenburg	
2000m Hindernis					
6:42,06min	Lisa Oed	WJU23	99	15.08.Dortmund	
7:03,75min	Constanze Paoli	WJU18	03	30.09. Pfungstadt	
7:31,04min	Nessrin Ammerschläger	WJU20	02	30.09. Pfungstadt	
Diskuswurf					
29,31m	Sara Lisa Zorn	Frauen	96	12.09.Friedberg	
Speerwurf					
37,76m	Sara Lisa Zorn	Frauen	96	26.01. Frankfurt	
Hammerwurf					
33,03m	Sara Lisa Zorn	Frauen	96	26.01. Frankfurt	
Kugelstoß					
11,30m	Sara Lisa Zorn	Frauen	96	12.09. Friedberg	i
MÄNNER					
200m					
32,25sec	Ralf Hetzel	M60	60	08.02. Stadtallendorf	i
400m					
1:12,16min	Ralf Hetzel	M60	60	08.02. Stadtallendorf	
800m					
1:48,40min	Lukas Abele	Männer	97	01.08. Pfungstadt	
2:10,16min	Cedric Eyerkauf	MJU18	04	30.09. Pfungstadt	
2:11,53min	Tristan Kaufhold	M14	06	29.08. Darmstadt	
2.14,81min	Robin Petzold	MJU18	04	08.02. Hanau	i
2:15,01min	Maximilian Hamburger	MJU20	02	08.02. Hanau	i
2:20,01min	Tom Zukrowski	M15	05	08.02. Hanau	i
2:20,06min	Ingbert Reinke	M40	77	30.09. Pfungstadt	
2:21,40min	Fynn Becker	MJU18	03	08.02. Hanau	i
2:25,81min	Jörg Flohr	M50	67	08.02. Hanau	
2:32,08min	Jonathan Erdniß	M14	06	08.02. Hanau	i
2:37,85min	Nico Debus	M12	08	09.02.Hanau	i
2:39,43min	Christian Mario Ache	M13	07	09.02.Hanau	i
2:45,96min	Ralf Hetzel	M60	60	08.02. Stadtallendorf	i
3:01,00min.	Maxim Pavlovic	M09	11	10.10. Aschaffenburg	
3:28,09min.	Omar Gassem	M09	11	10.10. Aschaffenburg	
1000m					
2:45,05 min.	Julius Hild	MU23	99	10.10. Aschaffenburg	
2:46,13 min.	Tristan Kaufhold	M14	06	10.10. Aschaffenburg	
2:48,32 min.	Robin Petzold	MU18	04	10.10. Aschaffenburg	
2:50,91 min.	Cedric Eyerkauf	MU18	04	10.10. Aschaffenburg	
1500m					
3:40,77min	Lukas Abele	Männer	97	15.08. Dortmund	
3:44,40min	Aaron Bienenfeld	Männer	97	02.09 Pfungstadt	
3:54,17min	Marius Abele	MJU23	00	08.02. Sindelfingen	i
4:00,27min	Julius Hild	MJU23	99	01.08. Pfungstadt	
4:06,51min	Dominik Müller	MJU23	00	18.07. Aschaffenburg	
4:08,95min	Jakob Thöming	MJU23	99	22.09. Göttingen	
4:11,64min	Evan Habtemichael	MJU20	01	18.07. Aschaffenburg	
4:13,00min	Jannik Trunk	Männer	96	18.07. Aschaffenburg	
4:14,18min	Fabian Sposato	Männer	96	18.07. Aschaffenburg	
4:18,30min	David Johnson	Männer	97	18.07. Aschaffenburg	
4:29,33min	Robin Petzold	MJU18	04	18.01. Frankfurt	i
4:42,70min	Ingbert Reinke	M40	77	18.07. Aschaffenburg	
2000m					

5:57,49min	Tristan Kaufhold	M14	06	02.09. Pfungstadt	
6:47,06min	Nico Debus	M12	08	02.09 Pfungstadt	
6:56,98min	Christian Mario Ache	M13	07	02.09 Pfungstadt	
3000m					
8:17,75min	Marius Abele	MJU23	00	19.09. Diez	
8:18,06min	Lukas Abele	Männer	97	19.09. Diez	
8:40,23 min.	Dirk Busch	M40	79	26.08. Wiesbaden	
8:54,17min	Philip Ahne	MJU23	98	30.09. Pfungstadt	
8:56,41min	Jakob Thöming	MJU23	99	01.09. Göttingen	
8:58,64 min.	Fabian Sposato	Männer	96	26.08. Wiesbaden	
8:59,37 min.	Jannik Trunk	Männer	96	26.08. Wiesbaden	
8:59,81 min.	Julius Hild	MJU23	99	26.08. Wiesbaden	
9:10,98min	Jannik Trunk	Männer	96	18.01. Frankfurt	i
9:16,67 min.HR M14	Tristan Kaufhold	M14	06	26.08. Wiesbaden	
9:17,88min	Evan Habtemichael	MJU20	01	25.01. Hanau	i
9:35,01 min.	David Johnson	Männer	97	26.08. Wiesbaden	
9:52,27min	Tristan Kaufhold	M14	06	25.01. Hanau	i
9:58,01 min.	Jonathan Erdniß	M14	06	10.10. Aschaffenburg	
9:59,09min	Robin Petzold	MJU18	04	25.01. Hanau	i
10:08,20min	Ingbert Reinke	M40	77	08.02. Stadtallendorf	i
10:13,33min	Jonathan Erdniß	M14	06	28.08. Melle	
10:30,58min	Tom Zukrowski	M15	05	25.01. Hanau	i
10:30,55min	Jan Nimbler	MJU18	04	18.01. Frankfurt	i
10:39,91min	Noah Blandamura	M15	05	25.01. Hanau	i
11:06,35min	Christian Mario Ache	M13	07	04.07. Aschaffenburg	
5000m					
13:42,72min	Aaron Bienenfeld	Männer	97	11.07. Wien	
14:31,28min	Marius Abele	MJU23	00	02.09 Pfungstadt	
14:37,51min	Dirk Busch	M40	79	02.09 Pfungstadt	
15:00,23 min	Dominik Müller	MJU23	00	11.09. Friedberg	
15:02,46min	Julius Hild	MJU23	99	15.08. Dortmund	
15:09,8min	Fabian Sposato	Männer	96	02.09. Pfungstadt	
15:29,40min	Evan Habtemichael	MJU20	01	25.07. Regensburg	
15:33,48min	Jannik Trunk	Männer	96	02.09. Pfungstadt	
15:39,71min	Jakob Thöming	MJU23	99	08.09. Göttingen	
15:47,79min	Julius Martiny	Männer	97	10.10. Aschaffenburg	
15:51,28min	Philip Ahne	MJU23	98	25.07. Regensburg	
17:25,79 min	Stefan Unger	M35	75	11.09. Friedberg	
17:56,74 min.	Ingbert Reinke	M35	77	12.09. Aschaffenburg	
18:15,05 min	Okubazgiher Teferi Abai	Männer	82	10.10. Aschaffenburg	
18:16,45 min.	Noah Blandamura	M15	05	12.09. Aschaffenburg	
18:41,61 min	Frank Seidel	M55	63	10.10. Aschaffenburg	
5km-Straßenlauf					
15:43 min DR M14	Tristan Kaufhold	M14	06	05.12. Rodenbach	
18:10 min	Nico Debus	M12	08	18.10. Föhren	
18:13 min.	Christian Mario Ache	M13	07	18.10. Föhren	
19:43 min.	Yann-Hendrik Hopp	M13	07	18.10. Föhren	
10000m					
30:47,59min	Marius Abele	MJU23	00	08.08. Hamburg	
31:31,9 min.	Dirk Busch	M40	79	18.09. Mengerskirchen	
31:48,6 min.	Julius Hild	MJU23	99	18.09. Mengerskirchen	
31:58,9 min.	Dominik Müller	MJU23	00	18.09. Mengerskirchen	
32:21,4 min.	Evan Habtemichael	MJU20	01	18.09. Mengerskirchen	
32:49,0 min.	Fabian Sposato	Männer	96	18.09. Mengerskirchen	
33:08,5 min	Philip Ahne	MJU23	98	18.09. Mengerskirchen	
36:34,4 min	Stefan Unger	M35	75	18.09. Mengerskirchen	
36:44,0 min	Markus Riefer	M50	66	18.09. Mengerskirchen	

36:55,1 min	Michael Burkard	Männer	85	18.09. Mengerskirchen
10km-Straßenlauf				
28:31 min.	Aaron Bienenfeld	Männer	97	20.12.Rodenbach
30:17 min.	Marius Abele	MJU23	00	26.09.Berlin
30:35 min.	Dirk Busch	M40	79	05.12.Rodenbach
30:46 min.	Lukas Abele	Männer	97	20.12.Rodenbach
31:48 min.	Julius Hild	MJU23	99	05.12.Rodenbach
32:03 min.	Dominik Müller	MJU23	00	18.10.Föhren
32:18 min."HR M14"	Tristan Kaufhold	M14	06	20.12.Rodenbach
32:57 min.	Julius Martiny	Männer	97	18.10.Föhren
34:07 min.	Fabian Sposato	Männer	96	04.01.Jügesheim
34:14 min.	Evan Habtemichael	MJU20	01	01.02.Jügesheim
35:07 min.	Thomas Kehl	M40	78	29.02.Marburg
35:20 min.	Okubazgiher Teferi Abai	Männer	82	04.01.Jügesheim
36:14 min.	David Johnson	Männer	97	01.02.Jügesheim
36:40 min.	Markus Riefer	M50	66	18.10.Föhren
37:29 min.	Sasha Müller	MJU20	01	01.02.Jügesheim
38:53 min.	Frank Seidel	M55	63	04.01.Jügesheim
39:55 min.	Noah Blandamura	M15	05	01.02.Jügesheim
10km-Straßenlauf	Mannschaftswertung			
1:29:58h	Bienenfeld, Abele, M., Abele, L.	Männer		20.12.Rodenbach
Halbmarathon				
1:02:32h	Aaron Bienenfeld	Männer	97	8.11. Dresden
1:12:00h	Marius Abele	MJU23	00	29.02.Marburg
1:37:13h	Marco Klinger	Männer		29.02.Marburg
3x800m				
7:53,37 min.	Endlich, Hopp, Ache	U14		12.09. Aschaffenburg
3x1000m				
7:48,30min	Jakob Thöming, Julius Hild, Marius Abele	MJU23		12.09. Aschaffenburg
8:29,97min	Cedric Eyerkafer, Robin Petzold, Tristan Kaufhold	MJU20		12.09. Aschaffenburg
1500m Hindernis				
4:42,59min.HR M15	Tristan Kaufhold	M14	06	30.09. Pfungstadt
2000m Hindernis				
6:08,29min	Evan Habtemichael	MJU20	01	30.09. Pfungstadt
7:05,50min	Robin Petzold	MJU18	04	30.09. Pfungstadt
3000m Hindernis				
9:17,58min	Julius Hild	MJU23	99	29.07. Karlsruhe
9:30,33min	Dominik Müller	MJU23	00	29.07. Karlsruhe
9:46,93min	Jakob Thöming	MJU23	99	30.09. Pfungstadt