

# Sprintdistanz (NRW MEISTERSCHAFT - DUATHLON)

Mettmann, 23. April 2023

## WHK

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	48	Franziska Holl	Triathlon Team Düsseldorf	WHK	1	0:20:04 (2)	0:38	0:43:22 (1)	0:46	0:10:18 (1)	1:15:08
2	9	Lina Franczyk	Triathlon Team Hagen	WHK	2	0:20:02 (1)	0:36	0:48:03 (2)	0:51	0:10:38 (2)	1:20:09
3	13	Nina Grohmann	RC Endspurt Herford e.V.	WHK	3	0:22:18 (3)	0:38	1:01:35 (3)	0:54	0:13:05 (3)	1:38:30

## MHK

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	55	Malte Baehr	1. Tri-Club Paderborn	MHK	1	0:16:43 (1)	0:34	0:37:24 (1)	0:34	0:08:23 (1)	1:03:38
2	46	Dominik Weise	TV Einigkeit 1900 Netphen	MHK	2	0:17:00 (3)	0:42	0:39:59 (2)	0:49	0:09:04 (2)	1:07:34
3	35	Marc Pinkowski	SV Gladbeck 13	MHK	3	0:16:49 (2)	0:34	0:42:26 (3)	0:38	0:09:19 (3)	1:09:45
4	8	Colin Fischer	Triathlon Team Düsseldorf	MHK	4	0:19:20 (4)	0:37	0:44:07 (4)	0:46	0:09:53 (4)	1:14:43
5	39	Andrei Sendroiu	Triathlon Team Düsseldorf	MHK	5	0:24:04 (5)	0:41	0:49:09 (5)	0:43	0:15:41 (5)	1:30:18

## TW30

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	7	Florentine Exner	Triathlon Team Düsseldorf	TW30	1	0:18:31 (1)	0:46	0:44:19 (1)	0:57	0:10:03 (1)	1:14:35
2	51	Nadine Bitzer	Tri Club Wuppertal	TW30	2	0:21:48 (2)	0:40	0:47:18 (2)	0:49	0:11:28 (2)	1:22:03

## TM30

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	43	Michiel van Bellen	Triathlon Team Düsseldorf	TM30	1	0:18:00 (3)	0:40	0:35:44 (1)	0:51	0:09:37 (2)	1:04:51
2	31	Michael Ochmann	Triathlon Team Düsseldorf	TM30	2	0:17:59 (2)	0:40	0:39:09 (2)	0:37	0:09:53 (3)	1:08:18
3	41	Swiad Snieder	Triathlon Team Düsseldorf	TM30	3	0:17:32 (1)	0:34	0:42:04 (3)	0:41	0:09:15 (1)	1:10:06
4	30	Denis Netschitailo	Triathlon Team Düsseldorf	TM30	4	0:19:43 (4)	0:36	0:44:23 (4)	0:46	0:11:41 (4)	1:17:10

# Sprintdistanz (NRW MEISTERSCHAFT - DUATHLON)

Mettmann, 23. April 2023

## TW35

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	6	Claudia Dreisbach	Soester Triteam	TW35	1	0:22:06 (1)	0:49	0:45:21 (1)	0:55	0:12:11 (1)	1:21:21

## TM35

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	52	Pascal Friedhoff	TV Einigkeit 1900 Netphen	TM35	1	0:18:05 (1)	0:36	0:38:11 (1)	0:43	0:09:51 (1)	1:07:25
2	5	Marco Dieckmann	LV Tri Star Oelde	TM35	2	0:18:57 (2)	0:31	0:42:04 (3)	0:38	0:10:16 (2)	1:12:25
3	40	Hendrik Simm	Tristar Oelde	TM35	3	0:19:14 (3)	0:34	0:41:44 (2)	0:42	0:10:29 (3)	1:12:43
4	42	Kai Urban	Triathlon Team Düsseldorf e.V.	TM35	4	0:19:41 (4)	0:46	0:47:01 (4)	0:50	0:11:31 (4)	1:19:49

## TW40

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	27	Michaela Melsa	Triathlon Team Ratingen 08	TW40	1	0:21:37 (3)	0:40	0:43:08 (1)	0:52	0:11:16 (2)	1:17:33
2	60	Iris Güldenpenning	TSVE 1890 Bielefeld e.V.	TW40	2	0:20:05 (1)	0:44	0:46:01 (2)	0:57	0:11:04 (1)	1:18:51
3	53	Miriam Adam	Triathlon Club Wuppertal	TW40	3	0:20:47 (2)	0:43	0:48:52 (3)	1:05	0:11:32 (3)	1:22:59

## TM40

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	104	Jens Brodka	LV Tristars Oelde	TM40	1	0:18:42 (2)	0:35	0:42:00 (2)	0:41	0:09:45 (2)	1:11:43
2	21	Ingmar Klusmann	Triathlon Team Düsseldorf	TM40	2	0:19:23 (3)	0:41	0:41:14 (1)	0:47	0:10:06 (3)	1:12:11
3	1	Tolger Arnold	Herner Triathlon Team	TM40	3	0:17:58 (1)	0:45	0:43:32 (3)	0:42	0:09:28 (1)	1:12:25

# Sprintdistanz (NRW MEISTERSCHAFT - DUATHLON)

Mettmann, 23. April 2023

## TW45

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	38	Silke Schmidt	Allround Gesundheitssport N	TW45	1	0:22:58 (1)	1:18	0:50:28 (1)	1:21	0:13:03 (1)	1:29:07
2	59	Martina Laprell	TV Erkelenz 1860 e.V.	TW45	2	0:25:23 (2)	1:13	0:52:42 (2)	1:35	0:13:45 (2)	1:34:38

## TW50

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	57	Anja Degener	Tri Club Wuppertal	TW50	1	0:26:59 (1)	1:12	0:53:42 (1)	1:06	0:14:18 (1)	1:37:18

## TM50

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	15	Alexander Jasch	Triathlon Team Düsseldorf	TM50	1	0:18:23 (1)	0:52	0:38:49 (1)	0:59	0:10:22 (2)	1:09:25
2	32	Claus Pesch	PSV Brühl Tri Team	TM50	2	0:19:05 (2)	0:52	0:39:57 (2)	0:48	0:10:05 (1)	1:10:47
3	24	Frank Linde	PV Triathlon TG Witten	TM50	3	0:20:09 (3)	0:55	0:45:48 (6)	0:48	0:11:17 (3)	1:18:57
4	45	Joachim Wehmeyer	Triathlon Team Düsseldorf	TM50	4	0:20:35 (5)	0:50	0:44:20 (4)	2:28	0:11:53 (5)	1:20:07
5	12	Florian Grabellus	Turnverein Kupferdreh 1877 e. V.	TM50	5	0:22:12 (7)	1:00	0:43:57 (3)	1:08	0:12:01 (6)	1:20:17
6	3	Gero Birkenfeld	SV Bayer Uerdingen 08 e.V.	TM50	6	0:22:40 (8)	0:57	0:44:59 (5)	0:59	0:12:09 (8)	1:21:43
7	10	Norbert Gaida	SV Gladbeck 13 e.V.	TM50	7	0:21:08 (6)	0:58	0:49:53 (7)	1:06	0:12:02 (7)	1:25:07
8	56	Michael Junghänel	Marathon und Triathlon Mülheim e. V.	TM50	8	0:20:20 (4)	1:32	0:51:04 (8)	1:46	0:11:45 (4)	1:26:27

## TW55

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	19	Ina Ketzer	ISSV	TW55	1	0:23:13 (2)	1:13	0:45:49 (2)	1:16	0:12:15 (2)	1:23:47
2	54	Petra Stöppler	Marathon Steinfurt	TW55	2	0:21:51 (1)	0:49	0:49:06 (3)	0:53	0:11:59 (1)	1:24:37
3	29	Steffi Meyers	M.Gladbacher TV 1848	TW55	3	0:24:45 (3)	1:00	0:50:09 (4)	1:13	0:13:40 (3)	1:30:46

# Sprintdistanz (NRW MEISTERSCHAFT - DUATHLON)

Mettmann, 23. April 2023

## TW55

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
4	26	Gabriele Lux	TSV Hochdahl Triathlon	TW55	4	0:25:09 (4)	1:11	0:42:16 (1)		( )	2:12:30

## TM55

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	36	Achim Quadflieg	Triathlon Team Indeland	TM55	1	0:18:02 (1)	0:59	0:42:58 (3)	1:02	0:09:35 (1)	1:12:36
2	14	Detlef Jandt	PV Triathlon Witten	TM55	2	0:18:30 (2)	1:00	0:42:38 (2)	1:04	0:09:54 (2)	1:13:05
3	25	Peter Lohmann	SC Bayer 05 Uerdingen e. V.	TM55	3	0:19:59 (4)	0:48	0:41:20 (1)	0:55	0:10:33 (3)	1:13:36
4	47	Mike Wirtz	AS Neukirchen-Vluyn	TM55	4	0:19:20 (3)	0:50	0:46:32 (5)	1:01	0:10:45 (4)	1:18:27
5	20	Christoph Ketzer	ISSV	TM55	5	0:23:26 (5)	1:02	0:43:06 (4)	1:00	0:12:28 (5)	1:21:01

## TM60

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	28	Andreas Meyer	SV Teuto Riesenbeck	TM60	1	0:21:07 (1)	1:00	0:44:06 (1)	1:00	0:11:25 (1)	1:18:39
2	22	Theo Kребber	TV Goch	TM60	2	0:22:52 (3)	1:05	0:46:40 (2)	1:05	0:11:26 (2)	1:23:08
3	58	Jorge Soler Monte	Tri Club Wuppertal	TM60	3	0:22:34 (2)	1:27	0:49:59 (3)	1:30	0:12:02 (3)	1:27:31
4	37	Stefan Schild	ASV Süchteln	TM60	4	0:28:20 (4)	1:39	0:56:35 (4)	2:09	0:16:14 (4)	1:44:57

## TM65

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	23	Ralf Laermann	M.Gladbacher TV 1848	TM65	1	0:21:15 (1)	0:59	0:46:39 (1)	0:52	0:11:07 (1)	1:20:53
2	18	Andreas Kapka	PV TG Triathlon Witten	TM65	2	0:23:35 (2)	1:04	0:51:41 (2)	1:14	0:12:46 (2)	1:30:21
3	34	Ulrich Pfalz	PV Triathlon TG Witten	TM65	3	0:28:26 (3)	1:57	0:57:58 (3)	1:44	0:15:07 (3)	1:45:12