

1.250 m Schüler D

1	Wiechers, Henrik	94 Grundschule Bodenwerder	5:04
2	Nasse, Timon	94 LG Weserbergland	5:09
3	Schulze, Jonas	95 LG Weserbergland	5:18
4	Schütte, Tim-Ole	96 LG Weserbergland	5:28
5	Härtel, Tobias	94 Hameln	5:29
6	Helling, Dominik	94 LG Weserbergland	5:30
7	Straßburger, Leon	96 Twinfit Aerzen	5:31
8	Berndt, Niklas	95 Grundschule Bodenwerder	5:32
9	Eckardt, Jan-Ole	94 LG Weserbergland	5:37
10	Garbe, Vasko	95 Grundschule Tündern	5:47
11	Kaneider, Paul	97 LG Weserbergland	6:06
12	Anderson, Scott	96 Hameln	6:08
13	Hartwig, Jan Niklas	95 Grundschule Tündern	6:15
14	Siebert, Hendrik	95 LG Weserbergland	6:17
15	Mosel, Leonard	94 1. Karate Dojo Hameln	6:18
16	Stock, Malte	94 Grundschule Tündern	6:45
17	Roine, George	95 keinen	7:30

1.250 m Schüler C

1	Hedemann, Paul	92 LG Weserbergland	4:45
2	Nowak, Christoph	92 LG Weserbergland	4:46
3	Dombert, Tobias	93 LG Weserbergland	5:02
4	Mengerßen, Pascal	93 Grundschule Tündern	5:03
5	Garbe, Keno	93 Grundschule Tündern	5:24
6	Meißner, Patrick	93 Grundschule Tündern	5:27
7	Cipra, Marco	92 Lauftr. SC Bad Münder	5:50
8	Fischer, Jonathan	93 Hosianna	7:29
9	Dienst, Philipp	93 keinen	7:49

1.250 m Schüler B

1	Schmidt, Jannik	91 keinen	4:34
2	Junker, Jonas	91 LG Weserbergland	4:43
3	Dombert, Alexander	91 LG Weserbergland	4:50
4	Rytz, Martin	90 TV Jahn Welsede	5:13
5	Meyer, Fabian	90 Hameln	5:22

1.250 m Schüler A

1	Theil, Kilian	88 TSV Kirchdorf	4:01
2	Rakemann, Marcus	88 LG Weserbergland	4:56

1.250 m Schülerinnen D

1	Holzschuh, Marie	94 LG Weserbergland	5:13
2	Seefeld, Annika	96 LSG Aalen	5:14
3	Janning, Carina	94 LG Weserbergland	5:21
4	Adamczik, Laura	95 LG Weserbergland	5:33
5	Thielke, Linda	95 LG Weserbergland	5:38
6	Baumgarten, Merle	94 Grundschule Bodenwerder	5:41
7	Kolbe, Sina-Marie	94 LG Weserbergland	5:45
7	Rüscher, Francesca	95 LG Weserbergland	5:45
9	Steding, Kimberly	95 LG Weserbergland	5:48
10	Fengler, Sarah	96 LG Weserbergland	6:16
11	Wruck, Christiane	94 keinen	6:17
12	Thie Nguyen, Anh Hue	95 Grundschule Bodenwerder	6:19
13	Engel, Maren	95 Grundschule Bodenwerder	6:34
14	Groterjahn, Sophie	94 Grundschule Tündern	7:29
15	von Oesen, Lena	94 Grundschule Tündern	7:31
16	Klapproth, Lena	94 Grundschule Tündern	7:33

1.250 m Schülerinnen C

1 Schulze, Tabea	93 LG Weserbergland	4:57
2 Grünberg, Colin	93 Grundschule Bodenwerder	5:15
3 Stolte, Sara	92 LG Weserbergland	5:20
4 Leisering, Luisa	92 keinen	5:24
5 Holland-Letz, Lena	92 LG Weserbergland	5:42
6 Krünke, Katrin	92 Hameln	5:51
7 Gernikeitis, Kirsten	93 LG Weserbergland	5:52
8 Kosok, Carina	92 LG Weserbergland	5:53
9 Brandt, Ann-Marie	93 Grundschule Bodenwerder	5:55
10 Muchow, Maria-Sophie	93 Grundschule Tündern	6:04
11 Sahm, Philippa	93 Grundschule Bodenwerder	6:13
12 Junker, Annika	93 keinen	6:14
13 Haß, Jannika	93 Grundschule Tündern	6:24
14 Straßburger, Janna	93 Twinfit Aerzen	6:39
15 Jasko, Annika	93 Grundschule Tündern	6:47
16 Räcker, Christine	93 LG Weserbergland	7:01

1.250 m Schülerinnen B

1 Pape, Maxie	91 TSV Jahn Dörriksen e.V	4:44
2 Hedemann, Lina	91 LG Weserbergland	4:59
3 Sadler, Janine	91 1. Karate Dojo Hameln	5:53
4 Stöcker, Gianna	91 LG Weserbergland	6:38

1.250 m Schülerinnen A

1 Hedemann, Oda	89 LG Weserbergland	4:38
2 Fischer, Marianna	89 keinen	6:57

10 km Männlich Jugend

1 Wolling, Heiko	84 TV Jahn Welsede	35:31
2 Treff, Benjamin	87 1. Karate Dojo Hameln	47:35

10 km Männer

1 Plutte, Hauke	75 VfL Hess. Oldendorf	36:31
2 Grasse, Dominic	80 Lauftr. SC Bad Münder	36:34
3 Priebe, Philip	76 Hameln	37:52
4 König, Nils	74 LG Weserbergland	37:58
5 Dünite, Ernst	78 Springe	41:35
6 Müller, Tino	74 Runners Point	44:09
7 Strüver, Christoph	82 Emmerthal	44:24
8 Schmidt, Sebastian	78 LG Höxter	45:14
9 Nachtigall, Joern	81 Zivilcourage	47:24
10 Böcker, Stefan	76 Hameln	47:53
11 Adam, Daniel	76 Hameln	55:40
12 Bode, Christian	77 Berlin	55:56

10 km Senioren M30

1 Bock, Christian	72 LG Weserbergland	32:17
2 Kantzoglou, Miron	70 MTV B.P./Serres93	33:12
3 Mosel, Dr. Andreas	69 LG Weserbergland	37:27
4 Graffius, Marcus	73 Hameln	38:47
5 Möller, Andreas	71 Post SV Holzminden	39:08
6 Schramm, Holger	70 Emmerthal	39:43
7 Weiß, Matthias	73 VfL Hess. Oldendorf	39:54
8 Henze, Jürgen	70 Schaumburg	42:56
9 Kolmann, Jan	69 keinen	43:44
10 Weiß, Thomas	73 VfL Hess. Oldendorf	44:13
11 Ruhm, Dirk	73 Emmerthal	47:06
12 Weinheimer, Mario	72 BAd Bodenteich	49:47

10 km Senioren M35

1	Mallewitz, Ulrich	65	VT Bückebug	35:30
2	Adolf, Claus	65	DET'S Laufshop	36:23
3	Konradt, Stefan	64	TC Hameln	38:39
4	Ballegooy, v. Thomas	64	Lauftr. SC Bad Münder	40:23
5	Feldmann, Bernd	66	LGKV Verden	40:30
6	Oeltermann, Fred	65	Team Oeltermann	40:43
7	Laskowski, Ralf	65	TC Jahn Hehlen	40:47
8	Schmidt, Dirk	68	Hameln	41:05
9	Grädener, Martin	67	SG Rodenberg	42:13
10	Schnug, Stefan	64	Minden	42:42
11	Weichert, Stefan	67	SV Eintr. Hiddestorf	43:25
12	Siegbert, Jürgen	66	Hameln	44:18
13	Meyer, Jörg	67	Hameln	45:02
14	Fanslau, Tobias	67	Holtensen	45:24
15	Bache, Tomas	64	keinen	45:27
16	Kehmeier, Jörg	64	TSV Bösingfeld	45:43
17	Sadler, Dave	65	1. Karate Dojo Hameln	45:57
18	Rosenkötter, Olaf	67	Minden	46:12
19	Scharf, Dietmar	68	TSV Brünninghausen	46:52
20	Mundt, Rainer	68	TSV Gronau	47:45
21	Geese, Andreas	68	RennschneckenGr.Berkel	47:51
22	Noble, Stephen	68	Hameln	49:57

10 km Senioren M40

1	Kropp, Ralf	62	Endspurt OWL	33:05
2	Krauß, Gert	63	Stadthagen	35:13
3	Berger, Gerhard	63	VHV-Versicherungen	37:51
4	Pätzold, Horst-Udo	62	LG Weserbergland	38:08
5	Straßburger, Ingo	61	Twinfit Aerzen	41:39
6	Hühnerberg, Fred	61	1. Karate Dojo Hameln	42:14
7	Wegholz, Stephan	63	VfL Hess. Oldendorf	42:33
8	Brendes, Carsten	63	SC Langenhagen	42:48
9	Blachnik, Horst	62	LG Weserbergland	42:49
10	Schwab, Wolfgang	59	1. Karate Dojo Hameln	43:05
11	Ward, Alen	63	Medi-Fit Hess.Oldendorf	43:08
12	Piontek, Wilfried	60	keinen	44:01
13	Vahldiek, Frank	61	Marathon Hildesheim	44:07
14	Grewe, Ulrich	63	SC Langenhagen	44:38
15	Pflughaupt, Uwe	60	Emmerthal	44:42
16	Nolte, Rudi	62	MTV Ohndorf e.V.	45:00
17	Brandes, Klaus-Peter	62	MTV Ohndorf e.V.	45:15
18	Bolting, Ralf	61	MTV Ohndorf e.V.	45:29
19	Schindler, Norbert	59	keinen	45:44
20	Härtel, Dirk	60	Zivilcourage	46:42
21	Lambers, Jochen	61	LG Weserbergland	46:50
22	Gurgel, Willi	59	MTSV Aerzen	47:28
23	Koch, Ingo	60	Bad Münder	48:43
24	Abraham, Egbert	60	Hameln	49:15
25	Redler, Werner	63	MTV Ohndorf e.V.	50:51

10 km Senioren M45

1 Keller, Jürgen	56 Lauftr. SC Bad Münden	38:45
2 Erasmus, Detlef	57 Lauftr. SC Bad Münden	40:15
3 Ringe, Karsten	58 TSG Emmerthal	40:25
4 Kulz, Pete	55 Radio Aktiv	40:42
5 Herbold, Willi	55 Lauftr. SC Bad Münden	40:50
6 Leiwesmeier, Rainer	54 Hastenbeck	40:52
7 Fischer Dr., Bernd	58 SV Eintr. Hiddestorf	43:10
8 Franz, Gundolf	58 TSG Emmerthal	43:51
9 Bleibaum, Eckhard	55 keinen	44:58
10 Habenicht, Herbert	55 TSV Tündern	46:04
11 Sonntag, Wolfgang	58 LG Höxter	47:31
12 Kienast, Eckard	56 BSG Wesertal	47:49
13 Zirke, Reinhard	54 Tus Wiedensal	48:06
14 Piontek, Martin	55 keinen	49:20
15 Dobbrunz, Jürgen	56 SV Eintr. Hiddestorf	54:06
16 Sauer, Jörg	56 BSG Wesertal	54:07
17 Niehoff, Helmut	57 Rennschnecken Hameln	54:18

10 km Senioren M50

1 Kurzbach, Lothar	53 Tus Hasede	40:34
2 Zimmer, Joachim	50 VFL Bad Nendorf	42:07
3 Gusowski, Achim	53 Lauftr. SC Bad Münden	43:20
4 Schwarz, Wolfgang	51 SV Eintracht Afferde	43:50
5 Schaper, Karl-Friedrich	53 Tündern	46:35
6 Mund, Manfred	52 Herderschule Bad Pyrmont	47:52
7 Brockhagen, Günter	52 Lauftr. SC Bad Münden	47:55
8 Blödorn, Hans-Günter	50 Coppenbrügge	51:39
9 Mund, Michael	53 TSG Emmerthal	52:35

10 km Senioren M55

1 Bartling, Heiner	46 Zivilcourage	47:38
2 Spiak, Karl	48 Hannover	47:47
3 Göken, Horst	47 Zivilcourage	48:37
4 Paschwitz, Gerhard	46 Zivilcourage	59:01

10 km Senioren M60

1 Bublitz, Manfred	39 LG Weserbergland	38:12
2 Bolte, Jürgen	40 LG Weserbergland	47:37
3 Nazemi, Kaosrow	40 keinen	49:39
4 Meeske, Hartmut	41 LG Weserbergland	49:41
5 Feldmann, Peter	41 LGKV Verden	53:25

10 km Senioren M65

1 Boelke, Helmut	38 HC-Birfelden Schweiz	43:53
------------------	-------------------------	-------

10 km Senioren M70

1 Lopatta, Joachim	32 LG Weserbergland	43:57
--------------------	---------------------	-------

10 km Weiblich Jugend

1 Barna, Sarah	84 MTV Bad Pyrmont	59:23
----------------	--------------------	-------

10 km Frauen

1 Kramer, Julia	74 TSV Bösingfeld	47:23
2 Wolf, Stefanie	77 Emmerthal	54:44

10 km Seniorinnen W30

1 Silver, Sabine	73 SC Langenhagen	42:39
2 Lingstädt, Gundula	70 Hemeringen	52:05
3 Geese, Christina	71 Rennschnecken	1:01:05

10 km Seniorinnen W35

1 Gerlach, Annegret	68 Ruderverein Weser	50:53
2 Lilie, Nicola	66 Minden	55:31

10 km Seniorinnen W40

1 Albert, Heike	62 LG Lügde	40:54
2 Brockmann, Petra	60 LG Lügde	40:55
3 Keller, Carola	60 Lauftr. SC Bad Münder	49:01
4 Frank, Ingrid	63 1. Karate Dojo Hameln	1:00:28

10 km Seniorinnen W45

1 Köppen, Ulla	56 VfL Hess. Oldendorf	43:35
2 Zobel, Hilmar	55 SV Eintr. Hiddestorf	46:33

5 km Schüler D

1 Spieß, Andy	94 TV Jahn Welsede	23:47
2 Garbe, Wenzel	94 LG Weserbergland	24:52
3 Stolte, Dominik	94 LG Weserbergland	25:02
4 Kaneider, Johannes	95 LG Weserbergland	25:25

5 km Schüler C

1 Brandt, Jan	93 Lauftr. SC Bad Münder	22:58
2 Siebert, Malte	92 LG Weserbergland	24:01
3 Weege, Luca	93 keinen	25:33
4 Oeltermann, Silas	93 Team Oeltermann	27:07

5 km Schüler B

1 Diekröger, Hendrik	91 TuS Eintracht Minden	19:25
2 Könemann, Chris	91 TuS Eintracht Minden	22:21
3 Schulze, Lucas	91 LG Weserbergland	23:56
4 Labohn, Yazı	91 Berlin	27:05

5 km Schüler A

1 Götze, Tobias	89 LG Weserbergland	18:23
2 Berger, Sascha	88 Schiller-Gymnasium	19:48
3 Nareiko, Georgi	88 Hamelner Schwimmverein	20:59
4 Bartenbaum, Andrej	89 Hamelner Schwimmverein	23:34
5 Kuhlmann, Jasper	89 Hamelner Schwimmverein	27:04
6 Kunkel, Arne	89 1. Karate Dojo Hameln	31:17

5 km Männlich Jugend B

1 Rettstadt, Jan	86 TSV Kirchdorf	17:35
2 Lange, Frederik	87 LG Weserbergland	18:56
3 Hoppe, Ralf	87 SSG Halvesdorf	21:09
4 Skudinski, Marcel	87 Schiller-Gymnasium	22:00
5 Viering, Andreas	86 VfL Hess. Oldendorf	23:09
6 Gosemann, Jörgen	87 Schiller-Gymnasium	24:45

5 km Männlich Jugend A

1 Heise, Christopher	85 LG Weserbergland	17:05
2 Lässig, Robert	84 LG Weserbergland	18:30
3 Hoppe, Rainer	84 SSG Halvesdorf	19:30
4 Dreyer, Jan	85 Hameln	23:19

5 km Männer

1 Reichert, Florian	82 TSV Kirchdorf	16:29
2 Elsner, Marco	79 BunnyHop	19:39
3 Delp, Niklas	76 Schiller-Gymnasium	20:29
4 Stühricke, Imo	80 1. Karate Dojo Hameln	21:08
5 Krüger, Sebastian	79 Stadtparkasse Hameln	22:41
6 Grundmeier, Thorsten	77 keinen	23:06
7 Hohlfeld, Robert	80 1. Karate Dojo Hameln	23:28
8 Schadt, Thomas	75 Coppenbrügge	23:35
9 Schellworth, Marc	81 LG Weserbergland	24:06
10 Schnelle, Hanno	75 Lauftr. SC Bad Münder	25:41
11 Hertel, Tibor	75 Karate Dojo	26:12
12 König, Nils	74 LG Weserbergland	27:20
13 Rädicker, Ingo	78 1. Karate Dojo Hameln	27:25

5 km Senioren M30

1 Krüger, Martin	71 OWL/Endspurt Detmold	16:57
2 Burger, Christian	71 Schiller-Gymnasium	18:12
3 Joachim, Tobias	73 Lauftr. SC Bad Münder	20:54
4 Becker, Jens	70 Lauftr. SC Bad Münder	21:05
5 Riemann, Till	72 Skiclub Wernigerode	21:06
6 Özbek, Murat	71 keinen	21:50
7 Barnett, Dirk	69 Zivilcourage	22:53
8 Zieseniss, Marco	71 Heyen	23:20
9 Bosse, Markus	69 keinen	23:40
10 Poschmann, Thomas	70 1.BGC Paderborn e.V.	26:47
11 Kuchta, Arne	73 1. Karate Dojo Hameln	28:57

5 km Senioren M35

1 Sauthoff, Dietmar	64 TSV Jahn Dörrigsen e.V	16:46
2 Viotto, Martin	67 LG Weserbergland	17:07
3 Bartels, Michael	68 keinen	18:11
4 Putz, Peter	65 keinen	18:18
5 Brandt, Wolfram	66 LG Weserbergland	18:24
6 Anderson, Ian	64 keinen	18:58
7 Schüttke, Karsten	68 Hohenassel	18:59
8 Özbek, Kemal	68 Emmerthal	20:00
9 Gührs, Helge	65 Schachclub Rinteln	20:48
10 Pflugmacher, Dr. Karsten	68 1. Karate Dojo Hameln	21:26
11 Görsdorf, Dietmar	67 keinen	22:17
12 Meyer, Hans-Jürgen	65 LG Weserbergland	24:18
13 Mursewik, Maik	65 keinen	24:38
14 Winter, Joachim	67 1. Karate Dojo Hameln	25:39
15 Wehrmann, Henning	68 Post SV Holzminden	27:21
16 Clajus-Krückeberg, Rüdiger	68 RRC Rockin Rats	27:31

5 km Senioren M40

1	Hornig, Olaf	62 Hamelner Schwimmverein	18:33
2	Fischer, Klaus	62 Hosianna	18:54
3	Lippe, Olaf	63 Ruderverein Weser	19:35
4	Diekröger, Uwe	62 LT - Petershagen	20:25
5	Cipra, Uwe	62 Lauftr. SC Bad Münden	20:26
6	Ernst, Frank-Karsten	60 Emmerthal	21:57
7	Meschede, Tibor	63 keinen	22:55
8	Giering, Jürgen	61 Hameln	22:56
9	Klever, Rainer	59 Hameln	23:08
10	Heinze, Rolf	60 SC Möllenbeck	23:28
11	Horchelhahn, Klaus	61 MTV Bad Pyrmont	23:43
12	Schütte, Bernd	60 SV Eintr. Hiddestorf	23:59
13	Hermann, Lars	60 Lauftr. SC Bad Münden	24:08
14	Garbe, Albrecht	60 Hameln	24:55
15	Seefeld, Uwe	62 Waldstätten	24:56
16	Kusch, Wolfgang	60 Stadtparkasse Hameln	25:46
17	Lindert, Carsten	63 1. Karate Dojo Hameln	28:58

5 km Senioren M45

1	Brandt, Ingo	56 Lauftr. SC Bad Münden	18:35
2	Graupe, Manfred	56 LAV Alfeld	19:37
3	Wingerter, Bernd	55 Lauftr. SC Bad Münden	19:42
4	Pentke, Siegfried	55 TUS Ricklingen	19:43
5	Elsner, Michael	57 Hameln	20:31
6	Merbt, Jürgen	56 Lauftr. SC Bad Münden	20:36
7	Blumenstock, Jörg	56 Gräding	20:41
8	Lange, Dirk	56 LG Weserbergland	20:47
9	Walter, Gerd-Dieter	55 Lauftr. SC Bad Münden	20:52
10	Stiehm, Wolfgang	58 LG Hummetal	22:28
11	Stielow, Jürgen	54 SC Langenhagen	25:03
12	Lücke, Klaus	57 Post SV Hameln	26:04
13	Hass, Jürgen	55 SV Eintr. Hiddestorf	26:21
14	Kühn, Horst	57 Karate Dojo	27:33

5 km Senioren M50

1	Kuhlmann, Heinrich	53 Hamelner Schwimmverein	21:34
2	Roine, John	51 Hameln	23:30
3	Klimke, Richard	52 Tuspo Bad Münden	23:37
4	Kinast, Wilfried	49 LG Hummetal	27:22
5	Solf, Uwe	49 keinen	28:35

5 km Senioren M55

1	Struss, Gerhard	48 Rennsteiglaufverein	20:02
2	Luke, Peter	48 LG Hummetal	20:37
3	Lange, Friedhelm	48 TC Hameln	21:32
4	Kunze, Hermann	46 TSG Emmethal	22:36
5	Grahl, Wolfgang	45 Gräfenhainichen	22:59
6	Schnelle, Karl	48 Lauftr. SC Bad Münden	23:32
7	Altmeier, Hermann	48 LLG Springe	30:30

5 km Senioren M60

1	Koch, Hermann	43 Lauftr. SC Bad Münden	19:40
2	Holstein, Karl-Heinz	43 VFL Bad Nendorf	22:39
3	Ahlbrecht, Hartmut	40 LG Weserbergland	23:00
4	Linnemann, Werner	39 SV Eintracht Afferde	25:17
5	Mayer, Lothar	40 TUS Ricklingen	25:32
6	Borges, Wilfried	42 Lauftr. SC Bad Münden	27:50

5 km Senioren M65

1 Kallikat, Horst	38 LG Weserbergland	20:42
2 Franz, Helmut	34 Lauftr. SC Bad Münder	25:49
3 Rietig, Edwin	36 Lauftr. SC Bad Münder	28:41
4 Pelikan, Hartmut	36 Mühlenberger SV	29:05

5 km Senioren M70

1 Gernikeitis, Walter	29 LG Weserbergland	23:52
-----------------------	---------------------	-------

5 km Schülerinnen D

1 Holland-Letz, Senta	94 LG Weserbergland	25:51
-----------------------	---------------------	-------

5 km Schülerinnen B

1 Spieß, Kathy	91 TV Jahn Welsede	20:58
2 Hornig, Alexandra	90 Hamelner Schwimmverein	22:57
3 Steckler, Janina	91 LG Weserbergland	24:54
4 Adamczik, Anna	91 LG Weserbergland	24:56

5 km Schülerinnen A

1 Straßgütl, Simone	89 Hamelner Schwimmverein	23:01
2 McWilliam, Katrin	89 TV Jahn Welsede	29:54

5 km Weiblich Jugend B

1 Bilik, Natalia	86 keinen	23:55
2 Klöpfer, Johanna	86 VfL Hess. Oldendorf	25:19

5 km Weiblich Jugend A

1 Tilgner, Jonna	84 LAV Rostock	18:49
2 Stielow, Kristina	85 DET'S Laufshop	19:59
3 Spieß, Franziska	85 TV Jahn Welsede	23:23
4 Kreimer, Nadja	85 VfL Hess. Oldendorf	24:18

5 km Frauen

1 Reckemeier, Silke	75 Hameln	23:42
2 Rokahr, Ina	74 Hameln	27:18
3 Bruns, Katja	77 Ist-Schaumburg	27:40
4 Mais, Jessica	81 1. Karate Dojo Hameln	31:39

5 km Seniorinnen W30

1 Möhle, Wiebke	72 TSV Jahn Dörrigsen e.V	20:55
2 Unverzagt, Katrin	71 Grundschule Bodenwerder	21:58
3 Hertting, Ute	71 AWO Kita Sonnensch.	25:22
4 Markgraf, Marion	69 Hameln	26:24
5 Korf-Strüber, Daniele	69 AWO Kita Sonnensch.	26:50
6 Schnelle, Svetlana	71 Lauftr. SC Bad Münder	27:41
6 Wedig, Angela	69 Lauftr. SC Bad Münder	27:41
8 Sievers, Olivia	71 Hameln	28:42
9 Kreß, Uta	69 AWO Kita Sonnensch.	29:14

5 km Seniorinnen W35

1 Huhmann, Birgitt	66 Berlin	23:26
2 Roine, Karen	66 Hameln	23:57
3 Görsdorf, Britta	65 keinen	24:56
4 Kaneider, Ulrike	68 LG Weserbergland	26:02
5 Seefeld, Martina	65 Waldstätten	27:03
6 Kötting, Anja	65 1. Karate Dojo Hameln	28:09
7 Hermann, Sylvia	65 Lauftr. SC Bad Münder	30:04

5 km Seniorinnen W40

1	Holzschuh, Andrea	63	LG Weserbergland	18:20
2	Meden, Barbara	62	Stadtsparkasse Hameln	27:24
3	Rostin, Elke	61	Lauftr. SC Bad Münder	27:59
4	Erasmus, Cordula	62	Lauftr. SC Bad Münder	28:56
5	Rooney, Sabine	62	TV Jahn Welsede	29:26
6	Holste, Karin	62	Hildesheim	29:29
7	Meschede, Ute	60	keinen	29:55
8	Amthor, Maria	60	AWO Kita Sonnensch.	30:01

5 km Seniorinnen W45

1	Lange, Konstanze	56	LG Weserbergland	24:15
2	Wingerter, Heike	57	Lauftr. SC Bad Münder	27:36
3	Hahn, Barbara	56	Lauftr. SC Bad Münder	27:37
4	Elsner, Marion	56	Lauftr. SC Bad Münder	30:28
5	Brockhagen, Gabi	54	Lauftr. SC Bad Münder	30:36

5 km Seniorinnen W50

1	Gäbel, Brigitte	50	SC Langenhagen	24:03?
2	Gehrmann, Uta	53	Lauftr. SC Bad Münder	24:12
3	Stolte-Gerken, Anne-Dore	49	LGMTV Bad Pyrmont	24:39

5 km Seniorinnen W55

1	Fasold, Renate	47	Lauftr. SC Bad Münder	30:29
---	----------------	----	-----------------------	-------

5 km Seniorinnen W60

1	Franz, Helga	39	Lauftr. SC Bad Münder	29:56
---	--------------	----	-----------------------	-------

5 km Seniorinnen W70

1	Böhm, Renate	32	LG Weserbergland	25:29
---	--------------	----	------------------	-------