

Emder Bahnserie Teil 2

Zieleinlaufliste 3000 m



17.06.2025, Emden

Platz	Startnr.	Name	Jahrg.	m/w	AK	Verein	Zeit	Pace
3000 m								
1.	363	Jakob Fritzen	2009	m	1. MJ U18	SV Blau-Weiß Emden-Borssum	10:13,8	3:24
2.	383	Alper Özcelik	1990	m	1. M35	Emder Laufgemeinschaft	10:56,4	3:38
3.	364	Ben Eckert	2009	m	2. MJ U18	Emder Laufgemeinschaft	11:18,5	3:46
4.	380	Jens Byl	1987	m	2. M35		11:22,4	3:47
5.	362	Tobias Ruck	2012	m	1. MJ U14	SV Großefehn	11:32,8	3:50
6.	389	Andreas Ailts	1965	m	1. M60	Emder Laufgemeinschaft	11:40,7	3:53
7.	366	Sina Münkewarf	2012	w	1. WJ U14	SV Blau-Weiß Emden-Borssum	12:12,3	4:04
8.	391	Jens Zielazo	1991	m	1. M30	Emder Laufgemeinschaft	12:45,2	4:15
9.	385	Greta-Marie Nannen	2010	w	1. WJ U16	LG Emstal	12:49,7	4:16
10.	367	Helen Reiter	1977	w	1. W45	SV Blau-Weiß Emden-Borssum	15:34,0	5:11

Emder Laufgemeinschaft e.V.

Emder Bahnserie Teil 2

Rundenzeiten 3000 m



17.06.2025, Emden

Name	R1 Pace	R2 Pace	R3 Pace	R4 Pace	R5 Pace	R6 Pace	R7 Pace	Brutto Pace
3000 m								
Jakob Fritzen	00:34,7 2:53	01:20,7 3:21	01:21,2 3:23	01:22,2 3:25	01:24,3 3:30	01:26,0 3:35	01:25,4 3:33	10:13,8 3:24
Alper Özcelik	00:42,1 3:30	01:25,0 3:32	01:28,9 3:42	01:30,2 3:45	01:27,4 3:38	01:30,1 3:45	01:28,1 3:40	10:56,4 3:38
Ben Eckert	00:41,6 3:27	01:24,2 3:30	01:29,5 3:43	01:31,3 3:48	01:30,5 3:46	01:35,5 3:58	01:36,0 3:59	11:18,5 3:46
Jens Byl	00:43,9 3:39	01:27,6 3:38	01:29,5 3:43	01:31,3 3:48	01:33,3 3:53	01:34,2 3:55	01:34,1 3:55	11:22,4 3:47
Tobias Ruck	00:44,5 3:42	01:31,9 3:49	01:32,6 3:51	01:33,2 3:52	01:34,5 3:56	01:33,5 3:53	01:33,8 3:54	11:32,8 3:50
Andreas Ailts	00:43,6 3:37	01:30,4 3:46	01:32,1 3:50	01:33,8 3:54	01:34,5 3:56	01:35,3 3:58	01:36,4 4:01	11:40,7 3:53
Sina Münkewarf	00:45,9 3:49	01:35,0 3:57	01:35,1 3:57	01:38,6 4:06	01:40,2 4:10	01:41,0 4:12	01:43,6 4:18	12:12,3 4:04
Jens Zielazo	00:45,7 3:48	01:32,9 3:52	01:35,9 3:59	01:38,7 4:06	01:42,2 4:15	01:49,7 4:34	01:50,3 4:35	12:45,2 4:15
Greta-Marie Nannen	00:45,5 3:47	01:36,9 4:02	01:38,9 4:07	01:44,1 4:20	01:46,9 4:27	01:48,7 4:31	01:49,4 4:33	12:49,7 4:16
Helen Reiter	00:50,5 4:12	01:54,2 4:45	02:04,1 5:10	02:13,0 5:32	02:12,9 5:32	02:10,2 5:25	02:10,2 5:25	15:34,0 5:11

Emder Laufgemeinschaft e.V.