

38. Pönitzer Volkslauf – ZVO Energie – am Sonntag, den 09.Juli 2023 / Ergebnisse – Auszug -

276 Finisher haben das Ziel im Sportpark erreicht (2022: 254). Die meisten Teilnehmer verzeichneten erneut der 10 km Hauptlauf und der 5 km Jogginglauf. Die GesamtsiegerInnen der fünf Wettbewerbe:

21,1 km Halbmarathon		(61 TeilnehmerInnen)		(Platz in 2022 sofern in gleicher Disziplin am Start)
Herren				
1. Anh Do	LBV/PHÖNIX LÜBECK		01:24:27	(4)
2. Max Lou Kerth	T3 TRAINING		01:27:27	
3. Lukasz Wozniak	SMART		01:29:46	
Damen				
1. Lena Schuldt	KIEL		01:37:50	
2. Kamila Gajewska	TSV KLAUSDORF		01:39:53	
3. Angelika Eggert	KÜSTENLÄUFER FEHMARN		01:41:16	(1)

10 km Hauptlauf		(109 TeilnehmerInnen)		
Herren				
1. Leif Gunkel	SC FRETTER		00:32:49	
2. Dennis Mehlfeld	LÜBECKER SC		00:32:55	
3. Wieslaw Daleki	DALEKI HOCHDRUCKREINIGUNG		00:36:09	(1)
Damen				
1. Julia Kümpers	LAC KRONSHAGEN		00:37:03	
2. Birte Gerwien	TSV KLAUSDORF		00:46:24	
3. Inga Nagel	LAUF IN BAD SEGEBERG		00:46:39	

10 km Walking/Nordic-Walking		(10 TeilnehmerInnen)		
Herren				
1. Maciej Glebocki	FERIENPARK SCHARBEUTZ		01:22:19	
2. Thomas Harnack	SVG PÖNITZ		01:23:03	(2)
2. Marcus Hidden	X		01:23:03	
Damen				
1. Svea Mehlfeld	X		01:20:01	
2. Svenia Remien	X		01:21:48	
3. Birgit Kellermann	X		01:30:39	

5 km Jogginglauf		(78 TeilnehmerInnen)		
Herren				
1. Christian Kröhan	1.RC OBERNWOHLDE		00:18:14	
2. Zach Davis	HAHNER TWINS COACHING		00:19:08	
3. Alexander Lotties	ATSV STOCKELSDORF		00:20:53	
Damen				
1. Fabiana Niemann	LAV BAYER UERDINGEN/DORMAGEN		00:21:25	
2. Simone Braun	TSV KLAUSDORF		00:21:48	
3. Daniela Thiele	SV FEHMARN		00:23:47	

5 km Walking/Nordic-Walking		(19 TeilnehmerInnen)		
Herren				
1. Philip Wörlein	BIELEFELD		00:31:28	
2. Bryan Worina	BUXTEHUDE		00:36:24	
3. Bernd-Dieter Faltin	ECKERNFÖRDE		00:37:04	(2)
Damen				
1. Karin Wagner	SKIVEREINIGUNG SH		00:39:00	(1)
2. Wiebke Nahrwold	LET'S GO LOHBARBEK		00:40:16	(2)
3. Jessica Caplan	X		00:40:19	

SVG Pönitz von 1912 e.V.
Team Volkslauf
Reinhard Honerlage
14.07.2023