

Sport aus der Region

Handball, Landesliga

SG Dithmarschen Süd bleibt das Maß aller Dinge

FLensburg Nicht zu stoppen ist in der Handball-Landesliga Nord der Frauen die SG Dithmarschen Süd. Nach dem 35:20 (18:7) über den TSV Hürup geht das Team verlustpunktfrei in die Weihnachtspause. Von den Mannschaften am Tabellenende erblicken HKUF Harrislee und der Bredstedter TSV II ein wenig Licht am Ende des Tunnels. Harrislee setzte sich bei HFF Munkbrarup mit 22:18 durch. Der Bredstedter TSV II rang die SG Pahlhude/Tellingstedt mit 20:17 (9:6) nieder.

SG Dithmarschen Süd – TSV Hürup 35:20 (18:7) Beim Klassenprimus gab es für den TSV Hürup nichts zu holen. Zu deutlich war die Überlegenheit der Gastgeberinnen, die von Beginn an die Partie dominierten und den TSV Hürup erst gar nicht ins Spiel kommen ließen. **SG Dithmarschen:** Breier (8), Rehder (7), Lang (6), Gehrts (6), Johannsen (2), Geisler (2), Wiese (2) und Wienke Böge (2). **TSV Hürup:** S. Schramm (8), Panthen (3), Hansen (3), A. Chr. Schramm (2), Seemann (2), Wiese und Jensen (je 1).

HFF Munkbrarup – HKUF Harrislee 18:22 (10:14). „Wir waren wohl schon in Gedanken in den Weihnachtsferien“, sagte HFF-Trainer Udo Babon. Seine Mannschaft ließ die nötige Einstellung vermissen und fand nie richtig ins Spiel hinein.

HFF Munkbrarup: Ebbesen (5), Eifert (3), Eichhorn (3), Zimmer (2), Lange (2), Sütel (2) und Lucht (1). **HKUF Harrislee:** Bischoff (10), Schlünzen (5), Ihle (3), Friedrich (3) und Gosch (1).

TSV Hürup – HFF Munkbrarup 29:31 (13:15). Beide Teams spielten in der ersten Hälfte auf Augenhöhe, trennten sich zur Pause mit zwei Toren Differenz (13:15). Munkbrarup erwischte nach dem Wechsel den besseren Start, hatte auch am Ende die Nase vorn. **TSV Hürup:** Bertow (9), S. Schramm (5), Jensen (4), Hansen (3), Seemann (2), A. Chr. Schramm (2), Panthen (2), Thomsen und Peters (je 1). **HFF Munkbrarup:** Ebbesen (5), Jana Zimmer (5), Sütel (4), Benthien (4), Engel (3), Eichhorn (3), Lindemann (2), Eifert (2), Lange (2) und Lucht (1).

Bredstedter TSV II – SG Pahlhude/Tellingstedt 20:17 (9:6). **Bredstedter TSV II:** Paulsen (6), Brandt (4/3), Brechling (3), Hensen (2), Hagen (2), Bahnsen, Hansen und Stein (je 1). **SG Pahlhude/Tellingstedt:** Martens (4), S. Billerbeck (3), Lüdtke (3/3), Jacobsen (2), Engelhardt-Seibel (2), M. Hennings, Studt und W. Billerbeck (je 1).

SV Frisia-Risum Lindholm – HSG Weddingstedt/H./D. 22:30 (8:14). **Frisia Risum-Lindholm:** Jacobsen (9), Petersen (6), Oldsen (3), Thun und Hillebrandt (je 2). **HSG Weddingstedt/H./D.:** Mohr (10/10), Manzke (6), Schoppe (5), Schreiber (3), Jarasinski (2), Ringelstetter und Loehning (je 1).

Termine

HANDBALL HVSH-POKAL, VIERTELFINALE

Heute 19 Uhr: HSG Jörß-Völ – TSV Nord Harrislee
Heute 19.30 Uhr: TSV Wattenbek – TSV Travemünde
Sbd., 16 Uhr: MTV Herzorn – HG OKT

Sport in Ergebnissen

LEICHTATHLETIK

31. FLENSBURGER ADVENTLAUF

Adventlauf (9,0 km)

Frauen Gesamt: 1. Silvana Stief (Spiridon Schleswig) 42:10 min, 2. Gyde Lorenzen (Grenzland Reit- & Fahrverein Handewitt) 42:27, 3. Jenny Jendryschik (Altes Gymnasium Flensburg) 42:37, 4. Dr. Tanja Röwer (TriAs Flensburg) 43:28, 5. Anne Schnitzler 43:31, 6. Gunda Nielsen (LG Flensburg) 44:05, 7. Kerin Carstensen (Fri Öwingsfloose) 45:44, 8. Ellen Lützen (Fri Öwingsfloose) 46:50, 9. Jutta Lützen-Junge (Fri Öwingsfloose) 46:50, 10. Ulrike Bähr (USC Kiel) 46:57.

Männer Gesamt: 1. Henrik Schwalbe (SV Enge-Sande) 33:53 min, 2. Romain Leroyer (Ostseeanimation) 35:29, 3. Robert Webster 36:05, 4. Finn Johannsen (MTV Leck) 36:27, 5. Michael Porath 36:38, 6. Philip Paulsen (TSV Hürup) 36:51, 7. Stefan Schröder 37:07, 8. Leif Messerschmidt (TriVelos Flensburg) 38:07, 9. Timo Hansen (MTV Leck) 38:47, 10. Stephan Schönrock (Vejle IF Tr) 39:29.

Altersklassen:

W20: 1. Gyde Lorenzen (Grenzland Reit- & Fahrverein Handewitt) 42:27, 2. Anna Johannsen 52:12, 3. Merle Tiedemann (Stodian und Partner) 55:16.

W30: 1. Levke Salzwedel (MTV Schwabstedt) 49:01, 2. Louise Joensen (Familie Joensen) 54:07, 3. Svenja Petersen 54:32.

W35: 1. Astrid Pabst (Fahrdorf) 49:25, 2. Melanie Henningsen (Jobcenter Flensburg) 52:32, 3. Inga Johnsen (Fri Öwingsfloose) 53:21.

W40: 1. Anne Schnitzler 43:31, 2. Sonja Baudewig (TSV Hattstedt) 50:56, 3. Silvia Sørensen (AAIG Athletik und Triathlon) 53:47.

W45: 1. Silvana Stief (Spiridon Schleswig) 42:10, 2. Dr. Tanja Röwer (TriAs Flensburg) 43:28, 3. Kerin Carstensen (Fri Öwingsfloose) 45:44.

W50: 1. Gunda Nielsen (LG Flensburg) 44:05, 2. Iliane Annette Sauer (Westensee) 48:00, 3. Eirke Grinberg-Gilgen (MTV Leck) 50:47.

W55: 1. Gitta Andresen 52:42, 2. Andrea Förster 1:02:57.

W60: 1. Monika Schulte (TSV Ladelund) 47:35, 2. Brigitte Stelzer (TSV Lindewitt) 53:03, 3. Renate Thomsen (TSV Lindewitt) 53:03.

Weibliche Jugend B: 1. Jenny Jendryschik (Altes Gymnasium Flensburg) 42:37, 2. Frida Hansen 51:31, 3. Sinja Weychardt (Altes Gymnasium Flensburg) 52:47.

Schülerinnen C: 1. Charlotte Haferkamp (Tri-As Flensburg) 1:01:59.

M20: 1. Henrik Schwalbe (SV Enge-Sande) 33:53, 2. Robert Webster 36:05, 3. Finn Johannsen (MTV Leck) 36:27.

M30: 1. Stephan Schönrock (Vejle IF Tr) 39:29, 2. Stefan Ziegler (Großenwiehe) 40:43, 3. Björn Dau (Kfz-Service Dau) 41:12.

M35: 1. Romain Leroyer (Ostseeanimation) 35:29, 2. Leif Messerschmidt (TriVelos Flensburg) 38:07, 3. Alexander Gentemann 41:13.

M40: 1. Michael Porath 36:38, 2. Kai Berghaus 42:26, 3. Axel Müller (Wasserverband Nord) 43:24.

M45: 1. Olaf Meister 41:15, 2. Michael Meier-tokrax (TSV Hattstedt) 41:17, 3. Thorsten Peter (SV Enge-Sande) 42:35.

M50: 1. Stefan Riedel (Freie Waldorfschule Flensburg) 40:43, 2. Ocke Junge (Fri Öwingsfloose) 42:25, 3. Jens-Uwe Gilgen (MTV Leck) 42:40.

M55: 1. Manfred Kulbeik (TriAs Flensburg) 43:30, 2. Werner Jochimsen (TriVelos Flensburg) 44:46, 3. Albert Bölle (SV Enge-Sande) 45:42.

M60: 1. Claus Jannichsen (Fri Öwingsfloose) 42:45, 2. Broder Hansen (1. Flensburger Lauf-treff) 44:39, 3. Wolfgang Gröning 44:55.

M65: 1. Manfred Jäger (TSV Bad Endorf/Aicher-Holzhaus Team) 42:20, 2. David Carter (Hjemmevaernet) 50:04, 3. Werner Niedermair 56:43.

M70: 1. Rainer Graessner (LK Weiche) 45:30.

Männliche Jugend A: 1. Linus Graf (Altes Gymnasium Flensburg) 48:52, 2. Lukas Theveßen (Altes Gymnasium Flensburg) 1:01:11.

Männliche Jugend B: 1. Shane Clement (Eckener Schule) 40:37, 2. Jörn Ole Rönig (Altes Gymnasium Flensburg) 41:15, 3. Tom Dierckx (Altes Gymnasium Flensburg) 47:23.

Tannenbaumlauf (5,4 km)

Frauen Gesamt: 1. Johanna Mahrt-Thomsen (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) 23:54, 2. Nathalie Fritzke (LG Flensburg) 24:02, 3. Vivien Niebergall (SV Enge-Sande) 24:49, 4. Lina



Start zum Ruprechtlauf über 1900 m beim Flensburger Adventlauf, rund ums Stadion und durch den Volkspark.

STAUDT

Familien-Event mit schnellen Siegern

31. Flensburger Adventlauf: Knapp 640 Aktive im Volkspark auf den Beinen / Henrik Schwalbe und Silvana Stief gewinnen die Langstrecke

FLensburg Sonnenschein am dritten Advent gab das ideale Ambiente für ein großes Läufer-Familienfest im Volkspark. Knapp 640 Aktive gingen beim 31. Adventlauf bei Flensburgs Laufklassiker an den Start und ließen in vorweihnachtlicher Stimmung noch einmal den Schweiß fließen. Laufbegeisterte Nachwuchs- und Hobbyläufer aus Firmen der Region sowie viele Stammgäste sorgten für Gewusel auf den Wegen am Mürwiker Stadion und ließen sich von vereinzelten matschigen Passagen nicht aus dem Takt bringen.

Um Siege und Platzierungen wurde beim Adventlauf auch gekämpft, doch andere, nicht minder wichtige Gewinner standen schon vor dem Startschuss fest. „Durch den Spendenanteil beim Startgeld und die Spendenbox am Kuchenbuffet kamen 794 Euro zusammen. Die rundet der Lauftreff auf 1000 Euro“, freuten sich Andreas Bundels, Peter Reichardt und Wolfgang Köpp vom Vorstand des 1. Flensburger Lauftreffs über den stolzen Spendenbetrag für das Katharinen-Hospiz. Auch bei seiner 31. Auflage rückte die soziale Kraft des Sports mehr als sonst in den Fokus. Und die größten Pokale gingen wie immer nicht an die schnellsten Athleten, sondern an die größten Gruppen. Die Grundschule Adelby brachte 38 Schüler an den Start und wurde als Teilnehmer stärkste Schule ausgezeichnet. Die Tri-As Flensburg (größter Verein mit 19 Läufern) und die Firma Trixie (größter Betrieb mit 15 Läufern) wurden eben-

falls für ihre Motivationsleistung und Gruppenstärke geehrt. Fast schon ein Abonnement auf die Rolle als größte Familie hat die diesmal siebenköpfige dänische Läuferfamilie Joensen, die zum dritten Mal in Folge so viele Familienmitglieder unterschiedlicher Generationen an den Start brachte wie kein anderer Läufer-Clan aus dem Norden.

Trotz der zeitgleichen Crosslauf-Landesmeisterschaften lockte der Adventlauf viele Asse der Region an. Auf der Langstrecke (neun Kilometer) gewann mit Silvana Stief von Spiridon Schleswig die Siegerin des Winterlaufs aus der Vorwoche und machte damit ihr adventliches Flensburg-Double perfekt. Die Athletin von der Schlei setzte sich auf dem hügeligen Rundkurs in 42:10 Minuten knapp vor Nord-Cup-Siegerin Gyde Lorenzen (Grenzland Reit- und Fahrverein Handewitt/ 42:27 Min.) und der schnellen Jugendläuferin Jenny Jendryschik vom Alten Gymnasium Flensburg (42:37 Min.) durch.

Für Silvana Stief war es ebenso der erste Sieg beim Adventlauf wie für den schnellsten Mann des Tages. Henrik Schwalbe vom SV Enge-Sande rannte dem Feld im Alleingang davon und feierte nach 33:53 Minuten einen ungefährdeten Erfolg. Für den 26-Jährigen war der Adventlauf ein erster Formtest, nachdem er in den vergangenen Wochen krankheitsbedingt immer wieder Trainingspausen hatte einlegen müssen. „Ich bin nicht so im Training, wie ich eigentlich sein wollte. Aber jetzt



Siegerin im Ruprechtlauf: Caroline Eggert vom TSV Glücksburg.

STAUDT

kann ich hoffentlich regelmäßig trainieren und wieder an bessere Zeiten herankommen“, meinte der Adventlauf-Sieger und peilt nun den Auftakt der Saison 2016 bei der Drelsdorfer Winterlaufserie an.

Mit klarem Abstand folgten auf den weiteren Plätzen zwei Athleten, deren Namen dem Adventlauf einmal mehr internationalen Klang verliehen, aber derzeit an den Küsten Schleswig-Holsteins zu Hause sind. Zweiter wurde der Franzose Romain Leroyer, der aus dem Ost-

seebad Kellenhusen nach Flensburg gekommen war. Er verwies in 35:29 Minuten den in St. Peter-Ording lebenden Briten Robert Webster (36:05 Minuten) auf den dritten Platz.

Beim Tannenbaumlauf über 5,4 km zeigte Miguel Molero einmal mehr seine derzeit starke Form. Der 47-Jährige von Spiridon Schleswig setzte sich in schnellen 19:22 Minuten souverän vor Stefan Schleitzer (21:08 Min.) und Tim-Niklas Sommer (Struxdorf/ 21:42 Min.) durch. In der weiblichen Konkurrenz gewann die schnelle Jugendläuferin Johanna Mahrt-Thomsen (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) in 23:54 Minuten im knappsten Duell des Tages vor Nathalie Fritzke (LG Flensburg/ 24:02 Min.). Dritte wurde die nordfriesische Schülerin Vivien Niebergall (SV Enge-Sande/ 24:49 Min.).

Talente mit Perspektiven präsentieren sich auch beim Ruprechtlauf über 1,9 km. Hier bewies Mehrkämpferin Caroline Eckert (TSV Glücksburg) ihre Mittelstrecken-Qualitäten. Die 18-Jährige gewann in starken 7:40 Minuten. Sabrina Dittmann (10:21 Min.) und Leni van de Bergh (TSV Fahrdorf/ 11:06 Min.) folgten auf den Plätzen. Mit Hanno Reese gewann in der männlichen Wertung ein gleichaltriger Jugendläufer aus der Region. Der junge Kappeller hatte nach 6:59 Minuten die Nase klar vor Sven Seffern (Trixie/ 8:44 Min.) und dem jungen Flensburger Tim Ullmann, der nach 9:17 Minuten als schnellster Schüler den Zielstrich überquerte. *npb*



Sieger im Ruprechtlauf über 1900 Meter wurde Hanno Reese vom TSV Kappeln.

STAUDT

Schnüll (Fördegymnasium Flensburg) 24:59, 5. Nicola Westmann (SG Athletic Büdelsdorf) 26:26, 6. Clara Scherdin (SV Freie Waldorfschule Flensburg) 29:31, 7. Lucca Mikkelsen (TriAs Flensburg) 29:38, 8. Anne Carstensen 30:16, 9. Katharina Maria Kirmes (Fördegymnasium Flensburg) 30:17, 10. Charlotte Krag (TriVelos Flensburg) 30:31.

Männer Gesamt: 1. Miguel Molero (Spiridon Schleswig) 19:22, 2. Stefan Schleitzer 21:08, 3. Tim-Niklas Sommer (Struxdorfer Lauf-treff) 21:42, 4. Erik Hertel (TriAs Flensburg) 21:54, 5. Marcel Iborg (TSV-Ladelund) 22:39, 6. Wolfgang Freese (Eierbeker TV) 23:48, 7. Manuel Henning 24:07, 8. Fabian Rieck (TSV Lindewitt) 24:18, 9. Heiko Köck (TriAs Flensburg) 24:23, 10. Ron Schwennsen 24:32.

Altersklassen:

W20: 1. Nathalie Fritzke (LG Flensburg) 24:02, 2. Anne Carstensen 30:16, 3. Heidi Ludwig (STV Sörup) 31:57.

W30: 1. Nicola Westmann (SG Athletic Büdelsdorf) 26:26, 2. Jasmin Thiele (Jobcenter Flensburg) 35:21, 3. Jorinde Leitenberger (MAC IT-Solutions GmbH) 36:39.

W35: 1. Anna Buczek (Jobcenter Flensburg) 31:11, 2. Ute Mikkelsen (TriAs Flensburg) 31:20, 3. Lea Werner 33:58.

W40: 1. Daniela Haak (TRIXIE) 31:53, 2. Webke Hansen (TSV Goldebek) 32:19, 3. Melanie Ochmann (TRIXIE) 35:27.

W45: 1. Charlotte Krag (TriVelos Flensburg) 30:31, 2. Stefanie Dibbern 30:57, 3. Elke Raab (LAV Husum) 31:41.

W50: 1. Gabriele Eisele (SV Elsdorf) 36:46, 2. Anja Spessart (SV Elsdorf) 36:47, 3. Marita Jaudzims-Wendel 48:30.

W55: 1. Elisabeth Funk-Schlafke (STV Sörup) 37:30, 2. Heike Dreihel (Laufimpuls.de) 38:07, 3. Barbara Schwabe 42:54.

W60: 1. Angelika Clauß (LG Rendsburg-Büdelsdorf) 32:23.

W65: 1. Helga Dierks (Handewitter SV) 37:34.

W70: 1. Diethilde Gutbrodt (MTV Leck) 36:45.

WBAM: 1. Amanda Blohm (Schule Fruerlund) 44:36, 2. Melissa Sophia Mortensen (Schule Fruerlund) 44:41, 3. Annabel Schumann (Schule Fruerlund) 47:19.

Weibliche Jugend A: 1. Johanna Mahrt-Thomsen (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) 23:54, 2. Kim Beyrau (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) 31:51.

Weibliche Jugend B: 1. Hannah Wetzke (Freie

Waldorfschule Flensburg) 33:43, 2. Emma Groß (Altes Gymnasium Flensburg) 34:56, 3. Julie Hansen (Altes Gymnasium Flensburg) 34:56.

Schülerinnen A: 1. Friederike Block 34:20, 2. Michelle Behrendt (Jes Kruse-Skolen) 39:16.

Schülerinnen B: 1. Lina Schnüll (Fördegymnasium Flensburg) 24:59, 2. Lucca Mikkelsen (Tri-As Flensburg) 29:38, 3. Katharina Maria Kirmes (Fördegymnasium Flensburg) 30:17.

Schülerinnen C: 1. Vivien Niebergall (SV Enge-Sande) 24:49, 2. Clara Scherdin (Freie Waldorfschule Flensburg) 29:31, 3. Kyana Ghelichipour (Grundschule Adelby) 34:43.

Schülerinnen D: 1. Enna Wölk (Schule Fruerlund) 37:02, 2. Leyla Bergmann (Schule Fruerlund) 37:03, 3. Kristin Krön (TSV Goldebek) 39:07.

M20: 1. Tim-Niklas Sommer (Struxdorfer Lauf-treff) 21:42, 2. Marcel Iborg (TSV Ladelund) 22:39, 3. Wolfgang Freese (Eierbeker TV) 23:48.

M30: 1. Stefan Schleitzer 21:08, 2. Nico Gericke (Team Loit) 27:01, 3. Sebastian Loch 29:43.

M35: 1. Ron Schwennsen 24:32, 2. Jens Wegener 26:08, 3. Tim Jansen (1. Flensburger Lauf-treff) 26:12.

M40: 1. Henning Nielsen (1. Flensburger Lauf-treff) 27:32, 2. Mario Kahl (A.S.K. Anwalts-u.Steuerkanzlei Dr. Klose) 29:17, 3. Jens Lunk (TRIXIE) 29:46.

M45: 1. Miguel Molero (Spiridon Schleswig) 19:22, 2. Heiko Köck (TriAs Flensburg) 24:23, 3. Jan Müller (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) 37:02.

M50: 1. Jörg Schönamsgruber (Stadtwerke Flensburg) 29:34, 2. Volker Haak (TRIXIE) 29:39, 3. Rolf Wölbe (Bauordnungsamt Stadt Flensburg) 29:40.

M55: 1. Dr. Joachim Klinke (Altes Gymnasium Flensburg) 26:24, 2. Dierk Naumann (Stadtwerke Flensburg) 26:21, 3. Wolfgang Tedt (Stadtwerke Flensburg) 29:35.

M60: 1. Klaus-R. Jacobsen (DGF Flensburg) 31:01, 2. Klaus Dietrich 31:41.

M65: 1. Axel von Halle 34:14, 2. Timm Clauß (SV Elsdorf) 35:06.

M70: 1. Siegfried Janek (Polizei SV Flensburg) 34:53.

MBAM: 1. Lewis Tietgen (Schule Fruerlund)

44:00, 2. Chris-Amadey Petersen (Schule Fruerlund) 44:27.

Männliche Jugend A: 1. Alexander Schmidtke (Nordsee-Internat St. Peter-Ording) 31:44.

Männliche Jugend B: 1. Erik Hertel (TriAs Flensburg) 21:54, 2. Mats Scherdin (Freie Waldorfschule Flensburg) 25:13, 3. Hannes Latour (Freie Waldorfschule Flensburg) 29:15.

Schüler A: 1. Joel Fitkau 26:50, 2. Kjell Lunk (1. Flensburger Lauf-treff) 28:38, 3. Leve Jacobson (Fri Öwingsfloose) 28:43.

Schüler B: 1. Thies Henry Heinrichs (TriAs Flensburg) 24:58, 2. Niklas Schulz (Grundschule Adelby) 26:35, 3. Tjalf Stuber (Team Korn) 28:34.

Schüler C: 1. Fabian Rieck (TSV Lindewitt) 24:18, 2. Tom Nagel (Familie Joensen) 26:43, 3. Patrick Kohn (TSV Hattstedt) 26:52.

Schüler D: 1. Robin Vd. Bos (Schule Fruerlund) 26:56, 2. Miko Schulz (Grundschule Adelby) 30:44, 3. Jesse Käsler (TC Glücksburg) 31:10.

Ruprechtlauf (1,9 km)

Frauen Gesamt: 1. Caroline Eckert (TSV Glücksburg) 7:40, 2. Sabrina Dittmann 10:21, 3. Leni van de Bergh (TSV Fahrdorf) 11:06, 4. Nadine Hinderks (SV Adelby) 11:26, 5. Lea Wagner (Dansk Skoleforening for Sydslesvig) 11:47, 6. Paula Rask 12:06, 7. Sarah Hansen (TSV Goldebek) 12:07, 8. Lotta Reinicke 12:14, 9. Thea Schulz (Grundschule Adelby) 12:20, 10. Yasmina Marie Borowski (Grundschule Adelby) 12:22.

Männer Gesamt: 1. Hanno Reese (TSV Kappeln) 6:59, 2. Sven Seffern (TRIXIE) 8:44, 3. Tim Ullmann (A.S.K. Anwalts-u.Steuerkanzlei Dr. Klose) 9:17, 4. Alexander Wamat (Budo Club Flensburg) 9:40, 5. Lasse Nagel (Familie Joensen) 9:46, 6. Julian Heldt (Flensburg 08) 9:53, 7. Lasse Erstling (Rosa Company) 10:03, 8. Konrad Kühl (Grundschule Adelby) 10:07, 9. Roman Grein (TSV Lindewitt) 10:21, 10. Tom Detzelt (Rosa Company) 10:21.

Altersklassen:

W20: 1. Sabrina Dittmann 10:21, 2. Vanessa Wawerek (Grundschule Adelby) 12:26, 3. Kirsten Eisele 12:42.

W30: 1. Jessica Wagner (Dansk Skoleforening for Sydslesvig) 12:52.

W35: 1. Sonja Zierke 13:41.

W40: 1. Nadine Hinderks (SV Adelby) 11:26, 2. Caren Thiernann 17:58.

W50: 1. Beate Metzger (LG Flensburg) 13:29.

W60: 1. Karin Spitzmann (Grundschule Adelby) 12:22.

W65: 1. Hanne Joensen (Familie Joensen) 18:05.

WBAM: 1. Sarah Hansen (TSV Goldebek) 12:07, 2. Lotta Reinicke 12:14, 3. Yasmina Marie Borowski (Grundschule Adelby) 12:22.

Weibliche Jugend A: 1. Caroline Eckert (TSV Glücksburg) 7:40.

Schülerinnen C: 1. Leni van de Bergh (TSV Fahrdorf) 11:06, 2. Lea Wagner (Dansk Skoleforening for Sydslesvig) 11:47, 3. Annemieke Regge (TSB Flensburg) 12:54.

Schülerinnen D: 1. Paula Rask 12:06, 2. Thea Schulz (Grundschule Adelby) 12:20, 3. Elina Erichsen 12:26.

M20: 1. Julian Heldt (Flensburg 08) 9:53.

M35: 1. Jasper Salzwedel (MTV Schwabstedt) 13:29, 2. Thorsten Mielke (Grundschule Adelby) 13:59.

M40: 1. Niels Seeck 10:44, 2. Christian Günther (Grundschule Adelby) 12:51.

M45: 1. Sven Seffern (TRIXIE) 8:44, 2. Jens Hinderks (SV Adelby) 13:39.

M60: 1. Hans - Jürgen Dockhorn (1. Flensburger Lauf-treff) 10:48.

M65: 1. Joen Joensen (Familie Joensen) 18:05.

M70: 1. Siegfried Kern (LAV Husum) 14:25.

Männliche Jugend A: 1. Zorba Kanjo (Team Loit) 11:49, 2. Tade Friedrichsen (TSV Goldebek) 11:51, 3. Daniel Serinil (Team Loit) 12:24.

Schüler C: 1. Alexander Wamat (Budo Club Flensburg) 9:40, 2. Lasse Erstling (Rosa Company) 10:03, 3. Oliver Zierke 10:39.

Schüler D: 1. Tim Ullmann (A.S