

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 1
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
48:04	49	36	24	13	4	...	...	...	...	...	...	...	...	48:04
47:51	50	37	25	14	5	...	...	...	...	...	...	...	...	47:51
47:38	51	38	26	15	6	...	...	...	...	...	...	...	...	47:38
47:25	52	39	27	16	7	...	...	...	...	...	...	...	...	47:25
47:12	53	40	28	17	8	1	...	...	...	...	...	...	...	47:12
46:59	54	41	29	18	9	2	...	...	...	...	...	...	...	46:59
46:46	55	42	30	19	10	3	...	...	...	...	...	...	...	46:46
46:33	56	43	31	20	11	4	...	...	...	...	...	...	...	46:33
46:20	57	44	32	21	12	5	...	...	...	...	...	...	...	46:20
46:07	58	45	33	22	13	6	...	...	...	...	...	...	...	46:07
45:54	59	46	34	23	14	7	1	...	...	...	...	...	...	45:54
45:41	60	47	35	24	15	8	2	...	...	...	...	...	...	45:41
45:28	61	48	36	25	16	9	3	...	...	...	...	...	...	45:28
45:15	62	49	37	26	17	10	4	...	...	...	...	...	...	45:15
45:02	63	50	38	27	18	11	5	...	...	...	...	...	...	45:02
44:49	64	51	39	28	19	12	6	...	...	...	...	...	...	44:49
44:36	65	52	40	29	20	13	7	1	...	...	...	...	...	44:36
44:23	66	53	41	30	21	14	8	2	...	...	...	...	...	44:23
44:10	67	54	42	31	22	15	9	3	...	...	...	...	...	44:10
43:57	68	55	43	32	23	16	10	4	...	...	...	...	...	43:57
43:44	69	56	44	33	24	17	11	5	...	...	...	...	...	43:44
43:31	70	57	45	34	25	18	12	6	1	...	...	...	...	43:31
43:18	71	58	46	35	26	19	13	7	2	...	...	...	...	43:18
43:05	72	59	47	36	27	20	14	8	3	...	...	...	...	43:05
42:52	73	60	48	37	28	21	15	9	4	...	...	...	...	42:52
42:39	74	61	49	38	29	22	16	10	5	1	...	...	...	42:39
42:26	75	62	50	39	30	23	17	11	6	2	...	...	...	42:26
42:13	76	63	51	40	31	24	18	12	7	3	...	...	...	42:13
42:00	77	64	52	41	32	25	19	13	8	4	...	...	...	42:00

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 2
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
41:47	78	65	53	42	33	26	20	14	9	5	1	...	...	41:47
41:34	79	66	54	43	34	27	21	15	10	6	2	...	...	41:34
41:21	80	67	55	44	35	28	22	16	11	7	3	...	...	41:21
41:08	81	68	56	45	36	29	23	17	12	8	4	...	...	41:08
40:55	82	69	57	46	37	30	24	18	13	9	5	...	...	40:55
40:42	83	70	58	47	38	31	25	19	14	10	6	...	...	40:42
40:29	84	71	59	48	39	32	26	20	15	11	7	...	...	40:29
40:16	85	72	60	49	40	33	27	21	16	12	8	...	...	40:16
40:03	86	73	61	50	41	34	28	22	17	13	9	...	...	40:03
39:50	87	74	62	51	42	35	29	23	18	14	10	...	...	39:50
39:37	88	75	63	52	43	36	30	24	19	15	11	...	...	39:37
39:24	89	76	64	53	44	37	31	25	20	16	12	1	...	39:24
39:11	90	77	65	54	45	38	32	26	21	17	13	2	...	39:11
38:58	91	78	66	55	46	39	33	27	22	18	14	3	...	38:58
38:46	92	79	67	56	47	40	34	28	23	19	15	4	...	38:46
38:34	93	80	68	57	48	41	35	29	24	20	16	5	...	38:34
38:22	94	81	69	58	49	42	36	30	25	21	17	6	...	38:22
38:10	95	82	70	59	50	43	37	31	26	22	18	7	1	38:10
37:58	96	83	71	60	51	44	38	32	27	23	19	8	2	37:58
37:46	97	84	72	61	52	45	39	33	28	24	20	9	3	37:46
37:34	98	85	73	62	53	46	40	34	29	25	21	10	4	37:34
37:22	99	86	74	63	54	47	41	35	30	26	22	11	5	37:22
37:10	100	87	75	64	55	48	42	36	31	27	23	12	6	37:10
36:58	101	88	76	65	56	49	43	37	32	28	24	13	7	36:58
36:46	102	89	77	66	57	50	44	38	33	29	25	14	8	36:46
36:34	103	90	78	67	58	51	45	39	34	30	26	15	9	36:34
36:22	104	91	79	68	59	52	46	40	35	31	27	16	10	36:22
36:10	105	92	80	69	60	53	47	41	36	32	28	17	11	36:10
35:58	106	93	81	70	61	54	48	42	37	33	29	18	12	35:58

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 3
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
35:46	107	94	82	71	62	55	49	43	38	34	30	19	13	35:46
35:34	108	95	83	72	63	56	50	44	39	35	31	20	14	35:34
35:22	109	96	84	73	64	57	51	45	40	36	32	21	15	35:22
35:10	110	97	85	74	65	58	52	46	41	37	33	22	16	35:10
34:58	111	98	86	75	66	59	53	47	42	38	34	23	17	34:58
34:46	112	99	87	76	67	60	54	48	43	39	35	24	18	34:46
34:34	113	100	88	77	68	61	55	49	44	40	36	25	19	34:34
34:22	114	101	89	78	69	62	56	50	45	41	37	26	20	34:22
34:10	115	102	90	79	70	63	57	51	46	42	38	27	21	34:10
33:58	116	103	91	80	71	64	58	52	47	43	39	28	22	33:58
33:46	117	104	92	81	72	65	59	53	48	44	40	29	23	33:46
33:34	118	105	93	82	73	66	60	54	49	45	41	30	24	33:34
33:22	119	106	94	83	74	67	61	55	50	46	42	31	25	33:22
33:10	120	107	95	84	75	68	62	56	51	47	43	32	26	33:10
32:58	121	108	96	85	76	69	63	57	52	48	44	33	27	32:58
32:46	122	109	97	86	77	70	64	58	53	49	45	34	28	32:46
32:34	123	110	98	87	78	71	65	59	54	50	46	35	29	32:34
32:22	124	111	99	88	79	72	66	60	55	51	47	36	30	32:22
32:10	125	112	100	89	80	73	67	61	56	52	48	37	31	32:10
31:58	126	113	101	90	81	74	68	62	57	53	49	38	32	31:58
31:46	127	114	102	91	82	75	69	63	58	54	50	39	33	31:46
31:34	128	115	103	92	83	76	70	64	59	55	51	40	34	31:34
31:22	129	116	104	93	84	77	71	65	60	56	52	41	35	31:22
31:10	...	117	105	94	85	78	72	66	61	57	53	42	36	31:10
30:58	...	118	106	95	86	79	73	67	62	58	54	43	37	30:58
30:46	...	119	107	96	87	80	74	68	63	59	55	44	38	30:46
30:34	...	120	108	97	88	81	75	69	64	60	56	45	39	30:34
30:22	...	121	109	98	89	82	76	70	65	61	57	46	40	30:22
30:10	...	122	110	99	90	83	77	71	66	62	58	47	41	30:10

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 4
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
29:58	...	123	111	100	91	84	78	72	67	63	59	48	42	29:58
29:47	...	124	112	101	92	85	79	73	68	64	60	49	43	29:47
29:36	...	125	113	102	93	86	80	74	69	65	61	50	44	29:36
29:25	...	126	114	103	94	87	81	75	70	66	62	51	45	29:25
29:14	...	127	115	104	95	88	82	76	71	67	63	52	46	29:14
29:03	...	128	116	105	96	89	83	77	72	68	64	53	47	29:03
28:52	...	129	117	106	97	90	84	78	73	69	65	54	48	28:52
28:41	...	...	118	107	98	91	85	79	74	70	66	55	49	28:41
28:30	...	...	119	108	99	92	86	80	75	71	67	56	50	28:30
28:20	...	...	120	109	100	93	87	81	76	72	68	57	51	28:20
28:10	...	...	121	110	101	94	88	82	77	73	69	58	52	28:10
28:00	...	...	122	111	102	95	89	83	78	74	70	59	53	28:00
27:50	...	...	123	112	103	96	90	84	79	75	71	60	54	27:50
27:40	...	...	124	113	104	97	91	85	80	76	72	61	55	27:40
27:30	...	...	125	114	105	98	92	86	81	77	73	62	56	27:30
27:20	...	...	126	115	106	99	93	87	82	78	74	63	57	27:20
27:10	...	...	127	116	107	100	94	88	83	79	75	64	58	27:10
27:00	...	...	128	117	108	101	95	89	84	80	76	65	59	27:00
26:50	...	...	129	118	109	102	96	90	85	81	77	66	60	26:50
26:40	...	...	...	119	110	103	97	91	86	82	78	67	61	26:40
26:30	...	...	...	120	111	104	98	92	87	83	79	68	62	26:30
26:20	...	...	...	121	112	105	99	93	88	84	80	69	63	26:20
26:10	...	...	...	122	113	106	100	94	89	85	81	70	64	26:10
26:00	...	...	...	123	114	107	101	95	90	86	82	71	65	26:00
25:51	...	...	...	124	115	108	102	96	91	87	83	72	66	25:51
25:42	...	...	...	125	116	109	103	97	92	88	84	73	67	25:42
25:33	...	...	...	126	117	110	104	98	93	89	85	74	68	25:33
25:24	...	...	...	127	118	111	105	99	94	90	86	75	69	25:24
25:15	...	...	...	128	119	112	106	100	95	91	87	76	70	25:15

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 5
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
25:06	...	...	...	129	120	113	107	101	96	92	88	77	71	25:06
24:57	...	...	...	...	121	114	108	102	97	93	89	78	72	24:57
24:48	...	...	...	...	122	115	109	103	98	94	90	79	73	24:48
24:39	...	...	...	...	123	116	110	104	99	95	91	80	74	24:39
24:30	...	...	...	...	124	117	111	105	100	96	92	81	75	24:30
24:21	...	...	...	...	125	118	112	106	101	97	93	82	76	24:21
24:12	...	...	...	...	126	119	113	107	102	98	94	83	77	24:12
24:03	...	...	...	...	127	120	114	108	103	99	95	84	78	24:03
23:54	...	...	...	...	128	121	115	109	104	100	96	85	79	23:54
23:45	...	...	...	...	129	122	116	110	105	101	97	86	80	23:45
23:36	...	...	...	...	...	123	117	111	106	102	98	87	81	23:36
23:27	...	...	...	...	...	124	118	112	107	103	99	88	82	23:27
23:18	...	...	...	...	...	125	119	113	108	104	100	89	83	23:18
23:09	...	...	...	...	...	126	120	114	109	105	101	90	84	23:09
23:00	...	...	...	...	...	127	121	115	110	106	102	91	85	23:00
22:52	...	...	...	...	...	128	122	116	111	107	103	92	86	22:52
22:44	...	...	...	...	...	129	123	117	112	108	104	93	87	22:44
22:36	...	...	...	...	...	...	124	118	113	109	105	94	88	22:36
22:28	...	...	...	...	...	...	125	119	114	110	106	95	89	22:28
22:20	...	...	...	...	...	...	126	120	115	111	107	96	90	22:20
22:12	...	...	...	...	...	...	127	121	116	112	108	97	91	22:12
22:04	...	...	...	...	...	...	128	122	117	113	109	98	92	22:04
21:56	...	...	...	...	...	...	129	123	118	114	110	99	93	21:56
21:48	...	...	...	...	...	...	...	124	119	115	111	100	94	21:48
21:40	...	...	...	...	...	...	...	125	120	116	112	101	95	21:40
21:32	...	...	...	...	...	...	...	126	121	117	113	102	96	21:32
21:24	...	...	...	...	...	...	...	127	122	118	114	103	97	21:24
21:16	...	...	...	...	...	...	...	128	123	119	115	104	98	21:16
21:08	...	...	...	...	...	...	...	129	124	120	116	105	99	21:08

5 km	Punktliste Geherpokal -Version 2015													5 / 5
	W80	W75	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35	Frauen			
							W12/13	W14/15	W16/17	W18/19				
							M12/13	M14/15			M16/17	M18/19		
Zeiten	M90	M85	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35	Männer	Zeiten
21:00	...	...	...	...	...	...	...	...	125	121	117	106	100	21:00
20:52	...	...	...	...	...	...	...	...	126	122	118	107	101	20:52
20:44	...	...	...	...	...	...	...	...	127	123	119	108	102	20:44
20:36	...	...	...	...	...	...	...	...	128	124	120	109	103	20:36
20:28	...	...	...	...	...	...	...	...	129	125	121	110	104	20:28
20:20	...	...	...	...	...	...	...	...	...	126	122	111	105	20:20
20:12	...	...	...	...	...	...	...	...	...	127	123	112	106	20:12
20:05	...	...	...	...	...	...	...	...	...	128	124	113	107	20:05
19:58	...	...	...	...	...	...	...	...	...	129	125	114	108	19:58
19:51	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	126	115	109	19:51
19:44	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	127	116	110	19:44
19:37	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	128	117	111	19:37
19:30	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	129	118	112	19:30
19:24	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	119	113	19:24
19:18	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	120	114	19:18
19:12	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	121	115	19:12
19:06	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	122	116	19:06
19:00	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	123	117	19:00
18:54	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	124	118	18:54
18:48	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	125	119	18:48
18:42	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	126	120	18:42
18:36	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	127	121	18:36
18:30	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	128	122	18:30
18:24	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	129	123	18:24
18:18	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	124	18:18
18:12	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	125	18:12
18:06	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	126	18:06
18:00	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	127	18:00
17:55	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	128	17:55
17:50	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	129	17:50