

2023

08.01.	Reporterlauf Neustadt (ca.10km)					
	Franziska	47:52	2. /	1. Pl.	W30	
02.04.	Timmendorfer Strand Ostseelauf (10km)					
	Dirk	45:19	30. /	2. Pl.	M50	
	(Halbmarathon)					
	Franziska	1:44:28	17. /	4. Pl.	W30	
23.04.	Hamburg Marathon					
	Joachim	5:20:36	6364. /	300. Pl.	M60	
07.05.	Marbella 70,3 (1,9-90-21,1)					
	Franziska	5:50:30	52. /	11. Pl.	W30	
	(35:43-3:18-3:16:04-3:05-1:52:22)					
13.05.	Rennsteiglauf (HM)					
	Holger	1:45:37	354. /	32. Pl.	M50	
04.06.	Rund um Ratekau (15km)					
	Jan	1:26:31	39. /	4. Pl.	M55	
11.06.	7tt Lübeck (OD)					
	Franziska	2:35:29	7. /	1. Pl.	W30	
	(30:59-1:31-1:10:00-1:45-51:11)					
18.06.	Grevesmühlener Stadtlauf (10,9km)					
	Jan	57:52	26. /	3. Pl.	M4	
22.06.	Midsummer Triathlon Grobensee (0,5-20-5)					
	Sven	1:02:06	6. /	1. Pl.	M45	
	(7:18-33:29-21:18)					
24.06.	Viking Triathlon Schleswig (1,9-90-21,1)					
	Franziska	5:16:03	11. /	7. Pl.	W30	
	(35:21-2:30-2:37:24-1:55-1:58:56)		5. /	2. Pl.	W30 LM	
25.06.	Challenge Roth (3,8-180-42,195)					
	Manuel	11:08:36	1307. /	271. Pl.	M40	
	(1:00:52-4:19-5:22:19-6:30-4:34:38)					
01.07.	Koberbachtal Triathlon Polizei DM (1,5-36-10)					
	Sven	2:07:34	51. /	4. Pl.	M45	
	(25:50-0:36-56:57-0:53-43:06)					
	Nicholas	2:13:15	71. /	6. Pl.	M45	
	(26:35-0:40-1:02:53-1:37-41:28)					
02.07.	VeloCity Berlin (56,2 km)					
	Uwe	2:05:04	2014. /	32. Pl.	MSEN5	
02.07.	Itzehoe Triathlon (0,75-20-5)					
	Silke	1:21:47	38. /	6. Pl.	W50 (LLHH)	
	(14:11-1:15-38:44-1:43-25:57)					
02.07.	Poggensee Triathlon (0,5-23-7)					
	Franziska	1:23:04	1. /	1. Pl.	W30	
	(9:04-0:50-39:04-0:58-33:08)					

2023

08.07.	Cross Duathlon Dassow (23-7)				
	Jan	1:36:37	33.		Pl.
	(55:23-41:14)				
09.07.	Offendorf Triathlon (0,5-20-5)				
	Manuel	1:06:59	9. /	2. Pl.	M40
	(7:25-0:54-36:05-1:01-21:31)				
	Jan	1:18:44	55. /	5. Pl.	M55
	(10:02-1:24-39:27-1:11-26:37)				
	Ralf	1:22:03	65. /	9. Pl.	M45
	(10:55-1:39-41:06-1:44-26:37)				
29.07.	Müritz Triathlon (2-80-20)				
	Sven	3:58:39	22. /	3. Pl.	M45
	(31:00-1:27-1:58:56-1:44-1:25:35)				
30.07.	Hofsee Triathlon (0,5-20-5)				
	Ralf	1:21:13	54. /	5. Pl.	M45
	(10:49-1:51-35:42-1:37-31:12)				
06.08.	Seifen Erzgebirgs-Bike-Marathon (40km)				
	Silke	2:47:49	24. /	4. Pl.	Master 3
	Glücksburg Ostseeman (3,8-180-42,198)				
	Franziska	11:22:12	7. /	3. Pl.	W30
	(1:13:49-2:35-5:42:50-2:09-4:20:49)		6. /	2. Pl.	W30 DM
20.08.	Cyclastics Hamburg (57,3km)				
	Uwe	1:47:10	1435. /	21. Pl.	M70
	Q-Tri Bornhöved (0,5-22-5)				
	Sven	1:01:34	5. /	1. Pl.	M45
	(6:42-35:10-19:41)				
25.08.	Buntekuhlauf (5km)				
	Markus Heidenreich	25:09	32. /	2. Pl.	M55
27.08.	Elbe-Triathlon Hamburg (0,5-20-5)				
	Franziska	1:07:12	1. /	1. Pl.	W30
	(9:51-0:47-32:25-0:53-23:18)				
	Wakenitzman (14km)				
	Jan	4:10:40	22. /	15. Pl.	M
03.09.	Norderstedt Tribühne Triathlon (0,5-20-5)				
	Franziska	1:13:28	2. /	1. Pl.	W30
	(11:19-2:17-35:39-1:04-23:11)				
	(1,5-40-10)				
	Sven	2:10:55	6. /	1. Pl.	M45
	(24:43-2:27-1:01:52-1:18-40:35)		13. /	1. Pl.	M45 LM
	Nicholas	2:14:48	8. /	2. Pl.	M45
	(24:49-2:58-1:04:27-1:50-40:44)				
06.09.	Eutiner Seelauf (9,5 km)				
	Markus Heidenreich	50:56	84. /	2. Pl.	M55

2023

09.09.	Almere (1,9-94-21,1)				
	Manuell	4:55:18	118. /	15. Pl.	M40
		(28:45-4:41-2:26:44-4:24-1:50:44)			
10.09.	Fehmarn Triathlon (1,5-43-10)				
	Sven	2:14:51	1. /	1. Pl.	M45
		(24:27-0:49-1:07:21-0:58-41:13)			
16.09.	Oldenburger Hospizlauf (5 km)				
	Franziska	22:06	1. /	1. Pl.	W30
03.10.	Köhlbrandbrückenlauf (12,3 km)				
	Franziska	59:37	18. /	4. Pl.	W30
		aller 3 Läufe	49. /	9. Pl.	
03.12.	Ratzeburger Adventslauf (7,3 km)				
	Jan-Patrick	30:34	13. /	6. Pl.	M20
	Jonathan	39:58	98. /	20. Pl.	M20
28.12.	Bochum Swim 100x100				
	Jan	02:30			