2024

07.01.	**1. Winterlaufserie Eckernförde (10km)**					
	Manuel	42:34	22.	/	7. Pl.	M45
14.01.	**Reporterlauf Neustadt (ca.10km)**					
	Sven	39:38	8.	/	2. Pl.	M45
	Franziska	44:29	24.	/	3. Pl.	W30
21.01.	**Winterlauf Ratzeburg (7,5km)**					
	Sven	28:44	11.	/	3. Pl.	M-S3
	Silke	41:11	47.	/	3. Pl.	W-S4
	1. Winterlaufserie Eckernförde (15km)					
	Manuel	1:06:03	16.	/	6. Pl.	M45
04.02.	**1. Winterlaufserie Eckernförde (21,1km)**					
	Manuel	1:32:33	11.	/	4. Pl.	M45
	Gesamt:	3:21:10	11.	/	5. Pl.	M45
02.03.	**Crosslauf Bad Schwartau (4,2km)**					
	Silke	22:53	4.	/	1. Pl.	W50
17.03.	**Ostseelauf Timmendorfer Strand (5km)**					
	Silke	26:25	25.	/	1. Pl.	W50
	(10km)					
	Sven	40:04	17.	/	3. Pl.	M45
	Janne	51:58	128.	/	19. Pl.	M40
	Ralf	55:52	165.	/	12. Pl.	M50
01.04.	**Osterlauf Hamburg (10km)**					
	Franziska	42:29	1.	/	1. Pl.	W30
	Janne	52:25	66.	/	12. Pl.	M40
21.04.	**London Marathon**					
	Holger	03:47:17	11708.	/	1189. Pl.	M50
	Hamburger Halbmarathon durchs Alte Land					
	Sven	1:29:12	15.	/	3. Pl.	M45
	Franziska	1:31:28	2.	/	1. Pl.	W30
28.04.	**Hamburg Marathon**					
	Joachim	5:44:39	8347.	/	350. Pl.	M60
05.05.	**RUN & BIKE Alveslohe (5-39-9)**					
	Sven	2:00:54	10.	/	2. Pl.	M45
	(19:48-1:05:01-36:05)					
26.05.	**Grömitzer Sun-Run (HM)**					
	Sven	1:34:39	23.	/	4. Pl.	M45
	Büchen Triathlon (1-42-10)					
	Janne	2:48:03	51.	/	11. Pl.	M40
	(26:03-2:20-1:22:36-1:20-55:42)					
	Kraichgau (Ironman 70,3)					
	Franziska	5:10:51	73.	/	12. Pl.	W30
	(34:49-3:13-2:49:05-3:56-1:40:50)					

2024

02.06.	**Rund um Ratekau (15km)**						
	Ralf	1:25:44	35.	/	3.	Pl.	M50
09.06.	**Rosenstadt Triathlon (0,5-20-5)**						
	Manuel	1:08:19	4.	/	1.	Pl.	M45
	(8:54-1:59-37:01-1:52-18:32)						
	Janne	1:30:36	22.	/	3.	Pl.	M40
	(16:04-3:11-45:30-2:55-22:56)						
16.06.	**Lübeck 7tt (1,9-90-20)**						
	Sven	4:23:56	6.	/	1.	Pl.	M45
	(31:02-2:15-2:17:59-2:21-1:30:17)						
	(1,5-36-10)						
	Ralf	2:43:49	83.	/	14.	Pl.	M50
	(33:20-3:32-1:07:12-2:52-56:51)						
	(0,5-18-5)						
	Kerstin	1:14:41	23.	/	4.	Pl.	W40
	(11:14-1:30-33:59-1:40-26:17)						
23.06.	**Viking Triathlon Schleswig (1,9-90-21,1)**						
	Manuel	4:50:36	87.	/	14.	Pl.	M45
	(28:11-3:15-2:21:07-4:01-1:54:02)		**39.**	/	**6.**	**Pl.**	**LM**
			59.	/	**10.**	**Pl.**	**NDM**
	Staffel						
	Schwimmen						
	Franziska	34:04					
	Rad						
	Janne	2:50:59					
30.06.	**Hachede Triathlon Geesthacht**						
	Kerstin	1:18:50	6.	/	1.	Pl.	W40
	(12:48-1:01-38:47-1:02-25:10)						
05.07.	**Roth (0,75-20-5)**						
	Janne	1:25:58	74.	/	49.	Pl.	M
	(18:36-1:47-40:03-1:28-24:04)						
07.07.	**Poggensee Triathlon (0,5-21-5)**						
	Sven	1:05:06	4.	/	2.	Pl.	M45
	(8:15-0:56-34:28-0:52-20:35)						
	Roth (3,8-180-42,195)						
	Franziska	12:34:05	430.	/	96.	Pl.	W30
	(1:11:42-1:56-5:24:50-2:13-5:53:25)						
13.07.	**Cross Duathlon Dassow (23-7)**						
	Jan	1:37:01	29.			Pl.	M
	(55:20-41:40)						
	Staffel Rad						
	Silke	49:36					
14.07.	**Hamburg Triathlon (1,5-40-10)**						
	Gabor	2:48:31	1103.	/	99.	Pl.	M45
	(38:29-6:05-1:08:05-4:29-51:26)						

2024

27.07.	**Waren (2-80-20)**					
	Sven	3:59:24	14.	/	4. Pl.	M45
	(32:09-1:17-1:56:50-2:06-1:27:06)					
28.07.	**Stuhr (1,5-36,3-10)**					
	Manuel	2:06:06	9.	/	2. Pl.	M45
	(23:05-2:29-56:03-1:39-42:49)					
04.08.	**Glücksburg (1,9-90-21,1)**					
	Janne	5:56:51	364.	/	47. Pl.	M40
			218.	/	**31. Pl.**	**DM**
	(48:50-3:17-2:59:16-3:30-2:01:58)					
18.08.	**Q-Tri Bornhöved (0,5-22-5)**					
	Andreas	1:17:22	18.	/	4. Pl.	M50
	(9:46-40:47-26:48)					
25.08.	**Elbe-Triathlon (0,5-20-5)**					
	Janne	1:18:59	90.	/	7. Pl.	M40
	(14:34-1:05-37:48-1:11-24:22)					
01.09.	**Segeberger Volkslauf (8,5km)**					
	Silke	47:40	29.	/	4. Pl.	W50
	Norderstedt Triathlon (0,5-20-5)					
	Manuel	1:10:09	13.	/	3. Pl.	M45
	(8:52-2:34-35:02-1:26-22:17)					
	Janne	1:21:57	79.	/	16. Pl.	M40
	(14:38-3:15-38:22-1:27-24:17)					
	Sölden Radmarathon (227km)					
	Markus Hardrath	11:22:34	2492.	/	622. Pl.	MK2
08.09.	**Kiel Lauf (10,4km)**					
	Janne	50:24	286.	/	34. Pl.	M40
14.09.	**Erkner (Ironman 5150)**					
	Janne	2:58:05	199.	/	30. Pl.	M40
	(38:33-4:00-1:14:43-5:05-55:46)					
15.09.	**Erkner (Ironman 70,3)**					
	Gabor	5:50:27	937.	/	123. Pl.	M45
	(38:08-7:18-2:46:31-3:58-2:14:34)					
29.09.	**Lübecker Citylauf (ca. 10,8km)**					
	Gabor	1:01:10	280.	/	28. Pl.	M45
20.10.	**Lübeck Marathon**					
	Ralf	4:42:37	346.	/	33. Pl.	M50
	Halbmarathon					
	Holger	1:28:33	34.	/	2. Pl.	M50
	Janne	1:51:24	317.	/	36. Pl.	M40
	Jörg	2:19:13	788.	/	31. Pl.	M60
	Staffel (ca. 4,2km)					
	Gabor	21:13				
02.11.	**Travemünde Open Firefighter Night Run (12km)**					
	Janne	57:51	31.	/	5. Pl.	M40

2024

04.11.	**Lütjenburg (HM)**					
	Andreas	2:03:04	49.	/	8. Pl.	M50
10.11.	**Bad Oldesloe Crosslauf (4270m)**					
	Sven	16:33	4.	/	1. Pl.	M45
01.12.	**Ahrensburg Waldlauf (4,76km)**					
	Sven	18:11	5.	/	1. Pl.	M45
	Ratzeburger Adventslauf (7,3km)					
	Jan-Partick	33:50	26.	/	4. Pl.	M20
	Janne	36:24	49.	/	4. Pl.	M40
	Jonathan	40:45	101.	/	15. Pl.	M20
	Joachim	41:53	124.	/	11. Pl.	M60
	Valencia Marathon					
	Holger	3:37:15	14296.	/	1319. Pl.	M50
31.12.	**München Silvesterlauf (5km)**					
	Janne	27:24	184.	/	14. Pl.	M40