

Ostfriesische Sieben 2025: 5km – Männer										
Platz	Name	Jahrgang	Verein	Berglauf	Matjeslauf	Polderlauf	middenmang Loop	Appel- Loop	Delftlauf	Gesamt
1	Miege, Rouven-Manuel	2001	Emder LG	100	100	100	0	100	100	500
2	Weermann, Fabian	2005	Braunschweiger Laufclub/TuS Hinte	0	99	99	100	99	99	496
3	Lottmann, Ralf	1971	EWE Wattloopers	98	98	95	98	97	98	489
4	Peter, Dennis	1986		96	95	92	96	0	97	476
5	Tamminga, Kai	1974	Emder LG	91	94	94	95	96	96	475
6	Gerdes, Manuel	1989	Laufgruppe Unangenehm	94	0	90	92	95	95	466
7	Bakker, Markus	1992	SV Frisch-Auf Wybelsum	89	93	91	93	0	93	459
8	Mammen, Andreas	1980		90	90	87	91	93	94	458
9	Plück, Fred	1978	Laufgruppe Unangenehm	93	84	85	88	94	92	452
10	Basa, Frank	1976	Laufgruppe Unangenehm	0	92	88	89	92	83	444
11	Faß, Johann	1957	Laufgruppe Unangenehm	88	89	86	90	89	0	442
12	Lübben, Thorsten	1994		85	79	84	86	91	89	435
13	Lambertus, Hans-Dieter	1961		84	86	75	85	86	91	432
14	Miege, Johannes	1972	RouKoJoh M hoch 2	86	85	83	87	90	0	431
15	Bönisch, Werner	1957	Emder LG	80	80	81	84	87	88	420
16	Seemann, Jens	1974		92	74	79	80	85	84	420
17	Eilers, Stefan	1984		0	75	80	82	84	87	408
18	Graf, Michael	1959		77	76	76	81	83	86	403
19	Van der Pütten, Ralf	1981	TuS Eintracht Hinte	78	77	78	0	82	85	400
20	Klinkenborg, Enno	1984	TV Norden	99	0	96	99	98	0	392
21	Ihlow, Werner	1945	TV Norden	74	0	74	79	81	82	390
22	Steinke, Dietrich	1941	SV Concordia Neermoor	73	72	0	78	80	81	384
23	Aeilts, Andreas	1965	Emder LG	0	97	93	97	0	0	287
24	Endjer, Christoph	1974	Emder LG	97	91	0	94	0	0	282
25	Kruse, Holger	1983		79	96	98	0	0	0	273
26	Reimers, Daniel	1983		0	82	89	0	0	90	261
27	Behrends, Thilo	1999	Ems Maritime Offshore GmbH	0	0	82	83	88	0	253

28	Reisinger, Nils	2000		95	87	0	0	0	0	182
29	Behrens, Sebastian	1980	Emder LG	87	88	0	0	0	0	175
30	Bungenstock, Oliver	1966	Emder LG	83	81	0	0	0	0	164
31	Meyer, Frank	1972		82	78	0	0	0	0	160
32	Peters, Jörg	1979		76	83	0	0	0	0	159
33	Arends, Hinrich	1960	Tus Pewsum	75	73	0	0	0	0	148
34	Zeiß, Thorsten	1992	Toddi & Chris	0	0	97	0	0	0	97
35	Tempel, Matthias	1972	Team Triple MMM	81	0	0	0	0	0	81
36	Kaczmarek, Andreas	1981	TUS Hinte	0	0	77	0	0	0	77
37	Eden, Michael	1973	EMA Running Group	0	0	0	0	0	0	0
38	Gontjes, Dajo	1987	MTV Aurich	0	0	0	0	0	0	0