

Ergebnisse & Ehrungen

HEIDI CHALLENGE 2026

10. – 14. Oktober 2026 · Potsdam & Berlin-Spandau

Endstand nach 5 Etappen

23

LÄUFER:INNEN

11

ÜBER ALLE 5 ETAPPEN

315,6

KILOMETER ULTRA

211

KILOMETER MARATHON

Die Ehrungen

Geehrt wird nicht nur Tempo: Ausgeglichenheit über die ganze Woche, die schnellste Zeit auf Etappe 2 und der stärkste Antritt in der Speedrunde auf Etappe 5. Ausgeglichenheit und Etappe 2 werten nur Läufer:innen, die alle 5 Etappen bestreiten.

AUSGEGLICHENSTE DURCHSCHNITTSGESCHWINDIGKEIT

Platz 1

alle (Ultra + Marathon), kleinste max. Abweichung vom eigenen Ø

Karina Loll #11

3,8 %

MAX. ABWEICHUNG

SPEEDRUNDE INNERHALB ETAPPE 5

Platz 1 Frauen

nur alle 5 Etappen; größte Abweichung schneller als eigener Ø

Tanya Ostapenko #3

40,6 %

SCHNELLER ALS Ø

SPEEDRUNDE INNERHALB ETAPPE 5

Platz 1 Männer

nur alle 5 Etappen; größte Abweichung schneller als eigener Ø

Georg Hilden #4

28,1 %

SCHNELLER ALS Ø

SCHNELLSTE ZEIT ETAPPE 2

Marathon – Platz 1 Frauen

entfällt (keine Marathonläuferin)

Pokal frei – keine Marathonläuferin auf Etappe 2

SCHNELLSTE ZEIT ETAPPE 2

Marathon – Platz 1 Männer

schnellste Laufzeit Etappe 2, nur alle 5 Etappen

Beat Knechtle #101

Ron Schulz #103

6:41:00

LAUFZEIT

GLEICHSTAND – DAS LOS ENTSCHEIDET

SCHNELLSTE ZEIT ETAPPE 2

Ultramarathon – Platz 1 Frauen

schnellste Laufzeit Etappe 2, nur alle 5 Etappen

Tanya Ostapenko #3

Karina Loll #11

9:20:00

LAUFZEIT

GLEICHSTAND – DAS LOS ENTSCHEIDET

SCHNELLSTE ZEIT ETAPPE 2

Ultramarathon – Platz 1 Männer

schnellste Laufzeit Etappe 2, nur alle 5 Etappen

Georg Hilden #4

Uwe Zehring #5

Ralf Methling #6

Heinz Zippran #7

9:20:00

LAUFZEIT

GLEICHSTAND – DAS LOS ENTSCHEIDET

Wer lief am gleichmäßigsten?

Für jede:n Läufer:in wird die eigene Durchschnitts-Pace über alle Etappen berechnet (Gesamtzeit ÷ Gesamtstrecke). Gewertet wird die größte Abweichung einer einzelnen Etappe von diesem Schnitt – je kleiner, desto gleichmäßiger. Ultra und Marathon gemeinsam.

PL.	NAME	M/W	KLASSE	Ø PACE	SCHNELLSTE	LANGSAMSTE	E1-E5	MAX. ABW.
1.	Karina Loll #11	W	Ultra	8:50	8:30	9:10		3,8 %
2.	Tanya Ostapenko #3	W	Ultra	8:49	8:30	9:10		4,0 %
3.	Ralf Methling #6	M	Ultra	8:41	8:19	9:02		4,3 %
4.	Georg Hilden #4	M	Ultra	8:45	8:19	9:02		5,1 %
4.	Heinz Zipprian #7	M	Ultra	8:45	8:19	9:02		5,1 %
6.	Klaus Neumann #102	M	Marathon	9:38	8:55	10:14		7,6 %
7.	Ilka Büsing #1	W	Ultra	9:19	8:30	10:06		8,6 %
7.	Thomas Behrens #2	M	Ultra	9:19	8:30	10:06		8,6 %
9.	Ron Schulz #103	M	Marathon	8:42	7:55	9:30		9,1 %
10.	Beat Knechtle #101	M	Marathon	9:21	8:28	9:59		9,6 %
11.	Uwe Zehring #5	M	Ultra	9:12	8:47	10:06		9,8 %

Pace in min/km. Punkte E1-E5: ● schnellste Etappe ● langsamste Etappe ● weitere Etappe ● noch nicht gelaufen

Die Woche in Zeiten

Alle Läufer:innen, die für die komplette Woche gemeldet sind – Etappenzeiten, Gesamtzeit und Durchschnitts-Pace. Sortiert nach Gesamtzeit .

PL.	NAME	M/W	ETAPPE 1	ETAPPE 2	ETAPPE 3	ETAPPE 4	ETAPPE 5	GESAMT	Ø PACE
ULTRAMARATHON · 315,6 KM									
1.	Ralf Methling #6	M	8:43:00	9:20:00	9:08:00	10:12:00	8:19:00	45:42:00	8:41
2.	Georg Hilden #4	M	8:43:00	9:20:00	9:32:00	10:12:00	8:17:00	46:04:00	8:45
2.	Heinz Zipprian #7	M	8:43:00	9:20:00	9:32:00	10:12:00	8:17:00	46:04:00	8:45
4.	Tanya Ostapenko #3	W	8:55:00	9:20:00	9:32:00	10:22:00	8:14:00	46:23:00	8:49
5.	Karina Loll #11	W	8:55:00	9:20:00	9:32:00	10:22:00	8:19:00	46:28:00	8:50
6.	Uwe Zehring #5	M	9:14:00	9:20:00	9:58:00	11:25:00	8:28:00	48:25:00	9:12
7.	Ilka Büsing #1	W	8:55:00	9:52:00	9:58:00	11:25:00	8:48:00	48:58:00	9:19
7.	Thomas Behrens #2	M	8:55:00	9:52:00	9:58:00	11:25:00	8:48:00	48:58:00	9:19
–	Andreas Amann #10	M	8:43:00	9:52:00	9:32:00	10:46:00	DNF	DNF	9:03
MARATHON · 211 KM									
1.	Ron Schulz #103	M	6:21:00	6:41:00	5:57:00	5:34:00	8:19:00*	32:52:00	8:42
2.	Beat Knechtle #101	M	6:21:00	6:41:00	5:57:00	6:54:00	7:01:00	32:54:00	9:21
3.	Klaus Neumann #102	M	6:21:00	7:12:00	6:16:00	6:54:00	7:11:00	33:54:00	9:38

* Etappe auf der Ultra-Distanz gelaufen. DNF = Etappe nicht beendet, damit nicht in der Gesamtwertung.

ETAPPE 1

Tour Werder

Potsdam → Potsdam

62,9 km

20	18	8:43:00	6:21:00
Starter:innen	im Ziel gewertet	schnellste Zeit Ultra	schnellste Zeit Marathon

PL.	NAME	M/W	ZEIT	PACE
ULTRAMARATHON				
1.	Georg Hilden #4	M	8:43:00	8:19
1.	Ralf Methling #6	M	8:43:00	8:19
1.	Heinz Zipprian #7	M	8:43:00	8:19
1.	Andreas Amann #10	M	8:43:00	8:19
1.	Ralf Thorsten Jürgens #300	M	8:43:00	8:19
6.	Eugen Schatz #305	M	8:49:00	8:25
7.	Ilka Büsing #1	W	8:55:00	8:30
7.	Thomas Behrens #2	M	8:55:00	8:30
7.	Tanya Ostapenko #3	W	8:55:00	8:30
7.	Karina Loll #11	W	8:55:00	8:30
11.	Christian Nimpisch #201	M	9:03:00	8:38
12.	Uwe Zehring #5	M	9:14:00	8:48
12.	David Kallwitz #202	M	9:14:00	8:48
14.	Sebastian Steinhuber #307	M	9:21:00	8:55
14.	Margarita Schneider #308	W	9:21:00	8:55
–	Maximilian Treutler #302	M	ohne Zeit	
–	Mubin Nadaf #303	M	ohne Zeit	
MARATHON				
1.	Beat Knechtle #101	M	6:21:00	9:02
1.	Klaus Neumann #102	M	6:21:00	9:02
1.	Ron Schulz #103	M	6:21:00	9:02

ETAPPE 2

Tour Teltowkanal

Potsdam → Berlin-Spandau

63,7 km

17

Starter:innen

17

im Ziel gewertet

8:09:00

schnellste Zeit Ultra

6:41:00

schnellste Zeit Marathon

PL.	NAME	M/W	ZEIT	PACE
ULTRAMARATHON				
1.	Sascha Dehling #306	M	8:09:00	7:41
2.	David Kallwitz #202	M	9:15:00	8:43
2.	Sebastian Steinhuber #307	M	9:15:00	8:43
4.	Tanya Ostapenko #3	W	9:20:00	8:47
4.	Georg Hilden #4	M	9:20:00	8:47
4.	Uwe Zehring #5	M	9:20:00	8:47
4.	Ralf Methling #6	M	9:20:00	8:47
4.	Heinz Zipprian #7	M	9:20:00	8:47
4.	Karina Loll #11	W	9:20:00	8:47
10.	Ilka Büsing #1	W	9:52:00	9:18
10.	Thomas Behrens #2	M	9:52:00	9:18
10.	Andreas Amann #10	M	9:52:00	9:18
13.	Christian Nimpisch #201	M	10:10:00	9:35
MARATHON				
1.	Beat Knechtle #101	M	6:41:00	9:30
1.	Ron Schulz #103	M	6:41:00	9:30
3.	Klaus Neumann #102	M	7:12:00	10:14
3.	Marcel Heining #309	M	7:12:00	10:14

ETAPPE 3

Tour City Berlin

Rundkurs ab/an Spandau

63,5 km

13

Starter:innen

13

im Ziel gewertet

8:18:00

schnellste Zeit Ultra

5:57:00

schnellste Zeit Marathon

PL.	NAME	M/W	ZEIT	PACE
ULTRAMARATHON				
1.	Christian Fatton #304	M	8:18:00	7:51
2.	Ralf Methling #6	M	9:08:00	8:38
3.	Tanya Ostapenko #3	W	9:32:00	9:00
3.	Georg Hilden #4	M	9:32:00	9:00
3.	Heinz Zipprian #7	M	9:32:00	9:00
3.	Andreas Amann #10	M	9:32:00	9:00
3.	Karina Loll #11	W	9:32:00	9:00
8.	Ilka Büsing #1	W	9:58:00	9:25
8.	Thomas Behrens #2	M	9:58:00	9:25
8.	Uwe Zehring #5	M	9:58:00	9:25
MARATHON				
1.	Beat Knechtle #101	M	5:57:00	8:28
1.	Ron Schulz #103	M	5:57:00	8:28
3.	Klaus Neumann #102	M	6:16:00	8:55

ETAPPE 4

Tour Havel Süd

Rundkurs ab/an Spandau

67,8 km

13 Starter:innen	13 im Ziel gewertet	8:52:00 schnellste Zeit Ultra	5:34:00 schnellste Zeit Marathon
---------------------	------------------------	----------------------------------	-------------------------------------

PL.	NAME	M/W	ZEIT	PACE
ULTRAMARATHON				
1.	Christian Fatton #304	M	8:52:00	7:51
2.	Georg Hilden #4	M	10:12:00	9:02
2.	Ralf Methling #6	M	10:12:00	9:02
2.	Heinz Zipprian #7	M	10:12:00	9:02
5.	Tanya Ostapenko #3	W	10:22:00	9:10
5.	Karina Loll #11	W	10:22:00	9:10
7.	Andreas Amann #10	M	10:46:00	9:32
8.	Ilka Büsing #1	W	11:25:00	10:06
8.	Thomas Behrens #2	M	11:25:00	10:06
8.	Uwe Zehring #5	M	11:25:00	10:06
MARATHON				
1.	Ron Schulz #103	M	5:34:00	7:55
2.	Beat Knechtle #101	M	6:54:00	9:49
2.	Klaus Neumann #102	M	6:54:00	9:49

Tour Havel Nord

Rundkurs ab/an Spandau

57,7 km

15	14	7:03:00	7:01:00
Starter:innen	im Ziel gewertet	schnellste Zeit Ultra	schnellste Zeit Marathon

PL.	NAME	M/W	ZEIT	PACE
ULTRAMARATHON				
1.	Christian Fatton #304	M	7:03:00	7:20
2.	Sascha Dehling #306	M	7:07:00	7:24
3.	Ralf Thorsten Jürgens #300	M	7:25:00	7:43
4.	Tanya Ostapenko #3	W	8:14:00	8:34
5.	Georg Hilden #4	M	8:17:00	8:37
5.	Heinz Zipprian #7	M	8:17:00	8:37
7.	Ralf Methling #6	M	8:19:00	8:39
7.	Karina Loll #11	W	8:19:00	8:39
7.	Ron Schulz #103	M	8:19:00	8:39
10.	Uwe Zehring #5	M	8:28:00	8:48
11.	Ilka Büsing #1	W	8:48:00	9:09
11.	Thomas Behrens #2	M	8:48:00	9:09
–	Andreas Amann #10	M	DNF	
MARATHON				
1.	Beat Knechtle #101	M	7:01:00	9:59
2.	Klaus Neumann #102	M	7:11:00	10:13

WERTUNG DES TAGES

Speedrunde

Gewertet: alle 5 Etappen · am weitesten schneller als der eigene Ø

7,8 km

PL.	NAME	KLASSE	ZEIT	PACE	EIGENER Ø	SCHNELLER
FRAUEN						
1.	Tanya Ostapenko #3	Ultramarathon	0:40:52	5:14	8:49	+40,6 %
2.	Ilka Büsing #1	Ultramarathon	0:49:34	6:21	9:19	+31,7 %
3.	Karina Loll #11	Ultramarathon	1:00:19	7:44	8:50	+12,5 %
MÄNNER						
1.	Georg Hilden #4	Ultramarathon	0:49:09	6:18	8:45	+28,1 %
2.	Ron Schulz #103	Ultramarathon	0:54:24	6:58	8:42	+19,9 %
3.	Heinz Zipprian #7	Ultramarathon	1:00:15	7:43	8:45	+11,8 %
4.	Uwe Zehring #5	Ultramarathon	1:06:58	8:35	9:12	+6,7 %
5.	Ralf Methling #6	Ultramarathon	1:03:58	8:12	8:41	+5,6 %
6.	Klaus Neumann #102	Marathon	1:12:45	9:20	9:38	+3,3 %
–	Beat Knechtle #101	Marathon	1:13:12	9:23	9:21	–0,3 %
–	Thomas Behrens #2	Ultramarathon	1:13:43	9:27	9:19	–1,5 %
–	Sascha Dehling #306	Ultramarathon	0:43:25	5:34	7:33	a. W.
–	Ralf Thorsten Jürgens #300	Ultramarathon	0:52:20	6:43	8:02	a. W.
–	Christian Fatton #304	Ultramarathon	0:57:09	7:20	7:41	a. W.
–	Andreas Amann #10	Ultramarathon	1:13:17	9:24	9:03	a. W.

a. W. = außer Wertung (nicht alle 5 Etappen gelaufen). Pace in min/km.

Danke

315,6 Kilometer. Fünf Tage. Eine Gemeinschaft.

Danke an alle Läuferinnen und Läufer, Helferinnen und Helfer – für eine unvergessliche Woche an den Ufern von Havel, Spree und Teltowkanal.

Euer Orga-Team der Heidi-Challenge