

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Elisabeth Paal**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 20

über

**100m Freistil**

in der Zeit von

**01:05,76 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**5. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Elisabeth Paal**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 20

über

**200m Freistil**

in der Zeit von

**02:28,64 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**4. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Elisabeth Paal**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 20

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:29,02 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**3. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Elisabeth Paal**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 20

über

**100m Rücken**

in der Zeit von

**01:19,96 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**5. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 35

über

**200m Freistil**

in der Zeit von

**02:43,59 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**2. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 35

über

**50m Rücken**

in der Zeit von

**00:40,27 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 35

über

**50m Brust**

in der Zeit von

**00:40,61 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 35

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:32,59 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**2. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW



Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 35

über

**100m Brust**  
in der Zeit von

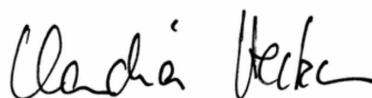
**01:36,05 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**  
Hennefer TV 1895  
Altersklasse AK 35

über

**200m Lagen**

in der Zeit von

**03:12,96 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Sarah Göbl**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 35

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

**00:37,90 Minuten**

in der Wertung Ak 35

den

**2. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Christina Nonnenmacher**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**200m Freistil**

in der Zeit von

**03:10,14 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Kerstin Micklisch**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Rücken**

in der Zeit von

**00:38,23 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**4. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Christina Nonnenmacher**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Brust**

in der Zeit von

**00:49,49 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**6. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Jennifer Winter**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Brust**

in der Zeit von

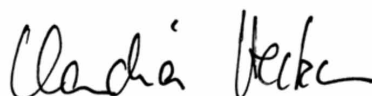
**00:50,99 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**8. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Christina Nonnenmacher**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:38,84 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**6. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW



Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Jennifer Winter**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:42,31 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**8. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Kerstin Micklisch**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**200m Lagen**

in der Zeit von

**03:16,98 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**1. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Kerstin Micklisch**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**100m Rücken**

in der Zeit von

**01:27,13 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**2. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Kerstin Micklisch**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 40

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

**00:41,13 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**2. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Dorothea Czaika**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 45

über

**50m Brust**

in der Zeit von

**00:47,88 Minuten**

in der Wertung Ak 45

den

**6. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Stephan Rüberg**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 45

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:33,33 Minuten**

in der Wertung Ak 45

den

**6. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Dorothea Czaika**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 45

über

**100m Brust**

in der Zeit von

**01:51,09 Minuten**

in der Wertung Ak 45

den

**3. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Stephan Rüberg**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 45

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

**00:35,90 Minuten**

in der Wertung Ak 45

den

**4. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW



Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Susanne Sasse**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 60

über

**200m Freistil**

in der Zeit von

**03:27,66 Minuten**

in der Wertung Ak 60

den

**5. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Susanne Sasse**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 60

über

**50m Rücken**

in der Zeit von

**00:50,08 Minuten**

in der Wertung Ak 60

den

**3. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Susanne Sasse**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 60

über

**50m Brust**

in der Zeit von

**00:54,73 Minuten**

in der Wertung Ak 60

den

**3. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Susanne Sasse**

Hennefer TV 1895

Altersklasse AK 60

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

**00:38,44 Minuten**

in der Wertung Ak 60

den

**3. Platz**

Bochum12.08.2023



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte die Mannschaft mit

**Dorothea Czaika  
Jennifer Winter  
Christina Nonnenmacher  
Sarah Göbl**

**Hennefer TV 1895**

**in der Wertung D 160 -199 Jahre  
über**

**4 x 50m Brust**

**in der Zeit von**

**03:10,22 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum12.08.2023**



**CLAUDIA HECKMANN**  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



**DIRK LENHOFF**  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte die Mannschaft mit

**Dorothea Czaika  
Jennifer Winter  
Christina Nonnenmacher  
Sarah Göbl**

**Hennefer TV 1895**

**in der Wertung D 160 -199 Jahre  
über**

**4 x 50m Brust**

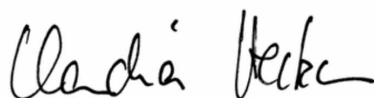
**in der Zeit von**

**03:10,22 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum12.08.2023**



**CLAUDIA HECKMANN**  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



**DIRK LENHOFF**  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte die Mannschaft mit

**Dorothea Czaika  
Jennifer Winter  
Christina Nonnenmacher  
Sarah Göbl**

**Hennefer TV 1895**

**in der Wertung D 160 -199 Jahre  
über**

**4 x 50m Brust**

**in der Zeit von**

**03:10,22 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum12.08.2023**



**CLAUDIA HECKMANN**  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



**DIRK LENHOFF**  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

Bei den  
**Nordrhein-Westfälischen  
Meisterschaften der Masters**

kurze Strecken in Bochum

erreichte die Mannschaft mit

**Dorothea Czaika  
Jennifer Winter  
Christina Nonnenmacher  
Sarah Göbl**

**Hennefer TV 1895**

**in der Wertung D 160 -199 Jahre  
über**

**4 x 50m Brust**

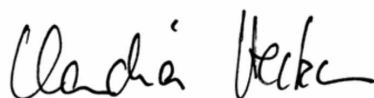
**in der Zeit von**

**03:10,22 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum12.08.2023**



**CLAUDIA HECKMANN**  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



**DIRK LENHOFF**  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW