

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte die Mannschaft mit

**Simone Duggan  
Stefan Herr  
Yannick Sinnecker  
Ellen Gemmer**

**SG Rhein-Sieg**

**in der Wertung C 120 - 159 Jahre**

**über**

**4 x 50m Lagen**

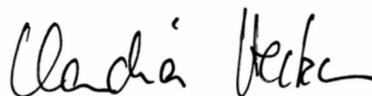
**in der Zeit von**

**02:28,10 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum 25.08.2024**



**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

**Simone Duggan  
Stefan Herr  
Yannick Sinnecker  
Ellen Gemmer**

**SG Rhein-Sieg**

**in der Wertung C 120 - 159 Jahre  
über**

**4 x 50m Lagen**

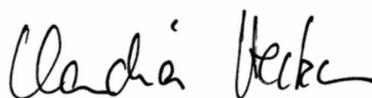
**in der Zeit von**

**02:28,10 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum 25.08.2024**



**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

**Simone Duggan  
Stefan Herr  
Yannick Sinnecker  
Ellen Gemmer**

**SG Rhein-Sieg**

**in der Wertung C 120 - 159 Jahre  
über**

**4 x 50m Lagen**

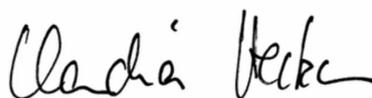
**in der Zeit von**

**02:28,10 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum 25.08.2024**



**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

**Simone Duggan  
Stefan Herr  
Yannick Sinnecker  
Ellen Gemmer**

**SG Rhein-Sieg**

**in der Wertung C 120 - 159 Jahre**

**über**

**4 x 50m Lagen**

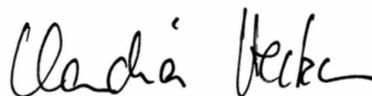
**in der Zeit von**

**02:28,10 Minuten**

**den**

**3. Platz**

**Bochum 25.08.2024**



**CLAUDIA HECKMANN**  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



**DIRK LENHOFF**  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Ellen Gemmer**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 20

über

**50m Rücken**

in der Zeit von

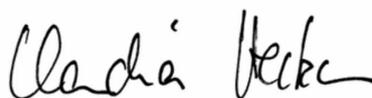
**00:38,37 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**6. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Simone Duggan**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 40

über

**50m Rücken**

in der Zeit von

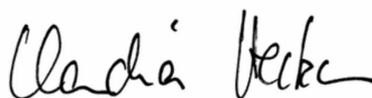
**00:39,60 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**2. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Yannick Sinnecker**

**SG Rhein-Sieg**

**Altersklasse AK 30**

über

**50m Brust**

in der Zeit von

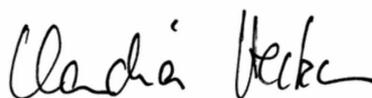
**00:36,61 Minuten**

in der Wertung Ak 30

den

**3. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Yannick Sinnecker**

**SG Rhein-Sieg**

**Altersklasse AK 30**

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

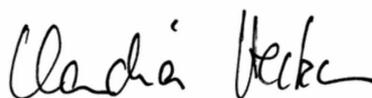
**00:28,41 Minuten**

in der Wertung Ak 30

den

**4. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Stefan Herr**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 55

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

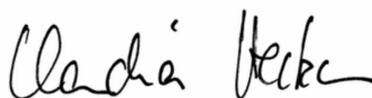
**00:32,39 Minuten**

in der Wertung Ak 55

den

**7. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Simone Duggan**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 40

über

**50m Freistil**

in der Zeit von

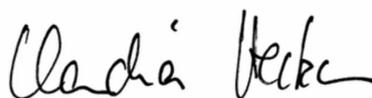
**00:34,94 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**4. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Yannick Sinnecker**

**SG Rhein-Sieg**

**Altersklasse AK 30**

über

**100m Brust**

in der Zeit von

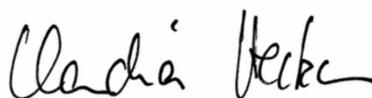
**01:20,30 Minuten**

in der Wertung Ak 30

den

**2. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Stefan Herr**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 55

über

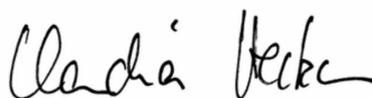
**100m Brust**  
in der Zeit von

**01:35,49 Minuten**  
in der Wertung Ak 55

den

**8. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Simone Duggan**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 40

über

**100m Rücken**

in der Zeit von

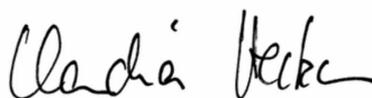
**01:24,03 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**1. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Yannick Sinnecker**

**SG Rhein-Sieg**

**Altersklasse AK 30**

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

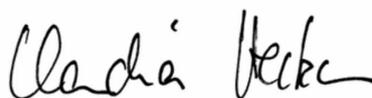
**00:30,64 Minuten**

in der Wertung Ak 30

den

**3. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Ellen Gemmer**

**SG Rhein-Sieg**

**Altersklasse AK 20**

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

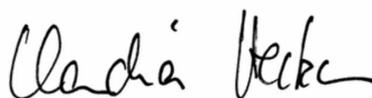
**00:35,15 Minuten**

in der Wertung Ak 20

den

**9. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Simone Duggan**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 40

über

**50m Schmetterling**

in der Zeit von

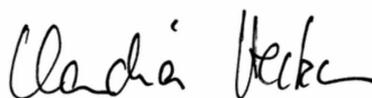
**00:39,35 Minuten**

in der Wertung Ak 40

den

**2. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW

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

kurze Strecken in Bochum

erreichte

**Stefan Herr**  
SG Rhein-Sieg  
Altersklasse AK 55

über

**100m Freistil**

in der Zeit von

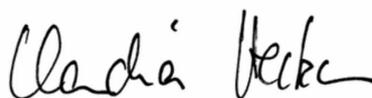
**01:13,60 Minuten**

in der Wertung Ak 55

den

**3. Platz**

Bochum 25.08.2024



CLAUDIA HECKMANN  
Präsidentin  
Schwimmverband NRW



DIRK LENHOFF  
Fachwart Schwimmen  
Schwimmverband NRW