

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                        | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|-----------------------------|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 04.05.1997 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:54:23 | 600             | 3374                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 03.05.1998 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:53:05 | 661             | 3868                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 02.05.1999 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:52:36 | 474             | 3698                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 30.04.2000 | 25 km von Berlin            | 25     | 02:01:37 | 623             | 3765                  |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 05.05.2002 | 25 km von Berlin            | 25     | 02:06:02 | 1329            | 4387                  |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 04.05.2003 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:56:21 | 548             | 4276                  |                | 0:04:39 | 12,89 |
| 09.05.2004 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:54:02 | 453             | 4313                  |                | 0:04:34 | 13,15 |
| 08.05.2005 | 25 km von Berlin            | 25     | 01:58:52 | 828             | 4849                  |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 07.05.2006 | 25 km von Berlin            | 25     | 02:17:00 | 1780            | 4884                  |                | 0:05:29 | 10,95 |
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV   | 1,5    | 00:05:25 | 3               | 3                     |                | 0:03:37 | 16,62 |
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV   | 5      | 00:20:34 | 24              | 37                    |                | 0:04:07 | 14,59 |
| 18.09.2010 | allod Gesundheitslauf (05)  | 10     | 00:47:06 | 25              | 101                   |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 03.09.2011 | allod Gesundheitslauf (06)  | 10     | 00:46:50 | 7               | 76                    | 2.Platz M50    | 0:04:41 | 12,81 |
| 15.09.2012 | allod Gesundheitslauf (07)  | 10     | 00:48:17 | 25              | 95                    | 2.Platz M50    | 0:04:50 | 12,43 |
| 14.09.2013 | allod Gesundheitslauf (08)  | 10     | 00:47:41 | 28              | 102                   |                | 0:04:46 | 12,58 |
| 06.09.2014 | allod Gesundheitslauf (09)  | 10     | 00:51:25 | 24              | 64                    |                | 0:05:08 | 11,67 |
| 19.09.2015 | allod Gesundheitslauf (10)  | 10     | 00:51:22 | 41              | 88                    |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 12.10.2014 | Asics Grand 10              | 10     | 00:48:46 | 1455            | 5232                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 05.09.2012 | B2 Run Berlin               | 5,8    | 00:32:05 | 3295            | 4515                  | nur Männer     | 0:05:32 | 10,85 |
| 03.08.2013 | Berlin Triathlon XL Staffel | 21,1   | 01:49:40 |                 |                       |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 14.03.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,4   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 04.04.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,92  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 09.05.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 13.06.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,095 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 08.08.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,825 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,83 |
| 05.09.2001 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,38  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 20.03.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 12,05  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 17.04.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,015 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,02 |
| 29.05.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 19.06.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,46  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,46 |
| 28.08.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 7,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:13 | 14,24 |
| 18.09.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 30.10.2002 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,4   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 26.03.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 09.04.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 21.05.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 14     | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 18.06.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 09.07.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 10.09.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 22.10.2003 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,15  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 21.04.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,86  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,86 |
| 19.05.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,5   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 16.06.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 14,05  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,05 |
| 28.07.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 15.09.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 20.10.2004 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,605 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,61 |
| 16.03.2005 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 20.04.2005 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 15.06.2005 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 24.08.2005 | Berliner Bahnlaufserie      | 19,52  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 15.03.2006 | Berliner Bahnlaufserie      | 19,16  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 16.04.2006 | Berliner Bahnlaufserie      | 18,04  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,03 |
| 17.05.2006 | Berliner Bahnlaufserie      | 18,6   | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 23.08.2006 | Berliner Bahnlaufserie      | 6,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,24 |
| 13.09.2006 | Berliner Bahnlaufserie      | 12,03  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,03 |
| 18.04.2007 | Berliner Bahnlaufserie      | 18,46  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:53 | 12,31 |
| 09.05.2007 | Berliner Bahnlaufserie      | 18,75  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:48 | 12,50 |
| 13.06.2007 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,02  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,02 |
| 29.08.2007 | Berliner Bahnlaufserie      | 13,45  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 24.10.2007 | Berliner Bahnlaufserie      | 12,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:49 | 12,47 |
| 03.11.1996 | Berliner Crosslauf SCC (33) | 7,2    | 00:38:29 | 102             | 270                   |                | 0:05:21 | 11,23 |
| 02.11.1997 | Berliner Crosslauf SCC (34) | 7,2    | 00:37:40 | 63              | 166                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 31.10.1999 | Berliner Crosslauf SCC (36) | 6      | 00:29:59 | 56              | 171                   |                | 0:05:00 | 12,01 |
| 25.08.2006 | Berliner Firmenlauf (5)     | 6,2    | 00:24:31 | 169             | 3401                  |                | 0:03:57 | 15,17 |
| 01.06.2011 | Berliner Firmenlauf (10)    | 6      | 00:25:21 | 442             | 4710                  |                | 0:04:14 | 14,20 |
| 02.06.2012 | Berliner Firmenlauf (11)    | 5,5    | 00:23:41 | 641             | 5559                  |                | 0:04:18 | 13,93 |
| 24.05.2013 | Berliner Firmenlauf (12)    | 5,5    | 00:24:37 | 1083            | 6258                  |                | 0:04:29 | 13,41 |
| 29.05.2014 | Berliner Firmenlauf (13)    | 5,5    | 00:24:53 | 1122            | 6723                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 12.06.2015 | Berliner Firmenlauf (14)    | 5,5    | 00:25:10 | 1174            | 8287                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 27.05.2016 | Berliner Firmenlauf (15)    | 5,5    | 00:25:42 | 1806            | 10204                 |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 06.04.1997 | Berliner Halbmarathon (17)  | 21,1   | 01:35:05 | 546             | 2407                  |                | 0:04:30 | 13,31 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                                  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---------------------------------------|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 05.04.1998 | Berliner Halbmarathon (18)            | 21,1   | 01:37:28 | 537             | 2389                  |                | 0:04:37 | 12,99 |
| 28.03.1999 | Berliner Halbmarathon (19)            | 21,1   | 01:30:03 | 363             | 3038                  |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 02.04.2000 | Berliner Halbmarathon (20)            | 21,1   | 01:41:05 | 1343            | 4939                  |                | 0:04:47 | 12,52 |
| 01.04.2001 | Berliner Halbmarathon (21)            | 21,1   | 01:34:25 | 773             | 7217                  |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 07.04.2002 | Berliner Halbmarathon (22)            | 21,1   | 01:55:32 | 5200            | 9489                  |                | 0:05:29 | 10,96 |
| 06.04.2003 | Berliner Halbmarathon (23)            | 21,1   | 01:38:57 | 1774            | 10992                 |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 04.04.2004 | Berliner Halbmarathon (24)            | 21,1   | 01:34:41 | 1060            | 11039                 |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 03.04.2005 | Berliner Halbmarathon (25)            | 21,1   | 01:39:23 | 1619            | 12298                 |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 02.04.2006 | Berliner Halbmarathon (26)            | 21,1   | 01:40:44 | 1889            | 13397                 |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 01.04.2007 | Berliner Halbmarathon (27)            | 21,1   | 01:44:55 | 3302            | 15875                 |                | 0:04:58 | 12,07 |
| 06.04.2008 | Berliner Halbmarathon (28)            | 21,1   | 01:42:45 | 3292            | 17604                 |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 05.04.2009 | Berliner Halbmarathon (29)            | 21,1   | 01:38:38 | 2322            | 17913                 |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 03.04.2011 | Berliner Halbmarathon (31)            | 21,1   | 01:49:35 | 4337            | 20250                 |                | 0:05:12 | 11,55 |
| 01.04.2012 | Berliner Halbmarathon (32)            | 21,1   | 02:02:50 | 13534           | 23086                 |                | 0:05:49 | 10,31 |
| 07.04.2013 | Berliner Halbmarathon (33)            | 21,1   | 01:59:28 | 10806           | 22254                 |                | 0:05:40 | 10,60 |
| 30.03.2014 | Berliner Halbmarathon (34)            | 21,1   | 01:56:24 | 9157            | 22225                 |                | 0:05:31 | 10,88 |
| 29.03.2015 | Berliner Halbmarathon (35)            | 21,1   | 01:58:45 | 11249           | 23536                 |                | 0:05:38 | 10,66 |
| 03.04.2016 | Berliner Halbmarathon (36)            | 21,1   | 01:56:59 | 9888            | 23957                 |                | 0:05:33 | 10,82 |
| 16.06.1996 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (30) | 10     | 00:42:52 | 134             | 601                   |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 15.06.1997 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31) | 5      | 00:19:55 | 29              | 87                    |                | 0:03:59 | 15,06 |
| 14.06.1998 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31) | 10     | 00:43:30 | 130             | 631                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 13.06.1999 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (33) | 10     | 00:41:53 | 67              | 583                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 28.09.1997 | Berlin-Marathon (24)                  | 42,195 | 03:30:17 | 4543            | 14982                 |                | 0:04:59 | 12,04 |
| 20.09.1998 | Berlin-Marathon (25)                  | 42,195 | 03:26:36 | 4237            | 21004                 |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 26.09.1999 | Berlin-Marathon (26)                  | 42,195 | 03:32:08 | 4895            | 19129                 |                | 0:05:02 | 11,93 |
| 10.09.2000 | Berlin-Marathon (27)                  | 42,195 | 03:29:22 | 3795            | 22880                 |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 30.09.2001 | Berlin-Marathon (28)                  | 42,195 | 03:41:26 | 8059            | 25792                 |                | 0:05:15 | 11,43 |
| 29.09.2002 | Berlin-Marathon (29)                  | 42,195 | 03:50:22 | 10258           | 25286                 |                | 0:05:28 | 10,99 |
| 28.09.2003 | Berlin-Marathon (30)                  | 42,195 | 03:53:11 | 12153           | 30709                 |                | 0:05:32 | 10,86 |
| 26.09.2004 | Berlin-Marathon (31)                  | 42,195 | 03:44:07 | 8426            | 28023                 |                | 0:05:19 | 11,30 |
| 25.09.2005 | Berlin-Marathon (32)                  | 42,195 | 03:45:05 | 8424            | 30382                 |                | 0:05:20 | 11,25 |
| 24.09.2006 | Berlin-Marathon (33)                  | 42,195 | 03:55:31 | 10096           | 30190                 |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 30.09.2007 | Berlin-Marathon (34)                  | 42,195 | 03:57:21 | 14325           | 32497                 |                | 0:05:38 | 10,67 |
| 28.09.2008 | Berlin-Marathon (35)                  | 42,195 | 04:01:36 | 17647           | 35746                 |                | 0:05:44 | 10,48 |
| 26.09.2010 | Berlin-Marathon (37)                  | 42,195 | 04:17:35 | 21945           | 34002                 |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 25.09.2011 | Berlin-Marathon (38)                  | 42,195 | 03:55:53 | 13104           | 32916                 |                | 0:05:35 | 10,73 |
| 30.09.2012 | Berlin-Marathon (39)                  | 42,195 | 04:36:55 | 26859           | 34377                 |                | 0:06:34 | 9,14  |
| 27.08.2000 | Bielebohlaf (22)                      | 20     | 01:39:50 | 61              | 95                    |                | 0:05:00 | 12,02 |
| 13.05.1996 | Birkenwäldchenlauf (04)               | 10     | 00:42:54 | 58              | 137                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 01.05.1997 | Birkenwäldchenlauf (06)               | 10     | 00:41:40 | 34              | 139                   |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 09.07.2000 | Birkenwäldchenlauf (13)               | 20     | 01:26:06 | 38              | 92                    |                | 0:04:18 | 13,94 |
| 29.03.2003 | Birkenwäldchenlauf (17)               | 10     | 00:44:20 | 47              | 144                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 27.03.2004 | Birkenwäldchenlauf (18)               | 10     | 00:42:55 | 54              | 152                   |                | 0:04:17 | 13,98 |
| 10.04.2005 | Birkenwäldchenlauf (19)               | 10     | 00:42:40 | 46              | 165                   |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 09.04.2006 | Birkenwäldchenlauf (20)               | 10     | 00:43:39 | 49              | 163                   |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 30.03.2008 | Birkenwäldchenlauf (22)               | 10     | 00:45:41 | 90              | 218                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 27.03.2011 | Birkenwäldchenlauf (25)               | 10     | 00:48:55 | 93              | 175                   |                | 0:04:54 | 12,27 |
| 23.04.2014 | Birkenwäldchenlauf (28)               | 10     | 00:54:45 | 182             | 242                   |                | 0:05:28 | 10,96 |
| 22.03.2015 | Birkenwäldchenlauf (29)               | 10     | 00:52:21 | 145             | 216                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 20.03.2016 | Birkenwäldchenlauf (30)               | 10     | 00:53:10 | 129             | 182                   |                | 0:05:19 | 11,29 |
| 01.12.2013 | BRC Cross-Staffellauf                 | 6,4    | 00:30:01 | 370             | 591                   |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 05.04.2014 | BT-Meile (02)                         | 8      | 00:44:11 | 107             | 168                   |                | 0:05:31 | 10,86 |
| 06.03.2016 | BT-Meile (04)                         | 8      | 00:47:15 | 131             | 201                   |                | 0:05:54 | 10,16 |
| 12.08.1995 | City-Nacht (04)                       | 10     | 00:46:46 | 775             | 1574                  |                | 0:04:41 | 12,83 |
| 10.08.1996 | City-Nacht (05)                       | 10     | 00:41:24 | 333             | 1742                  |                | 0:04:08 | 14,49 |
| 09.08.1997 | City-Nacht (06)                       | 10     | 00:41:52 | 337             | 1901                  |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 03.07.1998 | City-Nacht (07)                       | 9,478  | 00:39:07 | 265             | 1483                  |                | 0:04:08 | 14,54 |
| 05.08.2000 | City-Nacht (09)                       | 10     | 00:40:48 | 338             | 3122                  |                | 0:04:05 | 14,71 |
| 09.08.2003 | City-Nacht (12)                       | 10     | 00:44:11 | 611             | 4082                  |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 31.07.2004 | City-Nacht (13)                       | 10     | 00:41:37 | 353             | 4454                  |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 06.08.2005 | City-Nacht (14)                       | 10     | 00:41:20 | 485             | 5160                  |                | 0:04:08 | 14,52 |
| 04.08.2007 | City-Nacht (16)                       | 10     | 00:43:09 | 636             | 5452                  |                | 0:04:19 | 13,90 |
| 01.08.2009 | City-Nacht (18)                       | 10     | 00:44:14 | 727             | 5548                  |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 30.07.2011 | City-Nacht (20)                       | 10     | 00:44:48 | 691             | 5167                  |                | 0:04:29 | 13,39 |
| 26.07.2014 | City-Nacht (23)                       | 10     | 00:50:10 | 1080            | 4444                  |                | 0:05:01 | 11,96 |
| 03.12.1995 | Crosslauf Buschallee (114)            | 13,032 | 01:01:46 | 10              | 12                    |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 17.09.2000 | Crosslauf Mitte (2)                   | 4,8    | 00:18:30 | 21              | 48                    |                | 0:03:51 | 15,57 |
| 13.10.1996 | Crosslauf Rodelbahn (35)              | 6      | 00:25:14 | 38              | 92                    |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 17.10.1999 | Crosslauf Rodelbahn (38)              | 10     | 00:43:30 | 48              | 136                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 22.10.2000 | Crosslauf Rodelbahn (39)              | 10     | 00:43:11 | 45              | 152                   |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 20.10.2002 | Crosslauf Rodelbahn (41)              | 10     | 00:44:46 | 50              | 139                   |                | 0:04:29 | 13,40 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|--------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 17.10.2004 | Crosslauf Rodelbahn (41)                      | 10     | 00:44:15 | 59                       | 196                   |                | 0:04:26 | 13,56 |
| 19.10.2003 | Crosslauf Rodelbahn (42)                      | 10     | 00:44:07 | 46                       | 165                   |                | 0:04:25 | 13,60 |
| 15.10.2006 | Crosslauf Rodelbahn (45)                      | 10     | 00:48:02 | 98                       | 193                   |                | 0:04:48 | 12,49 |
| 14.10.2007 | Crosslauf Rodelbahn (46)                      | 10     | 00:46:23 | 58                       | 158                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 12.10.2008 | Crosslauf Rodelbahn (47)                      | 10     | 00:47:24 | 60                       | 125                   |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 24.10.2010 | Crosslauf Rodelbahn (49)                      | 10     | 00:50:24 | 83                       | 152                   |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 23.10.2011 | Crosslauf Rodelbahn (50)                      | 10     | 00:48:41 | 93                       | 215                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 20.10.2012 | Crosslauf Rodelbahn (51)                      | 10     | 00:52:31 | 99                       | 157                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 19.10.2013 | Crosslauf Rodelbahn (52)                      | 10     | 00:49:38 | 68                       | 135                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 18.10.2014 | Crosslauf Rodelbahn (53)                      | 10     | 00:52:04 | 75                       | 155                   |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 17.10.2015 | Crosslauf Rodelbahn (54)                      | 10     | 00:54:01 | 82                       | 129                   |                | 0:05:24 | 11,11 |
| 15.10.2016 | Crosslauf Rodelbahn (55)                      | 10     | 00:56:41 | 96                       | 140                   |                | 0:05:40 | 10,59 |
| 14.11.1999 | Cross-Serie Weißensee                         | 12     | 00:56:02 | 13                       | 18                    |                | 0:04:40 | 12,85 |
| 05.12.1999 | Cross-Serie Weißensee                         | 12     | 00:53:45 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 03.09.2005 | Der Lauf im Grünen (10) Neuseddin             | 7,7    | 00:33:36 | 9                        | 35                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 11.10.1998 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (2)   | 21,1   | 01:31:49 | 86                       | 484                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 08.10.2000 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (4)   | 21,1   | 01:31:39 | 57                       | 405                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 22.06.2008 | Die Parkhausmeile                             | 10     | 00:45:58 | 33                       | 73                    | 1. Platz M50   | 0:04:36 | 13,05 |
| 03.07.1998 | Fernsehtumlauf (1)                            | Treppe | 00:09:28 | 43                       | 54                    |                |         |       |
| 15.03.2008 | Fielmann Natur-Marathon (4) (Halbmarathon)    | 21,1   | 01:40:18 | 26                       | 146                   | 1. Platz M50   | 0:04:45 | 12,62 |
| 14.03.2009 | Fielmann Natur-Marathon (5) (Halbmarathon)    | 21,1   | 01:44:18 | 43                       | 173                   |                | 0:04:57 | 12,14 |
| 03.09.1995 | Friedrichsfelder Gartenlauf (03)              | 10     | 00:45:51 | 7                        | 8                     | nur M35        | 0:04:35 | 13,09 |
| 01.09.1996 | Friedrichsfelder Gartenlauf (04)              | 10     | 00:43:04 | 3                        | 6                     | nur M35        | 0:04:18 | 13,93 |
| 31.08.1997 | Friedrichsfelder Gartenlauf (05)              | 10     | 00:42:06 | 6                        | 10                    | nur M35        | 0:04:13 | 14,25 |
| 06.09.1998 | Friedrichsfelder Gartenlauf (06)              | 10     | 00:43:46 | 38                       | 103                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 05.09.1999 | Friedrichsfelder Gartenlauf (07)              | 10     | 00:44:44 | 28                       | 102                   |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 03.09.2000 | Friedrichsfelder Gartenlauf (08)              | 10     | 00:43:30 | 22                       | 89                    |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 01.09.2002 | Friedrichsfelder Gartenlauf (10)              | 10     | 00:43:52 | 24                       | 110                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 05.09.2004 | Friedrichsfelder Gartenlauf (12)              | 6      | 00:25:15 | 14                       | 69                    |                | 0:04:13 | 14,26 |
| 22.09.2002 | Funkturlauf (1)                               | 5      | 00:28:30 | 58                       | 71                    |                | 0:05:42 | 10,53 |
| 12.09.2004 | Gartenschaulauf Marzahn                       | 20     | 01:27:57 | 10                       | 27                    |                | 0:04:24 | 13,64 |
| 26.08.2001 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (25)        | 21,1   | 01:35:51 | 252                      | 1852                  |                | 0:04:33 | 13,21 |
| 25.08.2002 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (26)        | 21,1   | 01:38:43 | 386                      | 2022                  |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 21.08.2005 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (29)        | 21,1   | 01:38:08 | 289                      | 1639                  |                | 0:04:39 | 12,90 |
| 24.04.2004 | GSW-Treppenlauf (1)                           | Treppe | 00:06:46 | 10                       | 24                    |                |         |       |
| 21.04.2007 | GSW-Treppenlauf (4)                           | Treppe | 00:06:29 | 9                        | 20                    |                |         |       |
| 08.03.1997 | Halbmarathon durch den Britzer Garten (2)     | 21,1   | 01:33:35 | 129                      | 269                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 16.03.1996 | Halbmarathon LC Fliesstal (2)                 | 21,1   | 01:52:41 | 118                      | 129                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 20.11.2005 | Halb-u. Viertelmarathon LC Stolpertruppe (27) | 10,55  | 00:45:39 | 10                       | 75                    |                | 0:04:20 | 13,87 |
| 07.07.1996 | Havellauf (07)                                | 13,7   | 01:00:54 | 162                      | 491                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 06.07.1997 | Havellauf (08)                                | 13,7   | 00:58:16 | 121                      | 513                   |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 11.07.1999 | Havellauf (09)                                | 13,7   | 01:00:13 | 137                      | 778                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 02.07.2000 | Havellauf (11)                                | 13,7   | 00:59:05 | 111                      | 789                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 01.07.2001 | Havellauf (12)                                | 13,7   | 01:00:19 | 111                      | 776                   |                | 0:04:24 | 13,63 |
| 31.07.2002 | Havellauf (13)                                | 13,7   | 01:01:16 | 144                      | 747                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 18.07.2004 | Havellauf (15)                                | 13,7   | 00:59:57 | 82                       | 756                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 17.07.2005 | Havellauf (16)                                | 13,7   | 01:00:53 | 148                      | 738                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 16.07.2006 | Havellauf (17)                                | 13,7   | 01:22:23 | 511                      | 696                   |                | 0:06:01 | 9,98  |
| 15.07.2007 | Havellauf (18)                                | 13,7   | 01:03:53 | 128                      | 734                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 20.07.2008 | Havellauf (19)                                | 13,7   | 01:02:03 | 124                      | 698                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 19.07.2009 | Havellauf (20)                                | 13,7   | 01:04:22 | 153                      | 720                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 18.07.2010 | Havellauf (21)                                | 13,7   | 01:10:09 | 232                      | 637                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 17.07.2011 | Havellauf (22)                                | 13,7   | 01:06:43 | 178                      | 658                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 15.07.2012 | Havellauf (23)                                | 13,7   | 01:13:17 | 277                      | 624                   |                | 0:05:21 | 11,22 |
| 21.07.2013 | Havellauf (24)                                | 13,7   | 01:08:39 | 204                      | 683                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 20.07.2014 | Havellauf (25)                                | 13,7   | 01:16:06 | 281                      | 653                   |                | 0:05:33 | 10,80 |
| 20.09.2003 | Helios-Grünwaldlauf (03)                      | 10     | 00:44:21 | 71                       | 316                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 10.09.2011 | Helios-Grünwaldlauf (07)                      | 10     | 00:46:48 | 76                       | 232                   |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 30.06.2013 | Helios-Grünwaldlauf (08)                      | 10     | 00:49:04 | 145                      | 315                   |                | 0:04:54 | 12,23 |
| 29.06.2014 | Helios-Grünwaldlauf (09)                      | 10     | 00:50:45 | 142                      | 293                   |                | 0:05:05 | 11,82 |
| 06.06.1999 | Hellersdorfer Marathon (5)                    | 42,195 | 03:33:41 | 40                       | 88                    |                | 0:05:04 | 11,85 |
| 28.10.1995 | Herbstlauf am Teltowkanal (4)                 | 10     | 00:43:58 | 86                       | 162                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 19.10.1996 | Herbstlauf am Teltowkanal (5)                 | 21,1   | 01:35:08 | 45                       | 77                    |                | 0:04:31 | 13,31 |
| 25.10.1997 | Herbstlauf am Teltowkanal (6)                 | 21,1   | 01:33:59 | 21                       | 48                    |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 23.10.1999 | Herbstlauf am Teltowkanal (8)                 | 21,1   | 01:33:47 | 35                       | 82                    |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 28.11.1999 | Herbstwaldlauf SC Tegeler Forst (45)          | 11     | 00:49:56 | 94                       | 273                   |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 30.08.1998 | Hohenschönhausener Gartenlauf (02)            | 11     | 00:47:27 | 24                       | 57                    |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 16.07.2000 | Hohenschönhausener Gartenlauf (04)            | 11     | 00:48:17 | 6                        | 18                    | nur M40-49     | 0:04:23 | 13,67 |
| 08.07.2001 | Hohenschönhausener Gartenlauf (05)            | 11     | 00:48:20 | 22                       | 53                    |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 30.06.2002 | Hohenschönhausener Gartenlauf (06)            | 5,5    | 00:22:50 | 26                       | 82                    |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 29.06.2003 | Hohenschönhausener Gartenlauf (07)            | 5,5    | 00:23:30 | 52                       | 152                   |                | 0:04:16 | 14,04 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                                   | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 20.06.2004 | Hohenschönhausener Gartenlauf (08)     | 5,65   | 00:24:01 | 42              | 165                   |                | 0:04:15 | 14,12 |
| 19.06.2005 | Hohenschönhausener Gartenlauf (09)     | 5,65   | 00:23:58 | 37              | 170                   |                | 0:04:15 | 14,14 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)     | 5,65   | 00:24:40 | 53              | 200                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)     | 10,9   | 00:56:46 | 57              | 86                    |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 16.06.2012 | Hohenschönhausener Gartenlauf (16)     | 5,65   | 00:27:40 | 73              | 156                   |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 08.06.2013 | Hohenschönhausener Gartenlauf (17)     | 5,65   | 00:27:35 | 93              | 197                   |                | 0:04:53 | 12,29 |
| 18.06.2016 | Hohenschönhausener Gartenlauf (20)     | 5,65   | 00:29:34 | 124             | 225                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 26.12.1995 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (11) | 11,3   | 01:01:10 | 51              | 56                    |                | 0:05:25 | 11,08 |
| 26.12.1996 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (12) | 11,3   | 01:03:03 | 35              | 47                    |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 26.12.1997 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (13) | 13     | 01:01:31 | 32              | 63                    |                | 0:04:44 | 12,68 |
| 26.12.1998 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (14) | 13     | 00:59:10 | 36              | 65                    |                | 0:04:33 | 13,18 |
| 26.12.1999 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (15) | 13     | 00:58:21 | 38              | 75                    |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 26.12.2005 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (21) | 13     | 01:05:03 | 36              | 57                    | nur Männer     | 0:05:00 | 11,99 |
| 26.12.2007 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (23) | 13     | 01:01:25 | 44              | 70                    | nur Männer     | 0:04:43 | 12,70 |
| 26.12.2008 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (24) | 13     | 01:02:11 | 45              | 64                    | nur Männer     | 0:04:47 | 12,54 |
| 11.04.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:11 | 14,34 |
| 02.05.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,18  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 06.06.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,8   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 11.07.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,075 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,08 |
| 29.08.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,215 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:13 | 14,22 |
| 12.09.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,15  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 10.04.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,36  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:51 | 12,36 |
| 08.05.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,81  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:41 | 12,81 |
| 12.06.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 03.07.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,845 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,85 |
| 21.08.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,6   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:46 | 12,60 |
| 11.09.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 02.04.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 07.05.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 04.06.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,86  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 02.07.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 03.09.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 01.10.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 31.03.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 05.05.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 02.06.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,04  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 04.08.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 01.09.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,11  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 06.04.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 04.05.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 01.06.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 06.07.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 03.08.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 07.09.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 05.04.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,48  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,48 |
| 03.05.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,03  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,03 |
| 02.08.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,64  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,64 |
| 06.09.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 02.05.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,36  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 06.06.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,01  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 04.07.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,22  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 01.08.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,25  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 02.04.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 07.05.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 03.09.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 25.05.1997 | Jedermannlauf (20)                     | 20     | 01:26:25 | 33              | 87                    |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 17.05.1998 | Jedermannlauf (21)                     | 20     | 01:30:56 | 39              | 75                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 16.05.1999 | Jedermannlauf (22)                     | 10     | 00:41:32 | 26              | 153                   |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 21.05.2000 | Jedermannlauf (23)                     | 20     | 01:27:28 | 28              | 110                   |                | 0:04:22 | 13,72 |
| 20.05.2001 | Jedermannlauf (24)                     | 20     | 01:28:50 | 38              | 120                   |                | 0:04:27 | 13,51 |
| 09.06.2002 | Jedermannlauf (25)                     | 20     | 01:31:45 | 43              | 154                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 18.05.2003 | Jedermannlauf (26)                     | 20     | 01:31:44 | 41              | 137                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 02.05.2004 | Jedermannlauf (27)                     | 10     | 00:43:51 | 40              | 205                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 01.05.2005 | Jedermannlauf (28)                     | 10     | 00:44:52 | 47              | 227                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 30.04.2006 | Jedermannlauf (29)                     | 10     | 00:44:54 | 49              | 180                   |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 29.04.2007 | Jedermannlauf (30)                     | 10     | 00:43:55 | 44              | 177                   |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 13.07.2008 | Jedermannlauf (31)                     | 10     | 00:44:47 | 55              | 190                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 24.05.2009 | Jedermannlauf (32)                     | 10     | 00:47:23 | 107             | 293                   |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 16.05.2010 | Jedermannlauf (33)                     | 10     | 00:54:11 | 130             | 230                   |                | 0:05:25 | 11,07 |
| 10.04.2011 | Jedermannlauf (34)                     | 9,2    | 00:44:10 | 72              | 179                   |                | 0:04:48 | 12,50 |
| 21.04.2013 | Jedermannlauf (36)                     | 10     | 00:52:20 | 129             | 206                   |                | 0:05:14 | 11,46 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                                       | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 01.06.2014 | Jedermannlauf (37)                         | 10     | 00:49:32 | 83              | 167                   |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 19.04.2015 | Jedermannlauf (38)                         | 10     | 00:50:54 | 127             | 219                   |                | 0:05:05 | 11,79 |
| 17.04.2016 | Jedermannlauf (39)                         | 10     | 00:52:54 | 119             | 192                   |                | 0:05:17 | 11,34 |
| 23.09.2001 | Kirchsteigfeldlauf (3)                     | 10     | 00:40:51 | 8               | 24                    |                | 0:04:05 | 14,69 |
| 26.04.1998 | Köpenicker Altstadtlauf (2)                | 10     | 00:44:22 | 64              | 165                   |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 07.05.2000 | Köpenicker Altstadtlauf (4)                | 10     | 00:43:40 | 54              | 240                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 17.08.1997 | Kreuzberger Viertelmarathon (12)           | 10,55  | 00:43:20 | 78              | 352                   |                | 0:04:06 | 14,61 |
| 12.08.2001 | Kreuzberger Viertelmarathon (16)           | 10,55  | 00:43:18 | 103             | 350                   |                | 0:04:06 | 14,62 |
| 15.08.2004 | Kreuzberger Viertelmarathon (19)           | 10,55  | 00:42:58 | 99              | 532                   |                | 0:04:04 | 14,73 |
| 13.08.2006 | Kreuzberger Viertelmarathon (21)           | 10,55  | 00:45:51 | 116             | 339                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 26.08.2007 | Kreuzberger Viertelmarathon (22)           | 10,55  | 00:44:07 | 101             | 435                   |                | 0:04:11 | 14,35 |
| 28.08.2011 | Kreuzberger Viertelmarathon (26)           | 9,8    | 00:43:44 | 96              | 398                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 26.08.2012 | Kreuzberger Viertelmarathon (27)           | 10,55  | 00:55:27 | 232             | 395                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 25.08.2013 | Kreuzberger Viertelmarathon (28)           | 10,55  | 00:48:12 | 130             | 455                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 24.08.2014 | Kreuzberger Viertelmarathon (29)           | 10,55  | 00:51:02 | 210             | 527                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 21.08.2016 | Kreuzberger Viertelmarathon (31)           | 10,55  | 00:54:31 | 193             | 412                   |                | 0:05:10 | 11,61 |
| 13.11.2004 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen       | 10     | 00:54:57 | 89              | 320                   |                | 0:05:30 | 10,92 |
| 26.10.2013 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen       | 10     | 01:01:56 | 165             | 460                   |                | 0:06:12 | 9,69  |
| 14.09.1996 | Lauf im Britzer Garten (08)                | 10     | 00:41:37 | 88              | 286                   |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 12.09.1998 | Lauf im Britzer Garten (10)                | 10     | 00:42:19 | 62              | 209                   |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 11.09.1999 | Lauf im Britzer Garten (11)                | 10     | 00:43:27 | 71              | 231                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 14.03.2004 | Lauf im Britzer Garten (15)                | 10     | 00:42:53 | 68              | 288                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 13.03.2005 | Lauf im Britzer Garten (16)                | 10     | 00:44:53 | 81              | 307                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 09.03.2008 | Lauf im Britzer Garten (19)                | 10     | 00:43:27 | 109             | 368                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 08.03.2009 | Lauf im Britzer Garten (20)                | 10     | 00:45:21 | 133             | 348                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 06.03.2011 | Lauf im Britzer Garten (22)                | 10     | 00:47:22 | 167             | 431                   |                | 0:04:44 | 12,67 |
| 03.03.2013 | Lauf im Britzer Garten (24)                | 10     | 00:51:23 | 291             | 505                   |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 01.03.2015 | Lauf im Britzer Garten (26)                | 10     | 00:51:11 | 237             | 476                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 28.02.2016 | Lauf im Britzer Garten (27)                | 10     | 00:51:44 | 296             | 480                   |                | 0:05:10 | 11,60 |
| 01.07.1995 | Lauf um den Fennpfuhl (08)                 | 10     | 00:45:47 | 16              | 27                    |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 08.06.1996 | Lauf um den Fennpfuhl (09)                 | 10     | 00:45:28 | 9               | 27                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 19.04.2009 | Leipzig Marathon (33)                      | 42,195 | 04:23:23 | 531             | 645                   |                | 0:06:15 | 9,61  |
| 04.11.2007 | LGA Indoor-Marathon (3)                    | 42,195 | 04:10:06 | 38              | 59                    |                | 0:05:56 | 10,12 |
| 04.06.2000 | Lichtenrader Meile (17)                    | 15     | 01:06:13 | 64              | 163                   |                | 0:04:25 | 13,59 |
| 06.06.2004 | Lichtenrader Meile (21)                    | 15     | 01:04:30 | 66              | ???????               |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 05.06.2005 | Lichtenrader Meile (22)                    | 15     | 01:07:17 | 72              | 243                   |                | 0:04:29 | 13,38 |
| 03.06.2007 | Lichtenrader Meile (24)                    | 15     | 01:07:39 | 49              | 207                   |                | 0:04:31 | 13,30 |
| 03.06.2010 | Lichtenrader Meile (27)                    | 15     | 01:14:27 | 84              | 181                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 05.06.2011 | Lichtenrader Meile (28)                    | 15     | 01:20:33 | 73              | 125                   |                | 0:05:22 | 11,17 |
| 03.06.2012 | Lichtenrader Meile (29)                    | 15     | 01:19:24 | 106             | 154                   |                | 0:05:18 | 11,34 |
| 25.05.2014 | Lichtenrader Meile (31)                    | 15     | 01:20:06 | 89              | 167                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 30.04.2011 | Lychener Seen Lauf (30)                    | 30,5   | 03:03:31 | 47              | 62                    |                | 0:06:01 | 9,97  |
| 09.10.2005 | Marienfelder Herbstlauf (4)                | 10     | 00:43:08 | 40              | 135                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 21.10.2007 | Marienfelder Herbstlauf (6)                | 10     | 00:43:50 | 35              | 125                   |                | 0:04:23 | 13,69 |
| 17.10.2010 | Marienfelder Herbstlauf (9)                | 16     | 01:19:40 | 40              | 87                    |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 09.09.2001 | Mercedes-Benz Halbmarathon (03)            | 21,1   | 01:29:16 | 111             | 1062                  |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 08.09.2002 | Mercedes-Benz Halbmarathon (04)            | 21,1   | 01:35:04 | 171             | 1059                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 03.09.2006 | Mercedes-Benz Halbmarathon (08)            | 21,1   | 01:42:55 | 331             | 1064                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 07.09.2008 | Mercedes-Benz Halbmarathon (10)            | 21,1   | 01:39:15 | 327             | 1375                  |                | 0:04:42 | 12,76 |
| 05.09.2010 | Mercedes-Benz Halbmarathon (12)            | 21,1   | 01:48:35 | 599             | 1124                  |                | 0:05:09 | 11,66 |
| 09.09.2012 | Mercedes-Benz Halbmarathon (14)            | 21,1   | 01:56:40 | 725             | 1050                  |                | 0:05:32 | 10,85 |
| 01.09.2013 | Mercedes-Benz Halbmarathon (15)            | 21,1   | 01:48:26 | 525             | 910                   | nur Männer     | 0:05:08 | 11,68 |
| 31.08.2014 | Mercedes-Benz Halbmarathon (16)            | 21,1   | 01:53:30 | 508             | 770                   | nur Männer     | 0:05:23 | 11,15 |
| 30.08.2015 | Mercedes-Benz Halbmarathon (17)            | 21,1   | 02:05:18 | 620             | 813                   | nur Männer     | 0:05:56 | 10,10 |
| 28.08.2016 | Mercedes-Benz Halbmarathon (18)            | 21,1   | 02:12:07 | 569             | 665                   | nur Männer     | 0:06:16 | 9,58  |
| 26.02.2005 | Merkerser Kristallmarathon (2) im Bergwerk | 42,195 | 04:33:55 | 49              | 82                    |                | 0:06:30 | 9,24  |
| 07.08.2003 | Mittsomerstundenlauf                       | 12,4   | 01:00:00 | 6               | 15                    |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 07.08.2004 | Mittsomerstundenlauf                       | 13,425 | 01:00:00 | 3               | 18                    |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 07.08.2009 | Mittsomerstundenlauf                       | 12,33  | 01:00:00 | 8               | 17                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 07.08.2011 | Mittsomerstundenlauf                       | 12,53  | 01:00:00 | 15              | 31                    |                | 0:04:47 | 12,53 |
| 07.08.2013 | Mittsomerstundenlauf                       | 12,11  | 01:00:00 | 2               | 6                     | nur AK M50     | 0:04:57 | 12,11 |
| 13.02.1999 | Nordberliner Alpen-Kämpfe (1)              | 11,6   | 00:52:03 | 46              | 161                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 04.06.2010 | Nordberliner Zugspitzlauf                  | 12     | 01:04:53 | 73              | 123                   |                | 0:05:24 | 11,10 |
| 22.06.2012 | Nordberliner Zugspitzlauf                  | 12     | 01:10:34 | 100             | 147                   |                | 0:05:53 | 10,20 |
| 10.07.2015 | Nordberliner Zugspitzlauf                  | 12     | 01:09:39 | 137             | 205                   |                | 0:05:48 | 10,34 |
| 13.06.2009 | Nordseelauf - Wilhelmshaven                | 10     | 00:44:38 | 46              | 359                   |                | 0:04:28 | 13,44 |
| 14.06.2009 | Nordseelauf - Borkumer Insellauf           | 10,8   | 00:50:29 | 40              | 349                   |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 15.06.2009 | Nordseelauf - Butjadinger Küstenlauf       | 12,5   | 00:56:42 | 29              | 309                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 16.06.2009 | Nordseelauf - Neuharlingersiel             | 10,6   | 00:48:37 | 46              | 362                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 18.06.2009 | Nordseelauf - Spiekerooger Dünenlauf       | 12     | 00:55:13 | 40              | 349                   |                | 0:04:36 | 13,04 |
| 19.06.2009 | Nordseelauf - Otterndorf                   | 10,6   | 00:46:21 | 46              | 354                   |                | 0:04:22 | 13,72 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|--------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 20.06.2009 | Nordseelauf - Watt-Lauf                     | 12     | 01:02:49 | 98                       | 497                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 19.04.2003 | Pankower Frühlingslauf (21)                 | 12,5   | 00:57:39 | 44                       | 93                    |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 17.04.2004 | Pankower Frühlingslauf (22)                 | 12,5   | 00:55:13 | 29                       | 114                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 16.04.2005 | Pankower Frühlingslauf (23)                 | 12,5   | 00:58:03 | 46                       | 135                   |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 15.04.2006 | Pankower Frühlingslauf (24)                 | 12,5   | 00:57:06 | 59                       | 143                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 21.04.2007 | Pankower Frühlingslauf (25)                 | 12,5   | 00:57:14 | 45                       | 112                   |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 19.04.2008 | Pankower Frühlingslauf (26)                 | 12,5   | 01:00:44 | 89                       | 199                   |                | 0:04:52 | 12,35 |
| 17.04.2010 | Pankower Frühlingslauf (28)                 | 12,5   | 01:10:10 | 135                      | 175                   |                | 0:05:37 | 10,69 |
| 16.04.2011 | Pankower Frühlingslauf (29)                 | 12,5   | 01:02:39 | 64                       | 129                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 14.04.2012 | Pankower Frühlingslauf (30)                 | 12,5   | 01:04:48 | 106                      | 171                   |                | 0:05:11 | 11,57 |
| 12.04.2014 | Pankower Frühlingslauf (32)                 | 12,5   | 01:08:10 | 117                      | 163                   |                | 0:05:27 | 11,00 |
| 11.04.2015 | Pankower Frühlingslauf (33)                 | 12,5   | 01:07:57 | 130                      | 218                   |                | 0:05:26 | 11,04 |
| 09.04.2016 | Pankower Frühlingslauf (34)                 | 12,5   | 01:08:38 | 121                      | 186                   |                | 0:05:29 | 10,93 |
| 16.02.1997 | Plänterwaldlauf (41)                        | 20     | 01:38:42 | 21                       | 22                    | nur M35        | 0:04:56 | 12,16 |
| 22.02.1998 | Plänterwaldlauf (43)                        | 20     | 01:37:17 | 15                       | 17                    | nur M40        | 0:04:52 | 12,34 |
| 21.02.1999 | Plänterwaldlauf (45)                        | 20     | 01:32:12 | 11                       | 15                    | nur M40        | 0:04:37 | 13,02 |
| 14.12.2003 | Plänterwaldlauf (54)                        | 20     | 01:38:01 | 5                        | 10                    | nur M45        | 0:04:54 | 12,24 |
| 22.02.2004 | Plänterwaldlauf (55)                        | 20     | 01:34:22 | 9                        | 17                    | nur M45        | 0:04:43 | 12,72 |
| 11.12.2011 | Plänterwaldlauf (70)                        | 20     | 01:44:00 | 48                       | 110                   |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 10.05.2003 | Pyramiden-Treppenlauf (1)                   | Treppe | 00:04:46 | 9                        | 13                    | nur Männer     |         |       |
| 05.06.2004 | Pyramiden-Treppenlauf (2)                   | Treppe | 00:04:39 | 9                        | 16                    | nur Senioren   |         |       |
| 04.06.2005 | Pyramiden-Treppenlauf (3)                   | Treppe | 00:04:29 | 2                        | 5                     | nur Senioren   |         |       |
| 21.03.1998 | Quer durch Weißensee (28)                   | 21,1   | 01:36:39 | 48                       | 82                    |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 20.03.1999 | Quer durch Weißensee (29)                   | 21,1   | 01:31:15 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:19 | 13,87 |
| 18.03.2001 | Quer durch Weißensee (31)                   | 21,1   | 01:37:30 | 37                       | 64                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 17.03.2002 | Quer durch Weißensee (32)                   | 21,1   | 01:56:30 | 65                       | 85                    |                | 0:05:31 | 10,87 |
| 14.03.1999 | Rathaus-Marathon B.-Lichtenberg (2)         | 14,06  | 00:59:57 | 33                       | 233                   |                | 0:04:16 | 14,07 |
| 28.09.2014 | Regionalparklauf Barnimer Feldmark (17)     | 13     | 01:03:15 | 37                       | 66                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 16.05.1995 | Rund in Hohenschönhausen (01)               | 10     | 00:46:40 | 88                       | 115                   |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 21.06.1996 | Rund in Hohenschönhausen (02)               | 10     | 00:41:52 | 43                       | 103                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 26.06.1998 | Rund in Hohenschönhausen (04)               | 10     | 00:42:09 | 10                       | 20                    |                | 0:04:13 | 14,23 |
| 02.07.1999 | Rund in Hohenschönhausen (05)               | 10     | 00:41:26 | 16                       | 34                    |                | 0:04:09 | 14,48 |
| 22.06.2001 | Rund in Hohenschönhausen (07)               | 10,7   | 00:44:38 | 11                       | 38                    |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 21.06.2002 | Rund in Hohenschönhausen (08)               | 10     | 00:43:38 | 11                       | 22                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 13.08.2004 | Rund in Hohenschönhausen (10)               | 10     | 00:42:44 | 10                       | 39                    |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 21.03.1999 | Rund ums SEZ (07)                           | 10     | 00:44:11 | 69                       | 136                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 28.05.2000 | Rund ums SEZ (08)                           | 10     | 00:42:02 | 71                       | 196                   |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 27.05.2001 | Rund ums SEZ (09)                           | 10     | 00:42:44 | 50                       | 150                   |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 02.06.2002 | Rund ums SEZ (10)                           | 10     | 00:43:51 | 41                       | 104                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 25.05.2003 | Rund ums SEZ (11)                           | 5      | 00:21:11 | 9                        | 35                    |                | 0:04:14 | 14,16 |
| 25.05.2008 | Rund ums SEZ (16)                           | 10     | 00:45:44 | 36                       | 79                    |                | 0:04:34 | 13,12 |
| 31.05.2009 | Rund ums SEZ (17)                           | 10     | 00:47:58 | 69                       | 135                   |                | 0:04:48 | 12,51 |
| 22.04.2006 | Sächsischer Mt.Everest Treppen-Marathon (2) | 63,292 | 24:00:00 | 26                       | 39                    |                | 0:22:45 | 2,64  |
| 03.07.2004 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (20)              | 30     | 02:19:40 | 201                      | 1020                  |                | 0:04:39 | 12,89 |
| 02.07.2005 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (21)              | 30     | 02:37:22 | 391                      | 931                   |                | 0:05:15 | 11,44 |
| 01.07.2006 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (22)              | 30     | 03:56:01 | 880                      | 897                   |                | 0:07:52 | 7,63  |
| 07.07.2007 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (23)              | 30     | 02:42:15 | 403                      | 878                   |                | 0:05:25 | 11,09 |
| 05.07.2008 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (24)              | 30     | 02:45:14 | 389                      | 825                   |                | 0:05:30 | 10,89 |
| 04.07.2009 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (25)              | 30     | 02:52:42 | 447                      | 885                   |                | 0:05:45 | 10,42 |
| 03.07.2010 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (26)              | 30     | 03:07:55 | 354                      | 575                   |                | 0:06:16 | 9,58  |
| 02.07.2011 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (27)              | 30     | 02:47:14 | 338                      | 520                   |                | 0:05:34 | 10,76 |
| 07.07.2012 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (28)              | 30     | 03:03:11 | 408                      | 557                   |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 06.07.2013 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (29)              | 15     | 01:26:30 | 476                      | 836                   |                | 0:05:46 | 10,40 |
| 05.07.2014 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (30)              | 15     | 01:28:50 | 476                      | 831                   |                | 0:05:55 | 10,13 |
| 04.07.2015 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (31)              | 15     | 01:34:50 | 433                      | 716                   |                | 0:06:19 | 9,49  |
| 25.07.2009 | Seenland-Halbmarathon-Lauf                  | 21,1   | 01:38:03 | 31                       | 138                   |                | 0:04:39 | 12,91 |
| 17.01.2009 | Senftenberger Hallenmarathon (3)            | 42,195 | 04:07:02 | 30                       | 47                    |                | 0:05:51 | 10,25 |
| 18.01.2014 | Senftenberger Hallenmarathon (8)            | 10     | 00:49:32 | 22                       | 48                    |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 24.01.2015 | Senftenberger Hallenmarathon (9)            | 21,1   | 01:58:03 | 37                       | 54                    |                | 0:05:36 | 10,72 |
| 05.06.2006 | Skyrun-Berlin (1)                           | Treppe | 00:05:41 | 71                       | 104                   |                |         |       |
| 28.05.2007 | Skyrun-Berlin (2)                           | Treppe | 00:05:38 | 100                      | 178                   |                |         |       |
| 12.05.2008 | Skyrun-Berlin (3)                           | Treppe | 00:05:44 | 125                      | 200                   |                |         |       |
| 01.06.2009 | Skyrun-Berlin (4)                           | Treppe | 00:05:48 | 124                      | 201                   |                |         |       |
| 23.05.2010 | Skyrun-Berlin (5)                           | Treppe | 00:07:18 | 140                      | 182                   |                |         |       |
| 27.05.2012 | Skyrun-Berlin (7)                           | Treppe | 00:07:02 | 120                      | 164                   |                |         |       |
| 30.05.2007 | Steglitzer Volkslauf (12)                   | 6      | 00:25:24 | 92                       | 323                   |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 26.05.2004 | Steglitzer Volkslauf (09)                   | 6      | 00:24:23 | 63                       | 339                   |                | 0:04:04 | 14,76 |
| 28.05.2008 | Steglitzer Volkslauf (13)                   | 6      | 00:26:52 | 104                      | 306                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 24.05.2009 | Steglitzer Volkslauf (14)                   | 5,6    | 00:24:08 | 97                       | 298                   |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 26.05.2010 | Steglitzer Volkslauf (15)                   | 6      | 00:29:01 | 142                      | 285                   |                | 0:04:50 | 12,41 |
| 07.05.2016 | Steinbergparklauf (1)                       | 12     | 01:09:41 | 10                       | 12                    |                | 0:05:48 | 10,33 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                                       | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 27.05.2006 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (20)        | 10     | 00:45:39 | 90              | 195                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 26.05.2007 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (21)        | 10     | 00:44:10 | 61              | 168                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 24.05.2008 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (22)        | 10     | 00:44:37 | 77              | 225                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 30.05.2009 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (23)        | 10     | 00:45:11 | 66              | 167                   |                | 0:04:31 | 13,28 |
| 29.05.2010 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (24)        | 10     | 00:48:54 | 82              | 183                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 28.05.2011 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (25)        | 10     | 00:48:30 | 102             | 268                   |                | 0:04:51 | 12,37 |
| 05.09.2015 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (29)        | 10     | 00:50:39 | 124             | 256                   |                | 0:05:04 | 11,85 |
| 08.11.2008 | Teltowkanal Halbmarathon (05)              | 21,1   | 01:39:07 | 53              | 196                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 09.11.2014 | Teltowkanal Halbmarathon (11)              | 21,1   | 01:50:02 | 264             | 506                   |                | 0:05:13 | 11,51 |
| 08.11.2015 | Teltowkanal Halbmarathon (12)              | 21,1   | 02:09:10 | 397             | 462                   |                | 0:06:07 | 9,80  |
| 08.09.2013 | Tierparklauf (2)                           | 5,6    | 00:25:31 | 79              | 1056                  | 1.von 23 M50   | 0:04:33 | 13,17 |
| 07.09.2014 | Tierparklauf (3)                           | 5      | 00:22:33 | 69              | 1181                  | 1.von 20 M50   | 0:04:31 | 13,30 |
| 07.01.2001 | Tower-Run (1)                              | Treppe | 00:05:07 | 38              | 67                    |                |         |       |
| 13.01.2002 | Tower-Run (2)                              | Treppe | 00:05:18 | 10              | 14                    | nur Masters    |         |       |
| 12.01.2003 | Tower-Run (3)                              | Treppe | 00:05:17 | 12              | 20                    | nur Masters    |         |       |
| 11.01.2004 | Tower-Run (4)                              | Treppe | 00:05:00 | 34              | 65                    |                |         |       |
| 09.01.2005 | Tower-Run (5)                              | Treppe | 00:05:02 | 11              | 27                    | nur Masters    |         |       |
| 08.01.2006 | Tower-Run (6)                              | Treppe | 00:04:58 | 33              | 60                    |                |         |       |
| 14.01.2007 | Tower-Run (7)                              | Treppe | 00:05:05 | 25              | 55                    |                |         |       |
| 13.01.2008 | Tower-Run (8)                              | Treppe | 00:05:15 | 25              | 52                    |                |         |       |
| 11.01.2009 | Tower-Run (9)                              | Treppe | 00:05:25 | 35              | 57                    |                |         |       |
| 10.01.2010 | Tower-Run (10)                             | Treppe | 00:05:45 | 44              | 67                    |                |         |       |
| 09.01.2011 | Tower-Run (11)                             | Treppe | 00:05:34 | 61              | 103                   |                |         |       |
| 08.01.2012 | Tower-Run (12)                             | Treppe | 00:05:23 | 44              | 86                    |                |         |       |
| 13.01.2013 | Tower-Run (13)                             | Treppe | 00:06:03 | 61              | 99                    |                |         |       |
| 14.01.2014 | Tower-Run (14)                             | Treppe | 00:05:42 | 80              | 155                   |                |         |       |
| 11.01.2015 | Tower-Run (15)                             | Treppe | 00:06:01 | 95              | 131                   |                |         |       |
| 10.01.2016 | Tower-Run (16)                             | Treppe | 00:06:24 | 118             | 145                   |                |         |       |
| 09.12.2006 | Unter-Tage Marathon Bergwerk Sondershauser | 42,195 | 05:37:50 | 264             | 288                   |                | 0:08:00 | 7,49  |
| 08.09.2012 | VitalLauf der HOWOGE (1)                   | 5      | 00:23:39 | 9               | 90                    | 3.Platz Mü.50  | 0:04:44 | 12,68 |
| 29.10.2000 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (23)          | 10,68  | 00:48:19 | 45              | 144                   |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 27.10.2002 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (25)          | 10,68  | 00:49:26 | 57              | 146                   |                | 0:04:38 | 12,96 |
| 16.10.2003 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (26)          | 10,68  | 00:49:32 | 65              | 160                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 31.10.2004 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (27)          | 3,6    | 00:15:01 | 33              | 128                   |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 30.10.2005 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (28)          | 3,6    | 00:15:16 | 55              | 165                   |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 29.10.2006 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (29)          | 3,6    | 00:15:29 | 52              | 164                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 28.10.2007 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (30)          | 3,6    | 00:15:29 | 57              | 163                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 26.10.2008 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (31)          | 3,6    | 00:15:39 | 71              | 182                   |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 31.10.2010 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (33)          | 3,6    | 00:16:32 | 80              | 163                   |                | 0:04:36 | 13,06 |
| 30.10.2011 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (34)          | 3,6    | 00:16:26 | 98              | 192                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 04.11.2012 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (35)          | 3,6    | 00:17:31 | 103             | 166                   |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 03.11.2013 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (36)          | 3,6    | 00:17:05 | 71              | 169                   |                | 0:04:45 | 12,64 |
| 02.11.2014 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (37)          | 3,6    | 00:17:11 | 81              | 172                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 10.09.1995 | Volkslauf des Nordens (23)                 | 10     | 00:47:09 | 57              | 134                   |                | 0:04:43 | 12,73 |
| 08.09.1996 | Volkslauf des Nordens (24)                 | 20     | 01:29:12 | 61              | 141                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 07.09.1997 | Volkslauf des Nordens (25)                 | 10     | 00:41:48 | 16              | 36                    | nur M30-39     | 0:04:11 | 14,35 |
| 27.09.1998 | Volkslauf des Nordens (26)                 | 10     | 00:41:57 | 10              | 31                    | nur M40-49     | 0:04:12 | 14,30 |
| 12.09.1999 | Volkslauf des Nordens (27)                 | 20,25  | 01:37:03 | 8               | 16                    | nur M40-49     | 0:04:48 | 12,52 |
| 05.04.2015 | Wartenberger Osterlauf (07)                | 12,3   | 01:05:30 | 59              | 82                    |                | 0:05:20 | 11,27 |
| 04.12.1996 | Weißenseer Crosslauf (116)                 | 12     | 00:57:03 | 10              | 14                    |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 06.12.1998 | Weißenseer Crosslauf (118)                 | 13,2   | 01:06:05 | 7               | 22                    |                | 0:05:00 | 11,98 |
| 31.12.2001 | Weißenseer Silvesterlauf                   | 10,35  | 01:01:41 | 52              | 57                    |                | 0:05:58 | 10,07 |
| 31.12.2002 | Weißenseer Silvesterlauf                   | 10,35  | 00:48:55 | 42              | 88                    |                | 0:04:44 | 12,70 |
| 31.12.2003 | Weißenseer Silvesterlauf                   | 10,35  | 00:46:15 | 31              | 105                   |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 31.12.2004 | Weißenseer Silvesterlauf                   | 10,35  | 00:47:50 | 26              | 93                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 22.08.1998 | Weißensser Spätsommerlauf                  | 10     | 00:46:09 | 32              | 80                    |                | 0:04:37 | 13,00 |
| 05.01.1997 | Winterserie                                | 10     | 00:45:16 | 112             | 150                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 12.01.1997 | Winterserie                                | 15     | 01:13:57 | 112             | 150                   |                | 0:04:56 | 12,17 |
| 26.01.1997 | Winterserie                                | 21,1   | 01:43:56 | 112             | 150                   |                | 0:04:56 | 12,18 |
| 27.04.1996 | Wuhletallauf (15)                          | 15     | 01:11:37 | 63              | 110                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 15.04.2000 | Wuhletallauf (19)                          | 15     | 01:09:38 | 29              | 61                    |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 21.04.2001 | Wuhletallauf (20)                          | 15     | 01:01:45 | 34              | 68                    |                | 0:04:07 | 14,57 |
| 20.04.2002 | Wuhletallauf (21)                          | 15     | 01:13:30 | 47              | 72                    |                | 0:04:54 | 12,24 |
| 24.04.2004 | Wuhletallauf (22)                          | 15     | 01:07:19 | 29              | 100                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 23.04.2005 | Wuhletallauf (23)                          | 15     | 01:07:04 | 36              | 111                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 05.05.2007 | Wuhletallauf (25)                          | 15     | 01:09:56 | 30              | 114                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 10.05.2008 | Wuhletallauf (26)                          | 15     | 01:15:05 | 73              | 148                   |                | 0:05:00 | 11,99 |
| 09.05.2009 | Wuhletallauf (27)                          | 15     | 01:13:22 | 53              | 122                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 07.05.2011 | Wuhletallauf (29)                          | 15     | 01:12:34 | 48              | 111                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 05.05.2012 | Wuhletallauf (30)                          | 12     | 00:59:27 | 75              | 122                   |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 01.05.2013 | Wuhletallauf (31)                          | 12     | 01:03:11 | 113             | 164                   |                | 0:05:16 | 11,40 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 alphabetisch sortiert nach Veranstaltungen

| Datum      | Name                    | km       | Zeit     | Platz<br>gesamt<br>im Ziel | Teilnehmer | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|-------------------------|----------|----------|----------------------------|------------|----------------|---------|-------|
| 01.05.2014 | Wuhletallauf (32)       | 12       | 01:01:07 | 100                        | 163        |                | 0:05:06 | 11,78 |
| 02.11.2003 | Wuhlheide-Marathon (22) | 10       | 00:42:21 | 17                         | 112        |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 07.11.2004 | Wuhlheide-Marathon (23) | 10       | 00:41:58 | 28                         | 175        |                | 0:04:12 | 14,30 |
| 06.11.2005 | Wuhlheide-Marathon (24) | 21,1     | 01:35:24 | 52                         | 239        |                | 0:04:31 | 13,27 |
| 05.11.2006 | Wuhlheide-Marathon (25) | 10       | 00:44:25 | 24                         | 130        |                | 0:04:26 | 13,51 |
| 23.07.2005 | Zugspitz-Extremberglauf | 16,1     | 04:37:22 | 566                        | 627        | nur Männer     | 0:17:14 | 3,48  |
| Triathlon  |                         |          |          |                            |            |                |         |       |
| 09.08.2014 | Werbellinsee Triathlon  | 0,5/16/4 | 01:20:17 | 223                        | 237        |                |         |       |
| 25.06.2016 | Bergwitztriathlon (26)  | 0,5/23/5 | 01:41:10 | 139                        | 144        |                |         |       |
| 10.07.2016 | Berliner Volkstriathlon | 0,7/18/5 | 01:46:43 | 409                        | 440        |                |         |       |



## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|--------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 16.05.1995 | Rund in Hohenschönhausen (01)               | 10     | 00:46:40 | 88                       | 115                   |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 01.07.1995 | Lauf um den Fennpfuhl (08)                  | 10     | 00:45:47 | 16                       | 27                    |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 12.08.1995 | City-Nacht (04)                             | 10     | 00:46:46 | 775                      | 1574                  |                | 0:04:41 | 12,83 |
| 03.09.1995 | Friedrichsfelder Gartenlauf (03)            | 10     | 00:45:51 | 7                        | 8                     | nur M35        | 0:04:35 | 13,09 |
| 10.09.1995 | Volkslauf des Nordens (23)                  | 10     | 00:47:09 | 57                       | 134                   |                | 0:04:43 | 12,73 |
| 28.10.1995 | Herbstlauf am Teltowkanal (4)               | 10     | 00:43:58 | 86                       | 162                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 03.12.1995 | Crosslauf Buschallee (114)                  | 13,032 | 01:01:46 | 10                       | 12                    |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 26.12.1995 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (11)      | 11,3   | 01:01:10 | 51                       | 56                    |                | 0:05:25 | 11,08 |
| 16.03.1996 | Halbmarathon LC Fliesstal (2)               | 21,1   | 01:52:41 | 118                      | 129                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 27.04.1996 | Wuhletallauf (15)                           | 15     | 01:11:37 | 63                       | 110                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 13.05.1996 | Birkenwäldchenlauf (04)                     | 10     | 00:42:54 | 58                       | 137                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 08.06.1996 | Lauf um den Fennpfuhl (09)                  | 10     | 00:45:28 | 9                        | 27                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 16.06.1996 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (30)       | 10     | 00:42:52 | 134                      | 601                   |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 21.06.1996 | Rund in Hohenschönhausen (02)               | 10     | 00:41:52 | 43                       | 103                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 07.07.1996 | Havellauf (07)                              | 13,7   | 01:00:54 | 162                      | 491                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 10.08.1996 | City-Nacht (05)                             | 10     | 00:41:24 | 333                      | 1742                  |                | 0:04:08 | 14,49 |
| 01.09.1996 | Friedrichsfelder Gartenlauf (04)            | 10     | 00:43:04 | 3                        | 6                     | nur M35        | 0:04:18 | 13,93 |
| 08.09.1996 | Volkslauf des Nordens (24)                  | 20     | 01:29:12 | 61                       | 141                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 14.09.1996 | Lauf im Britzer Garten (08)                 | 10     | 00:41:37 | 88                       | 286                   |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 13.10.1996 | Crosslauf Rodelbahn (35)                    | 6      | 00:25:14 | 38                       | 92                    |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 19.10.1996 | Herbstlauf am Teltowkanal (5)               | 21,1   | 01:35:08 | 45                       | 77                    |                | 0:04:31 | 13,31 |
| 03.11.1996 | Berliner Crosslauf SCC (33)                 | 7,2    | 00:38:29 | 102                      | 270                   |                | 0:05:21 | 11,23 |
| 04.12.1996 | Weißenseer Crosslauf (116)                  | 12     | 00:57:03 | 10                       | 14                    |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 26.12.1996 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (12)      | 11,3   | 01:03:03 | 35                       | 47                    |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 05.01.1997 | Winterserie                                 | 10     | 00:45:16 | 112                      | 150                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 12.01.1997 | Winterserie                                 | 15     | 01:13:57 | 112                      | 150                   |                | 0:04:56 | 12,17 |
| 26.01.1997 | Winterserie                                 | 21,1   | 01:43:56 | 112                      | 150                   |                | 0:04:56 | 12,18 |
| 16.02.1997 | Plänterwaldlauf (41)                        | 20     | 01:38:42 | 21                       | 22                    | nur M35        | 0:04:56 | 12,16 |
| 08.03.1997 | Halbmarathon durch den Britzer Garten (2)   | 21,1   | 01:33:35 | 129                      | 269                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 06.04.1997 | Berliner Halbmarathon (17)                  | 21,1   | 01:35:05 | 546                      | 2407                  |                | 0:04:30 | 13,31 |
| 01.05.1997 | Birkenwäldchenlauf (06)                     | 10     | 00:41:40 | 34                       | 139                   |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 04.05.1997 | 25 km von Berlin                            | 25     | 01:54:23 | 600                      | 3374                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 25.05.1997 | Jedermannlauf (20)                          | 20     | 01:26:25 | 33                       | 87                    |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 15.06.1997 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31)       | 5      | 00:19:55 | 29                       | 87                    |                | 0:03:59 | 15,06 |
| 06.07.1997 | Havellauf (08)                              | 13,7   | 00:58:16 | 121                      | 513                   |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 09.08.1997 | City-Nacht (06)                             | 10     | 00:41:52 | 337                      | 1901                  |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 17.08.1997 | Kreuzberger Viertelmarahton (12)            | 10,55  | 00:43:20 | 78                       | 352                   |                | 0:04:06 | 14,61 |
| 31.08.1997 | Friedrichsfelder Gartenlauf (05)            | 10     | 00:42:06 | 6                        | 10                    | nur M35        | 0:04:13 | 14,25 |
| 07.09.1997 | Volkslauf des Nordens (25)                  | 10     | 00:41:48 | 16                       | 36                    | nur M30-39     | 0:04:11 | 14,35 |
| 28.09.1997 | Berlin-Marathon (24)                        | 42,195 | 03:30:17 | 4543                     | 14982                 |                | 0:04:59 | 12,04 |
| 25.10.1997 | Herbstlauf am Teltowkanal (6)               | 21,1   | 01:33:59 | 21                       | 48                    |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 02.11.1997 | Berliner Crosslauf SCC (34)                 | 7,2    | 00:37:40 | 63                       | 166                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 26.12.1997 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (13)      | 13     | 01:01:31 | 32                       | 63                    |                | 0:04:44 | 12,68 |
| 22.02.1998 | Plänterwaldlauf (43)                        | 20     | 01:37:17 | 15                       | 17                    | nur M40        | 0:04:52 | 12,34 |
| 21.03.1998 | Quer durch Weißensee (28)                   | 21,1   | 01:36:39 | 48                       | 82                    |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 05.04.1998 | Berliner Halbmarathon (18)                  | 21,1   | 01:37:28 | 537                      | 2389                  |                | 0:04:37 | 12,99 |
| 26.04.1998 | Köpenicker Altstadtlauf (2)                 | 10     | 00:44:22 | 64                       | 165                   |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 03.05.1998 | 25 km von Berlin                            | 25     | 01:53:05 | 661                      | 3868                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 17.05.1998 | Jedermannlauf (21)                          | 20     | 01:30:56 | 39                       | 75                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 14.06.1998 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31)       | 10     | 00:43:30 | 130                      | 631                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 26.06.1998 | Rund in Hohenschönhausen (04)               | 10     | 00:42:09 | 10                       | 20                    |                | 0:04:13 | 14,23 |
| 03.07.1998 | City-Nacht (07)                             | 9,478  | 00:39:07 | 265                      | 1483                  |                | 0:04:08 | 14,54 |
| 03.07.1998 | Fernsehtumlauf (1)                          | Treppe | 00:09:28 | 43                       | 54                    |                |         |       |
| 22.08.1998 | Weißensser Spätsommerlauf                   | 10     | 00:46:09 | 32                       | 80                    |                | 0:04:37 | 13,00 |
| 30.08.1998 | Hohenschönhausener Gartenlauf (02)          | 11     | 00:47:27 | 24                       | 57                    |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 06.09.1998 | Friedrichsfelder Gartenlauf (06)            | 10     | 00:43:46 | 38                       | 103                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 12.09.1998 | Lauf im Britzer Garten (10)                 | 10     | 00:42:19 | 62                       | 209                   |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 20.09.1998 | Berlin-Marathon (25)                        | 42,195 | 03:26:36 | 4237                     | 21004                 |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 27.09.1998 | Volkslauf des Nordens (26)                  | 10     | 00:41:57 | 10                       | 31                    | nur M40-49     | 0:04:12 | 14,30 |
| 11.10.1998 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (2) | 21,1   | 01:31:49 | 86                       | 484                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 06.12.1998 | Weißenseer Crosslauf (118)                  | 13,2   | 01:06:05 | 7                        | 22                    |                | 0:05:00 | 11,98 |
| 26.12.1998 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (14)      | 13     | 00:59:10 | 36                       | 65                    |                | 0:04:33 | 13,18 |
| 13.02.1999 | Nordberliner Alpen-Kämpfe (1)               | 11,6   | 00:52:03 | 46                       | 161                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 21.02.1999 | Plänterwaldlauf (45)                        | 20     | 01:32:12 | 11                       | 15                    | nur M40        | 0:04:37 | 13,02 |
| 14.03.1999 | Rathaus-Marathon B.-Lichtenberg (2)         | 14,06  | 00:59:57 | 33                       | 233                   |                | 0:04:16 | 14,07 |
| 20.03.1999 | Quer durch Weißensee (29)                   | 21,1   | 01:31:15 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:19 | 13,87 |
| 21.03.1999 | Rund ums SEZ (07)                           | 10     | 00:44:11 | 69                       | 136                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 28.03.1999 | Berliner Halbmarathon (19)                  | 21,1   | 01:30:03 | 363                      | 3038                  |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 02.05.1999 | 25 km von Berlin                            | 25     | 01:52:36 | 474                      | 3698                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 16.05.1999 | Jedermannlauf (22)                          | 10     | 00:41:32 | 26                       | 153                   |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 06.06.1999 | Hellersdorfer Marathon (5)                  | 42,195 | 03:33:41 | 40                       | 88                    |                | 0:05:04 | 11,85 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|--------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 13.06.1999 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (33)       | 10     | 00:41:53 | 67                       | 583                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 02.07.1999 | Rund in Hohenschönhausen (05)               | 10     | 00:41:26 | 16                       | 34                    |                | 0:04:09 | 14,48 |
| 11.07.1999 | Havellauf (09)                              | 13,7   | 01:00:13 | 137                      | 778                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 05.09.1999 | Friedrichsfelder Gartenlauf (07)            | 10     | 00:44:44 | 28                       | 102                   |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 11.09.1999 | Lauf im Britzer Garten (11)                 | 10     | 00:43:27 | 71                       | 231                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 12.09.1999 | Volkslauf des Nordens (27)                  | 20,25  | 01:37:03 | 8                        | 16                    | nur M40-49     | 0:04:48 | 12,52 |
| 26.09.1999 | Berlin-Marathon (26)                        | 42,195 | 03:32:08 | 4895                     | 19129                 |                | 0:05:02 | 11,93 |
| 17.10.1999 | Crosslauf Rodelbahn (38)                    | 10     | 00:43:30 | 48                       | 136                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 23.10.1999 | Herbstlauf am Teltowkanal (8)               | 21,1   | 01:33:47 | 35                       | 82                    |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 31.10.1999 | Berliner Crosslauf SCC (36)                 | 6      | 00:29:59 | 56                       | 171                   |                | 0:05:00 | 12,01 |
| 14.11.1999 | Cross-Serie Weißensee                       | 12     | 00:56:02 | 13                       | 18                    |                | 0:04:40 | 12,85 |
| 28.11.1999 | Herbstwaldlauf SC Tegeler Forst (45)        | 11     | 00:49:56 | 94                       | 273                   |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 05.12.1999 | Cross-Serie Weißensee                       | 12     | 00:53:45 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 26.12.1999 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (15)      | 13     | 00:58:21 | 38                       | 75                    |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 02.04.2000 | Berliner Halbmarathon (20)                  | 21,1   | 01:41:05 | 1343                     | 4939                  |                | 0:04:47 | 12,52 |
| 15.04.2000 | Wuhletallauf (19)                           | 15     | 01:09:38 | 29                       | 61                    |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 30.04.2000 | 25 km von Berlin                            | 25     | 02:01:37 | 623                      | 3765                  |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 07.05.2000 | Köpenicker Altstadtlauf (4)                 | 10     | 00:43:40 | 54                       | 240                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 21.05.2000 | Jedermannlauf (23)                          | 20     | 01:27:28 | 28                       | 110                   |                | 0:04:22 | 13,72 |
| 28.05.2000 | Rund ums SEZ (08)                           | 10     | 00:42:02 | 71                       | 196                   |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 04.06.2000 | Lichtenrader Meile (17)                     | 15     | 01:06:13 | 64                       | 163                   |                | 0:04:25 | 13,59 |
| 02.07.2000 | Havellauf (11)                              | 13,7   | 00:59:05 | 111                      | 789                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 09.07.2000 | Birkenwäldchenlauf (13)                     | 20     | 01:26:06 | 38                       | 92                    |                | 0:04:18 | 13,94 |
| 16.07.2000 | Hohenschönhausener Gartenlauf (04)          | 11     | 00:48:17 | 6                        | 18                    | nur M40-49     | 0:04:23 | 13,67 |
| 05.08.2000 | City-Nacht (09)                             | 10     | 00:40:48 | 338                      | 3122                  |                | 0:04:05 | 14,71 |
| 27.08.2000 | Bielebohlauflauf (22)                       | 20     | 01:39:50 | 61                       | 95                    |                | 0:05:00 | 12,02 |
| 03.09.2000 | Friedrichsfelder Gartenlauf (08)            | 10     | 00:43:30 | 22                       | 89                    |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 10.09.2000 | Berlin-Marathon (27)                        | 42,195 | 03:29:22 | 3795                     | 22880                 |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 17.09.2000 | Crosslauf Mitte (2)                         | 4,8    | 00:18:30 | 21                       | 48                    |                | 0:03:51 | 15,57 |
| 08.10.2000 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (4) | 21,1   | 01:31:39 | 57                       | 405                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 22.10.2000 | Crosslauf Rodelbahn (39)                    | 10     | 00:43:11 | 45                       | 152                   |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 29.10.2000 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (23)           | 10,68  | 00:48:19 | 45                       | 144                   |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 07.01.2001 | Tower-Run (1)                               | Treppe | 00:05:07 | 38                       | 67                    |                |         |       |
| 14.03.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,4   | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 18.03.2001 | Quer durch Weißensee (31)                   | 21,1   | 01:37:30 | 37                       | 64                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 01.04.2001 | Berliner Halbmarathon (21)                  | 21,1   | 01:34:25 | 773                      | 7217                  |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 04.04.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,92  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 11.04.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 14,34  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:11 | 14,34 |
| 21.04.2001 | Wuhletallauf (20)                           | 15     | 01:01:45 | 34                       | 68                    |                | 0:04:07 | 14,57 |
| 02.05.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 14,18  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 09.05.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,47  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 20.05.2001 | Jedermannlauf (24)                          | 20     | 01:28:50 | 38                       | 120                   |                | 0:04:27 | 13,51 |
| 27.05.2001 | Rund ums SEZ (09)                           | 10     | 00:42:44 | 50                       | 150                   |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 06.06.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 13,8   | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 13.06.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 14,095 | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 22.06.2001 | Rund in Hohenschönhausen (07)               | 10,7   | 00:44:38 | 11                       | 38                    |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 01.07.2001 | Havellauf (12)                              | 13,7   | 01:00:19 | 111                      | 776                   |                | 0:04:24 | 13,63 |
| 08.07.2001 | Hohenschönhausener Gartenlauf (05)          | 11     | 00:48:20 | 22                       | 53                    |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 11.07.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 14,075 | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:16 | 14,08 |
| 08.08.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,825 | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:20 | 13,83 |
| 12.08.2001 | Kreuzberger Viertelmarathon (16)            | 10,55  | 00:43:18 | 103                      | 350                   |                | 0:04:06 | 14,62 |
| 26.08.2001 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (25)      | 21,1   | 01:35:51 | 252                      | 1852                  |                | 0:04:33 | 13,21 |
| 29.08.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 14,215 | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:13 | 14,22 |
| 05.09.2001 | Berliner Bahnlaufserie                      | 14,38  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 09.09.2001 | Mercedes-Benz Halbmarathon (03)             | 21,1   | 01:29:16 | 111                      | 1062                  |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 12.09.2001 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 14,15  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 23.09.2001 | Kirchsteigfeldlauf (3)                      | 10     | 00:40:51 | 8                        | 24                    |                | 0:04:05 | 14,69 |
| 30.09.2001 | Berlin-Marathon (28)                        | 42,195 | 03:41:26 | 8059                     | 25792                 |                | 0:05:15 | 11,43 |
| 31.12.2001 | Weißenseer Silvesterlauf                    | 10,35  | 01:01:41 | 52                       | 57                    |                | 0:05:58 | 10,07 |
| 13.01.2002 | Tower-Run (2)                               | Treppe | 00:05:18 | 10                       | 14                    | nur Masters    |         |       |
| 17.03.2002 | Quer durch Weißensee (32)                   | 21,1   | 01:56:30 | 65                       | 85                    |                | 0:05:31 | 10,87 |
| 20.03.2002 | Berliner Bahnlaufserie                      | 12,05  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 07.04.2002 | Berliner Halbmarathon (22)                  | 21,1   | 01:55:32 | 5200                     | 9489                  |                | 0:05:29 | 10,96 |
| 10.04.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 12,36  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:51 | 12,36 |
| 17.04.2002 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,015 | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:37 | 13,02 |
| 20.04.2002 | Wuhletallauf (21)                           | 15     | 01:13:30 | 47                       | 72                    |                | 0:04:54 | 12,24 |
| 05.05.2002 | 25 km von Berlin                            | 25     | 02:06:02 | 1329                     | 4387                  |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 08.05.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie           | 12,81  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:41 | 12,81 |
| 29.05.2002 | Berliner Bahnlaufserie                      | 13,56  | 01:00:00 |                          |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 02.06.2002 | Rund ums SEZ (10)                           | 10     | 00:43:51 | 41                       | 104                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 09.06.2002 | Jedermannlauf (25)                          | 20     | 01:31:45 | 43                       | 154                   |                | 0:04:35 | 13,08 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name                                   | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 12.06.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 19.06.2002 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,46  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,46 |
| 21.06.2002 | Rund in Hohenschönhausen (08)          | 10     | 00:43:38 | 11              | 22                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 30.06.2002 | Hohenschönhausener Gartenlauf (06)     | 5,5    | 00:22:50 | 26              | 82                    |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 03.07.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,845 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,85 |
| 31.07.2002 | Havellauf (13)                         | 13,7   | 01:01:16 | 144             | 747                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 21.08.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,6   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:46 | 12,60 |
| 25.08.2002 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (26) | 21,1   | 01:38:43 | 386             | 2022                  |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 28.08.2002 | Berliner Bahnlaufserie                 | 7,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:13 | 14,24 |
| 01.09.2002 | Friedrichsfelder Gartenlauf (10)       | 10     | 00:43:52 | 24              | 110                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 08.09.2002 | Mercedes-Benz Halbmarathon (04)        | 21,1   | 01:35:04 | 171             | 1059                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 11.09.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 18.09.2002 | Berliner Bahnlaufserie                 | 14,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 22.09.2002 | Funkturmlauf (1)                       | 5      | 00:28:30 | 58              | 71                    |                | 0:05:42 | 10,53 |
| 29.09.2002 | Berlin-Marathon (29)                   | 42,195 | 03:50:22 | 10258           | 25286                 |                | 0:05:28 | 10,99 |
| 20.10.2002 | Crosslauf Rodelbahn (41)               | 10     | 00:44:46 | 50              | 139                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 27.10.2002 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (25)      | 10,68  | 00:49:26 | 57              | 146                   |                | 0:04:38 | 12,96 |
| 30.10.2002 | Berliner Bahnlaufserie                 | 14,4   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 31.12.2002 | Weißenseer Silvesterlauf               | 10,35  | 00:48:55 | 42              | 88                    |                | 0:04:44 | 12,70 |
| 12.01.2003 | Tower-Run (3)                          | Treppe | 00:05:17 | 12              | 20                    | nur Masters    |         |       |
| 26.03.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 29.03.2003 | Birkenwäldchenlauf (17)                | 10     | 00:44:20 | 47              | 144                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 02.04.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 06.04.2003 | Berliner Halbmarathon (23)             | 21,1   | 01:38:57 | 1774            | 10992                 |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 09.04.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 19.04.2003 | Pankower Frühlingslauf (21)            | 12,5   | 00:57:39 | 44              | 93                    |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 04.05.2003 | 25 km von Berlin                       | 25     | 01:56:21 | 548             | 4276                  |                | 0:04:39 | 12,89 |
| 07.05.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 10.05.2003 | Pyramiden-Treppenlauf (1)              | Treppe | 00:04:46 | 9               | 13                    | nur Männer     |         |       |
| 18.05.2003 | Jedermannlauf (26)                     | 20     | 01:31:44 | 41              | 137                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 21.05.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 14     | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 25.05.2003 | Rund ums SEZ (11)                      | 5      | 00:21:11 | 9               | 35                    |                | 0:04:14 | 14,16 |
| 04.06.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 12,86  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 18.06.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 29.06.2003 | Hohenschönhausener Gartenlauf (07)     | 5,5    | 00:23:30 | 52              | 152                   |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 02.07.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 09.07.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 07.08.2003 | Mittsommerstundenlauf                  | 12,4   | 01:00:00 | 6               | 15                    |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 09.08.2003 | City-Nacht (12)                        | 10     | 00:44:11 | 611             | 4082                  |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 03.09.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 10.09.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 20.09.2003 | Helios-Grünwaldlauf (03)               | 10     | 00:44:21 | 71              | 316                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 28.09.2003 | Berlin-Marathon (30)                   | 42,195 | 03:53:11 | 12153           | 30709                 |                | 0:05:32 | 10,86 |
| 01.10.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 16.10.2003 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (26)      | 10,68  | 00:49:32 | 65              | 160                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 19.10.2003 | Crosslauf Rodelbahn (42)               | 10     | 00:44:07 | 46              | 165                   |                | 0:04:25 | 13,60 |
| 22.10.2003 | Berliner Bahnlaufserie                 | 14,15  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 02.11.2003 | Wuhlheide-Marathon (22)                | 10     | 00:42:21 | 17              | 112                   |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 14.12.2003 | Plänterwaldlauf (54)                   | 20     | 01:38:01 | 5               | 10                    | nur M45        | 0:04:54 | 12,24 |
| 31.12.2003 | Weißenseer Silvesterlauf               | 10,35  | 00:46:15 | 31              | 105                   |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 11.01.2004 | Tower-Run (4)                          | Treppe | 00:05:00 | 34              | 65                    |                |         |       |
| 22.02.2004 | Plänterwaldlauf (55)                   | 20     | 01:34:22 | 9               | 17                    | nur M45        | 0:04:43 | 12,72 |
| 14.03.2004 | Lauf im Britzer Garten (15)            | 10     | 00:42:53 | 68              | 288                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 27.03.2004 | Birkenwäldchenlauf (18)                | 10     | 00:42:55 | 54              | 152                   |                | 0:04:17 | 13,98 |
| 31.03.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 04.04.2004 | Berliner Halbmarathon (24)             | 21,1   | 01:34:41 | 1060            | 11039                 |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 17.04.2004 | Pankower Frühlingslauf (22)            | 12,5   | 00:55:13 | 29              | 114                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 21.04.2004 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,86  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,86 |
| 24.04.2004 | GSW-Treppenlauf (1)                    | Treppe | 00:06:46 | 10              | 24                    |                |         |       |
| 24.04.2004 | Wuhletallauf (22)                      | 15     | 01:07:19 | 29              | 100                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 02.05.2004 | Jedermannlauf (27)                     | 10     | 00:43:51 | 40              | 205                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 05.05.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 09.05.2004 | 25 km von Berlin                       | 25     | 01:54:02 | 453             | 4313                  |                | 0:04:34 | 13,15 |
| 19.05.2004 | Berliner Bahnlaufserie                 | 13,5   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 26.05.2004 | Steglitzer Volkslauf (09)              | 6      | 00:24:23 | 63              | 339                   |                | 0:04:04 | 14,76 |
| 02.06.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie      | 14,04  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 05.06.2004 | Pyramiden-Treppenlauf (2)              | Treppe | 00:04:39 | 9               | 16                    | nur Senioren   |         |       |
| 06.06.2004 | Lichtenrader Meile (21)                | 15     | 01:04:30 | 66              | ???????               |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 16.06.2004 | Berliner Bahnlaufserie                 | 14,05  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,05 |
| 20.06.2004 | Hohenschönhausener Gartenlauf (08)     | 5,65   | 00:24:01 | 42              | 165                   |                | 0:04:15 | 14,12 |
| 03.07.2004 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (20)         | 30     | 02:19:40 | 201             | 1020                  |                | 0:04:39 | 12,89 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name   | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 18.07.2004 | Havellauf (15)                               | 13,7   | 00:59:57 | 82              | 756                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV                    | 1,5    | 00:05:25 | 3               | 3                     |                | 0:03:37 | 16,62 |
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV                    | 5      | 00:20:34 | 24              | 37                    |                | 0:04:07 | 14,59 |
| 28.07.2004 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 31.07.2004 | City-Nacht (13)                              | 10     | 00:41:37 | 353             | 4454                  |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 04.08.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 07.08.2004 | Mittsommerstundenlauf                        | 13,425 | 01:00:00 | 3               | 18                    |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 13.08.2004 | Rund in Hohenschönhausen (10)                | 10     | 00:42:44 | 10              | 39                    |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 15.08.2004 | Kreuzberger Viertelmarahton (19)             | 10,55  | 00:42:58 | 99              | 532                   |                | 0:04:04 | 14,73 |
| 01.09.2004 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 14,11  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 05.09.2004 | Friedrichsfelder Gartenlauf (12)             | 6      | 00:25:15 | 14              | 69                    |                | 0:04:13 | 14,26 |
| 12.09.2004 | Gartenschaulauf Marzahn                      | 20     | 01:27:57 | 10              | 27                    |                | 0:04:24 | 13,64 |
| 15.09.2004 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 26.09.2004 | Berlin-Marathon (31)                         | 42,195 | 03:44:07 | 8426            | 28023                 |                | 0:05:19 | 11,30 |
| 17.10.2004 | Crosslauf Rodelbahn (41)                     | 10     | 00:44:15 | 59              | 196                   |                | 0:04:26 | 13,56 |
| 20.10.2004 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,605 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,61 |
| 31.10.2004 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (27)            | 3,6    | 00:15:01 | 33              | 128                   |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 07.11.2004 | Wuhlheide-Marathon (23)                      | 10     | 00:41:58 | 28              | 175                   |                | 0:04:12 | 14,30 |
| 13.11.2004 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen         | 10     | 00:54:57 | 89              | 320                   |                | 0:05:30 | 10,92 |
| 31.12.2004 | Weißenseer Silvesterlauf                     | 10,35  | 00:47:50 | 26              | 93                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 09.01.2005 | Tower-Run (5)                                | Treppe | 00:05:02 | 11              | 27                    | nur Masters    |         |       |
| 26.02.2005 | Merkerser Kristallmarathon (2) im Bergwerk   | 42,195 | 04:33:55 | 49              | 82                    |                | 0:06:30 | 9,24  |
| 13.03.2005 | Lauf im Britzer Garten (16)                  | 10     | 00:44:53 | 81              | 307                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 16.03.2005 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 03.04.2005 | Berliner Halbmarathon (25)                   | 21,1   | 01:39:23 | 1619            | 12298                 |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 06.04.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 10.04.2005 | Birkenwäldchenlauf (19)                      | 10     | 00:42:40 | 46              | 165                   |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 16.04.2005 | Pankower Frühlingslauf (23)                  | 12,5   | 00:58:03 | 46              | 135                   |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 20.04.2005 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 23.04.2005 | Wuhletallauf (23)                            | 15     | 01:07:04 | 36              | 111                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 01.05.2005 | Jedermannlauf (28)                           | 10     | 00:44:52 | 47              | 227                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 04.05.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 08.05.2005 | 25 km von Berlin                             | 25     | 01:58:52 | 828             | 4849                  |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 01.06.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 04.06.2005 | Pyramiden-Treppenlauf (3)                    | Treppe | 00:04:29 | 2               | 5                     | nur Senioren   |         |       |
| 05.06.2005 | Lichtenrader Meile (22)                      | 15     | 01:07:17 | 72              | 243                   |                | 0:04:29 | 13,38 |
| 15.06.2005 | Berliner Bahnlaufserie                       | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 19.06.2005 | Hohenschönhausener Gartenlauf (09)           | 5,65   | 00:23:58 | 37              | 170                   |                | 0:04:15 | 14,14 |
| 02.07.2005 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (21)               | 30     | 02:37:22 | 391             | 931                   |                | 0:05:15 | 11,44 |
| 06.07.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 17.07.2005 | Havellauf (16)                               | 13,7   | 01:00:53 | 148             | 738                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 23.07.2005 | Zugspitz-Extremberglauf                      | 16,1   | 04:37:22 | 566             | 627                   | nur Männer     | 0:17:14 | 3,48  |
| 03.08.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 06.08.2005 | City-Nacht (14)                              | 10     | 00:41:20 | 485             | 5160                  |                | 0:04:08 | 14,52 |
| 21.08.2005 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (29)       | 21,1   | 01:38:08 | 289             | 1639                  |                | 0:04:39 | 12,90 |
| 24.08.2005 | Berliner Bahnlaufserie                       | 19,52  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 03.09.2005 | Der Lauf im Grünen (10) Neuseddin            | 7,7    | 00:33:36 | 9               | 35                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 07.09.2005 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 25.09.2005 | Berlin-Marathon (32)                         | 42,195 | 03:45:05 | 8424            | 30382                 |                | 0:05:20 | 11,25 |
| 09.10.2005 | Marienfelder Herbstlauf (4)                  | 10     | 00:43:08 | 40              | 135                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 30.10.2005 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (28)            | 3,6    | 00:15:16 | 55              | 165                   |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 06.11.2005 | Wuhlheide-Marathon (24)                      | 21,1   | 01:35:24 | 52              | 239                   |                | 0:04:31 | 13,27 |
| 20.11.2005 | Halb-u.Viertelmarahton LC Stolpertruppe (27) | 10,55  | 00:45:39 | 10              | 75                    |                | 0:04:20 | 13,87 |
| 26.12.2005 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (21)       | 13     | 01:05:03 | 36              | 57                    | nur Männer     | 0:05:00 | 11,99 |
| 08.01.2006 | Tower-Run (6)                                | Treppe | 00:04:58 | 33              | 60                    |                |         |       |
| 15.03.2006 | Berliner Bahnlaufserie                       | 19,16  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 02.04.2006 | Berliner Halbmarathon (26)                   | 21,1   | 01:40:44 | 1889            | 13397                 |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 05.04.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,48  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,48 |
| 09.04.2006 | Birkenwäldchenlauf (20)                      | 10     | 00:43:39 | 49              | 163                   |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 15.04.2006 | Pankower Frühlingslauf (24)                  | 12,5   | 00:57:06 | 59              | 143                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 16.04.2006 | Berliner Bahnlaufserie                       | 18,04  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,03 |
| 22.04.2006 | Sächsischer Mt.Everest Treppen-Marathon (2)  | 63,292 | 24:00:00 | 26              | 39                    |                | 0:22:45 | 2,64  |
| 30.04.2006 | Jedermannlauf (29)                           | 10     | 00:44:54 | 49              | 180                   |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 03.05.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 13,03  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,03 |
| 07.05.2006 | 25 km von Berlin                             | 25     | 02:17:00 | 1780            | 4884                  |                | 0:05:29 | 10,95 |
| 17.05.2006 | Berliner Bahnlaufserie                       | 18,6   | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 27.05.2006 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (20)          | 10     | 00:45:39 | 90              | 195                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 05.06.2006 | Skyrun-Berlin (1)                            | Treppe | 00:05:41 | 71              | 104                   |                |         |       |
| 01.07.2006 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (22)               | 30     | 03:56:01 | 880             | 897                   |                | 0:07:52 | 7,63  |
| 16.07.2006 | Havellauf (17)                               | 13,7   | 01:22:23 | 511             | 696                   |                | 0:06:01 | 9,98  |
| 02.08.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie            | 12,64  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,64 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name                                       | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 13.08.2006 | Kreuzberger Viertelmara (21)               | 10,55  | 00:45:51 | 116             | 339                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 23.08.2006 | Berliner Bahnlaufserie                     | 6,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,24 |
| 25.08.2006 | Berliner Firmenlauf (5)                    | 6,2    | 00:24:31 | 169             | 3401                  |                | 0:03:57 | 15,17 |
| 03.09.2006 | Mercedes-Benz Halbmarathon (08)            | 21,1   | 01:42:55 | 331             | 1064                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 06.09.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 13.09.2006 | Berliner Bahnlaufserie                     | 12,03  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,03 |
| 24.09.2006 | Berlin-Marathon (33)                       | 42,195 | 03:55:31 | 10096           | 30190                 |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 15.10.2006 | Crosslauf Rodelbahn (45)                   | 10     | 00:48:02 | 98              | 193                   |                | 0:04:48 | 12,49 |
| 29.10.2006 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (29)          | 3,6    | 00:15:29 | 52              | 164                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 05.11.2006 | Wuhlheide-Marathon (25)                    | 10     | 00:44:25 | 24              | 130                   |                | 0:04:26 | 13,51 |
| 09.12.2006 | Unter-Tage Marathon Bergwerk Sondershauser | 42,195 | 05:37:50 | 264             | 288                   |                | 0:08:00 | 7,49  |
| 14.01.2007 | Tower-Run (7)                              | Treppe | 00:05:05 | 25              | 55                    |                |         |       |
| 01.04.2007 | Berliner Halbmarathon (27)                 | 21,1   | 01:44:55 | 3302            | 15875                 |                | 0:04:58 | 12,07 |
| 18.04.2007 | Berliner Bahnlaufserie                     | 18,46  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:53 | 12,31 |
| 21.04.2007 | GSW-Treppenlauf (4)                        | Treppe | 00:06:29 | 9               | 20                    |                |         |       |
| 21.04.2007 | Pankower Frühlingslauf (25)                | 12,5   | 00:57:14 | 45              | 112                   |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 29.04.2007 | Jedermannlauf (30)                         | 10     | 00:43:55 | 44              | 177                   |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 02.05.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 13,36  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 05.05.2007 | Wuhletallauf (25)                          | 15     | 01:09:56 | 30              | 114                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 09.05.2007 | Berliner Bahnlaufserie                     | 18,75  | 01:30:00 |                 |                       |                | 0:04:48 | 12,50 |
| 26.05.2007 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (21)        | 10     | 00:44:10 | 61              | 168                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 28.05.2007 | Skyrun-Berlin (2)                          | Treppe | 00:05:38 | 100             | 178                   |                |         |       |
| 30.05.2007 | Steglitzer Volkslauf (12)                  | 6      | 00:25:24 | 92              | 323                   |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 03.06.2007 | Lichtenrader Meile (24)                    | 15     | 01:07:39 | 49              | 207                   |                | 0:04:31 | 13,30 |
| 06.06.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 13,01  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 13.06.2007 | Berliner Bahnlaufserie                     | 13,02  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,02 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)         | 5,65   | 00:24:40 | 53              | 200                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)         | 10,9   | 00:56:46 | 57              | 86                    |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 04.07.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 13,22  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 07.07.2007 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (23)             | 30     | 02:42:15 | 403             | 878                   |                | 0:05:25 | 11,09 |
| 15.07.2007 | Havellauf (18)                             | 13,7   | 01:03:53 | 128             | 734                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 01.08.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 12,25  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 04.08.2007 | City-Nacht (16)                            | 10     | 00:43:09 | 636             | 5452                  |                | 0:04:19 | 13,90 |
| 26.08.2007 | Kreuzberger Viertelmara (22)               | 10,55  | 00:44:07 | 101             | 435                   |                | 0:04:11 | 14,35 |
| 29.08.2007 | Berliner Bahnlaufserie                     | 13,45  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 30.09.2007 | Berlin-Marathon (34)                       | 42,195 | 03:57:21 | 14325           | 32497                 |                | 0:05:38 | 10,67 |
| 14.10.2007 | Crosslauf Rodelbahn (46)                   | 10     | 00:46:23 | 58              | 158                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 21.10.2007 | Marienfelder Herbstlauf (6)                | 10     | 00:43:50 | 35              | 125                   |                | 0:04:23 | 13,69 |
| 24.10.2007 | Berliner Bahnlaufserie                     | 12,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:49 | 12,47 |
| 28.10.2007 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (30)          | 3,6    | 00:15:29 | 57              | 163                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 04.11.2007 | LGA Indoor-Marathon (3)                    | 42,195 | 04:10:06 | 38              | 59                    |                | 0:05:56 | 10,12 |
| 26.12.2007 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (23)     | 13     | 01:01:25 | 44              | 70                    | nur Männer     | 0:04:43 | 12,70 |
| 13.01.2008 | Tower-Run (8)                              | Treppe | 00:05:15 | 25              | 52                    |                |         |       |
| 09.03.2008 | Lauf im Britzer Garten (19)                | 10     | 00:43:27 | 109             | 368                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 15.03.2008 | Fielmann Natur-Marathon (4) (Halbmarathon) | 21,1   | 01:40:18 | 26              | 146                   | 1.Platz M50    | 0:04:45 | 12,62 |
| 30.03.2008 | Birkenwäldchenlauf (22)                    | 10     | 00:45:41 | 90              | 218                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 02.04.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 12,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 06.04.2008 | Berliner Halbmarathon (28)                 | 21,1   | 01:42:45 | 3292            | 17604                 |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 19.04.2008 | Pankower Frühlingslauf (26)                | 12,5   | 01:00:44 | 89              | 199                   |                | 0:04:52 | 12,35 |
| 07.05.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 12,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 10.05.2008 | Wuhletallauf (26)                          | 15     | 01:15:05 | 73              | 148                   |                | 0:05:00 | 11,99 |
| 12.05.2008 | Skyrun-Berlin (3)                          | Treppe | 00:05:44 | 125             | 200                   |                |         |       |
| 24.05.2008 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (22)        | 10     | 00:44:37 | 77              | 225                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 25.05.2008 | Rund ums SEZ (16)                          | 10     | 00:45:44 | 36              | 79                    |                | 0:04:34 | 13,12 |
| 28.05.2008 | Steglitzer Volkslauf (13)                  | 6      | 00:26:52 | 104             | 306                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 22.06.2008 | Die Parkhausmeile                          | 10     | 00:45:58 | 33              | 73                    | 1.Platz M50    | 0:04:36 | 13,05 |
| 05.07.2008 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (24)             | 30     | 02:45:14 | 389             | 825                   |                | 0:05:30 | 10,89 |
| 13.07.2008 | Jedermannlauf (31)                         | 10     | 00:44:47 | 55              | 190                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 20.07.2008 | Havellauf (19)                             | 13,7   | 01:02:03 | 124             | 698                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 03.09.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie          | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 07.09.2008 | Mercedes-Benz Halbmarathon (10)            | 21,1   | 01:39:15 | 327             | 1375                  |                | 0:04:42 | 12,76 |
| 28.09.2008 | Berlin-Marathon (35)                       | 42,195 | 04:01:36 | 17647           | 35746                 |                | 0:05:44 | 10,48 |
| 12.10.2008 | Crosslauf Rodelbahn (47)                   | 10     | 00:47:24 | 60              | 125                   |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 26.10.2008 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (31)          | 3,6    | 00:15:39 | 71              | 182                   |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 08.11.2008 | Teltowkanal Halbmarathon (05)              | 21,1   | 01:39:07 | 53              | 196                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 26.12.2008 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (24)     | 13     | 01:02:11 | 45              | 64                    | nur Männer     | 0:04:47 | 12,54 |
| 11.01.2009 | Tower-Run (9)                              | Treppe | 00:05:25 | 35              | 57                    |                |         |       |
| 17.01.2009 | Senftenberger Hallenmarathon (3)           | 42,195 | 04:07:02 | 30              | 47                    |                | 0:05:51 | 10,25 |
| 08.03.2009 | Lauf im Britzer Garten (20)                | 10     | 00:45:21 | 133             | 348                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 14.03.2009 | Fielmann Natur-Marathon (5) (Halbmarathon) | 21,1   | 01:44:18 | 43              | 173                   |                | 0:04:57 | 12,14 |
| 05.04.2009 | Berliner Halbmarathon (29)                 | 21,1   | 01:38:38 | 2322            | 17913                 |                | 0:04:40 | 12,84 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name                                 | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--------------------------------------|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 19.04.2009 | Leipzig Marathon (33)                | 42,195 | 04:23:23 | 531             | 645                   |                | 0:06:15 | 9,61  |
| 09.05.2009 | Wuhletallauf (27)                    | 15     | 01:13:22 | 53              | 122                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 24.05.2009 | Jedermannlauf (32)                   | 10     | 00:47:23 | 107             | 293                   |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 24.05.2009 | Steglitzer Volkslauf (14)            | 5,6    | 00:24:08 | 97              | 298                   |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 30.05.2009 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (23)  | 10     | 00:45:11 | 66              | 167                   |                | 0:04:31 | 13,28 |
| 31.05.2009 | Rund ums SEZ (17)                    | 10     | 00:47:58 | 69              | 135                   |                | 0:04:48 | 12,51 |
| 01.06.2009 | Skyrun-Berlin (4)                    | Treppe | 00:05:48 | 124             | 201                   |                |         |       |
| 13.06.2009 | Nordseelauf - Wilhelmshaven          | 10     | 00:44:38 | 46              | 359                   |                | 0:04:28 | 13,44 |
| 14.06.2009 | Nordseelauf - Borkumer Insellauf     | 10,8   | 00:50:29 | 40              | 349                   |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 15.06.2009 | Nordseelauf - Butjadinger Küstenlauf | 12,5   | 00:56:42 | 29              | 309                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 16.06.2009 | Nordseelauf - Neuharlingersiel       | 10,6   | 00:48:37 | 46              | 362                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 18.06.2009 | Nordseelauf - Spiekerooger Dünenlauf | 12     | 00:55:13 | 40              | 349                   |                | 0:04:36 | 13,04 |
| 19.06.2009 | Nordseelauf - Otterndorf             | 10,6   | 00:46:21 | 46              | 354                   |                | 0:04:22 | 13,72 |
| 20.06.2009 | Nordseelauf - Watt-Lauf              | 12     | 01:02:49 | 98              | 497                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 04.07.2009 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (25)       | 30     | 02:52:42 | 447             | 885                   |                | 0:05:45 | 10,42 |
| 19.07.2009 | Havellauf (20)                       | 13,7   | 01:04:22 | 153             | 720                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 25.07.2009 | Seenland-Halbmarathon-Lauf           | 21,1   | 01:38:03 | 31              | 138                   |                | 0:04:39 | 12,91 |
| 01.08.2009 | City-Nacht (18)                      | 10     | 00:44:14 | 727             | 5548                  |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 07.08.2009 | Mittsomerstundenlauf                 | 12,33  | 01:00:00 | 8               | 17                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 10.01.2010 | Tower-Run (10)                       | Treppe | 00:05:45 | 44              | 67                    |                |         |       |
| 17.04.2010 | Pankower Frühlingslauf (28)          | 12,5   | 01:10:10 | 135             | 175                   |                | 0:05:37 | 10,69 |
| 16.05.2010 | Jedermannlauf (33)                   | 10     | 00:54:11 | 130             | 230                   |                | 0:05:25 | 11,07 |
| 23.05.2010 | Skyrun-Berlin (5)                    | Treppe | 00:07:18 | 140             | 182                   |                |         |       |
| 26.05.2010 | Steglitzer Volkslauf (15)            | 6      | 00:29:01 | 142             | 285                   |                | 0:04:50 | 12,41 |
| 29.05.2010 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (24)  | 10     | 00:48:54 | 82              | 183                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 03.06.2010 | Lichtenrader Meile (27)              | 15     | 01:14:27 | 84              | 181                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 04.06.2010 | Nordberliner Zugspitzlauf            | 12     | 01:04:53 | 73              | 123                   |                | 0:05:24 | 11,10 |
| 03.07.2010 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (26)       | 30     | 03:07:55 | 354             | 575                   |                | 0:06:16 | 9,58  |
| 18.07.2010 | Havellauf (21)                       | 13,7   | 01:10:09 | 232             | 637                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 05.09.2010 | Mercedes-Benz Halbmarathon (12)      | 21,1   | 01:48:35 | 599             | 1124                  |                | 0:05:09 | 11,66 |
| 18.09.2010 | allod Gesundheitslauf (05)           | 10     | 00:47:06 | 25              | 101                   |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 26.09.2010 | Berlin-Marathon (37)                 | 42,195 | 04:17:35 | 21945           | 34002                 |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 17.10.2010 | Marienfelder Herbstlauf (9)          | 16     | 01:19:40 | 40              | 87                    |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 24.10.2010 | Crosslauf Rodelbahn (49)             | 10     | 00:50:24 | 83              | 152                   |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 31.10.2010 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (33)    | 3,6    | 00:16:32 | 80              | 163                   |                | 0:04:36 | 13,06 |
| 09.01.2011 | Tower-Run (11)                       | Treppe | 00:05:34 | 61              | 103                   |                |         |       |
| 06.03.2011 | Lauf im Britzer Garten (22)          | 10     | 00:47:22 | 167             | 431                   |                | 0:04:44 | 12,67 |
| 27.03.2011 | Birkenwäldchenlauf (25)              | 10     | 00:48:55 | 93              | 175                   |                | 0:04:54 | 12,27 |
| 03.04.2011 | Berliner Halbmarathon (31)           | 21,1   | 01:49:35 | 4337            | 20250                 |                | 0:05:12 | 11,55 |
| 10.04.2011 | Jedermannlauf (34)                   | 9,2    | 00:44:10 | 72              | 179                   |                | 0:04:48 | 12,50 |
| 16.04.2011 | Pankower Frühlingslauf (29)          | 12,5   | 01:02:39 | 64              | 129                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 30.04.2011 | Lychener Seen Lauf (30)              | 30,5   | 03:03:31 | 47              | 62                    |                | 0:06:01 | 9,97  |
| 07.05.2011 | Wuhletallauf (29)                    | 15     | 01:12:34 | 48              | 111                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 28.05.2011 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (25)  | 10     | 00:48:30 | 102             | 268                   |                | 0:04:51 | 12,37 |
| 01.06.2011 | Berliner Firmenlauf (10)             | 6      | 00:25:21 | 442             | 4710                  |                | 0:04:14 | 14,20 |
| 05.06.2011 | Lichtenrader Meile (28)              | 15     | 01:20:33 | 73              | 125                   |                | 0:05:22 | 11,17 |
| 02.07.2011 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (27)       | 30     | 02:47:14 | 338             | 520                   |                | 0:05:34 | 10,76 |
| 17.07.2011 | Havellauf (22)                       | 13,7   | 01:06:43 | 178             | 658                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 30.07.2011 | City-Nacht (20)                      | 10     | 00:44:48 | 691             | 5167                  |                | 0:04:29 | 13,39 |
| 07.08.2011 | Mittsomerstundenlauf                 | 12,53  | 01:00:00 | 15              | 31                    |                | 0:04:47 | 12,53 |
| 28.08.2011 | Kreuzberger Viertelmarathon (26)     | 9,8    | 00:43:44 | 96              | 398                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 03.09.2011 | allod Gesundheitslauf (06)           | 10     | 00:46:50 | 7               | 76                    | 2.Platz M50    | 0:04:41 | 12,81 |
| 10.09.2011 | Helios-Grünwaldlauf (07)             | 10     | 00:46:48 | 76              | 232                   |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 25.09.2011 | Berlin-Marathon (38)                 | 42,195 | 03:55:53 | 13104           | 32916                 |                | 0:05:35 | 10,73 |
| 23.10.2011 | Crosslauf Rodelbahn (50)             | 10     | 00:48:41 | 93              | 215                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 30.10.2011 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (34)    | 3,6    | 00:16:26 | 98              | 192                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 11.12.2011 | Plänterwaldlauf (70)                 | 20     | 01:44:00 | 48              | 110                   |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 08.01.2012 | Tower-Run (12)                       | Treppe | 00:05:23 | 44              | 86                    |                |         |       |
| 01.04.2012 | Berliner Halbmarathon (32)           | 21,1   | 02:02:50 | 13534           | 23086                 |                | 0:05:49 | 10,31 |
| 14.04.2012 | Pankower Frühlingslauf (30)          | 12,5   | 01:04:48 | 106             | 171                   |                | 0:05:11 | 11,57 |
| 05.05.2012 | Wuhletallauf (30)                    | 12     | 00:59:27 | 75              | 122                   |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 27.05.2012 | Skyrun-Berlin (7)                    | Treppe | 00:07:02 | 120             | 164                   |                |         |       |
| 02.06.2012 | Berliner Firmenlauf (11)             | 5,5    | 00:23:41 | 641             | 5559                  |                | 0:04:18 | 13,93 |
| 03.06.2012 | Lichtenrader Meile (29)              | 15     | 01:19:24 | 106             | 154                   |                | 0:05:18 | 11,34 |
| 16.06.2012 | Hohenschönhausener Gartenlauf (16)   | 5,65   | 00:27:40 | 73              | 156                   |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 22.06.2012 | Nordberliner Zugspitzlauf            | 12     | 01:10:34 | 100             | 147                   |                | 0:05:53 | 10,20 |
| 07.07.2012 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (28)       | 30     | 03:03:11 | 408             | 557                   |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 15.07.2012 | Havellauf (23)                       | 13,7   | 01:13:17 | 277             | 624                   |                | 0:05:21 | 11,22 |
| 26.08.2012 | Kreuzberger Viertelmarathon (27)     | 10,55  | 00:55:27 | 232             | 395                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 05.09.2012 | B2 Run Berlin                        | 5,8    | 00:32:05 | 3295            | 4515                  | nur Männer     | 0:05:32 | 10,85 |
| 08.09.2012 | VitalLauf der HOWOGE (1)             | 5      | 00:23:39 | 9               | 90                    | 3.Platz Mü.50  | 0:04:44 | 12,68 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name                                    | km       | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|----------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 09.09.2012 | Mercedes-Benz Halbmarathon (14)         | 21,1     | 01:56:40 | 725             | 1050                  |                | 0:05:32 | 10,85 |
| 15.09.2012 | allod Gesundheitslauf (07)              | 10       | 00:48:17 | 25              | 95                    | 2. Platz M50   | 0:04:50 | 12,43 |
| 30.09.2012 | Berlin-Marathon (39)                    | 42,195   | 04:36:55 | 26859           | 34377                 |                | 0:06:34 | 9,14  |
| 20.10.2012 | Crosslauf Rodelbahn (51)                | 10       | 00:52:31 | 99              | 157                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 04.11.2012 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (35)       | 3,6      | 00:17:31 | 103             | 166                   |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 13.01.2013 | Tower-Run (13)                          | Treppe   | 00:06:03 | 61              | 99                    |                |         |       |
| 03.03.2013 | Lauf im Britzer Garten (24)             | 10       | 00:51:23 | 291             | 505                   |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 07.04.2013 | Berliner Halbmarathon (33)              | 21,1     | 01:59:28 | 10806           | 22254                 |                | 0:05:40 | 10,60 |
| 21.04.2013 | Jedermannlauf (36)                      | 10       | 00:52:20 | 129             | 206                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 01.05.2013 | Wuhletallauf (31)                       | 12       | 01:03:11 | 113             | 164                   |                | 0:05:16 | 11,40 |
| 24.05.2013 | Berliner Firmenlauf (12)                | 5,5      | 00:24:37 | 1083            | 6258                  |                | 0:04:29 | 13,41 |
| 08.06.2013 | Hohenschönhausener Gartenlauf (17)      | 5,65     | 00:27:35 | 93              | 197                   |                | 0:04:53 | 12,29 |
| 30.06.2013 | Helios-Grunewaldlauf (08)               | 10       | 00:49:04 | 145             | 315                   |                | 0:04:54 | 12,23 |
| 06.07.2013 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (29)          | 15       | 01:26:30 | 476             | 836                   |                | 0:05:46 | 10,40 |
| 21.07.2013 | Havellauf (24)                          | 13,7     | 01:08:39 | 204             | 683                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 03.08.2013 | Berlin Triathlon XL Staffel             | 21,1     | 01:49:40 |                 |                       |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 07.08.2013 | Mittsommerstundenlauf                   | 12,11    | 01:00:00 | 2               |                       | 6 nur AK M50   | 0:04:57 | 12,11 |
| 25.08.2013 | Kreuzberger Viertelmaraathon (28)       | 10,55    | 00:48:12 | 130             | 455                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 01.09.2013 | Mercedes-Benz Halbmarathon (15)         | 21,1     | 01:48:26 | 525             | 910                   | nur Männer     | 0:05:08 | 11,68 |
| 08.09.2013 | Tierparklauf (2)                        | 5,6      | 00:25:31 | 79              | 1056                  | 1. von 23 M50  | 0:04:33 | 13,17 |
| 14.09.2013 | allod Gesundheitslauf (08)              | 10       | 00:47:41 | 28              | 102                   |                | 0:04:46 | 12,58 |
| 19.10.2013 | Crosslauf Rodelbahn (52)                | 10       | 00:49:38 | 68              | 135                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 26.10.2013 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen    | 10       | 01:01:56 | 165             | 460                   |                | 0:06:12 | 9,69  |
| 03.11.2013 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (36)       | 3,6      | 00:17:05 | 71              | 169                   |                | 0:04:45 | 12,64 |
| 01.12.2013 | BRC Cross-Staffellauf                   | 6,4      | 00:30:01 | 370             | 591                   |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 14.01.2014 | Tower-Run (14)                          | Treppe   | 00:05:42 | 80              | 155                   |                |         |       |
| 18.01.2014 | Senftenberger Hallenmarathon (8)        | 10       | 00:49:32 | 22              | 48                    |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 30.03.2014 | Berliner Halbmarathon (34)              | 21,1     | 01:56:24 | 9157            | 22225                 |                | 0:05:31 | 10,88 |
| 05.04.2014 | BT-Meile (02)                           | 8        | 00:44:11 | 107             | 168                   |                | 0:05:31 | 10,86 |
| 12.04.2014 | Pankower Frühlingslauf (32)             | 12,5     | 01:08:10 | 117             | 163                   |                | 0:05:27 | 11,00 |
| 23.04.2014 | Birkenwäldchenlauf (28)                 | 10       | 00:54:45 | 182             | 242                   |                | 0:05:28 | 10,96 |
| 01.05.2014 | Wuhletallauf (32)                       | 12       | 01:01:07 | 100             | 163                   |                | 0:05:06 | 11,78 |
| 25.05.2014 | Lichtenrader Meile (31)                 | 15       | 01:20:06 | 89              | 167                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 29.05.2014 | Berliner Firmenlauf (13)                | 5,5      | 00:24:53 | 1122            | 6723                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 01.06.2014 | Jedermannlauf (37)                      | 10       | 00:49:32 | 83              | 167                   |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 29.06.2014 | Helios-Grunewaldlauf (09)               | 10       | 00:50:45 | 142             | 293                   |                | 0:05:05 | 11,82 |
| 05.07.2014 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (30)          | 15       | 01:28:50 | 476             | 831                   |                | 0:05:55 | 10,13 |
| 20.07.2014 | Havellauf (25)                          | 13,7     | 01:16:06 | 281             | 653                   |                | 0:05:33 | 10,80 |
| 26.07.2014 | City-Nacht (23)                         | 10       | 00:50:10 | 1080            | 4444                  |                | 0:05:01 | 11,96 |
| 09.08.2014 | Werbellinsee Triathlon                  | 0,5/16/4 | 01:20:17 | 223             | 237                   |                |         |       |
| 24.08.2014 | Kreuzberger Viertelmaraathon (29)       | 10,55    | 00:51:02 | 210             | 527                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 31.08.2014 | Mercedes-Benz Halbmarathon (16)         | 21,1     | 01:53:30 | 508             | 770                   | nur Männer     | 0:05:23 | 11,15 |
| 06.09.2014 | allod Gesundheitslauf (09)              | 10       | 00:51:25 | 24              | 64                    |                | 0:05:08 | 11,67 |
| 07.09.2014 | Tierparklauf (3)                        | 5        | 00:22:33 | 69              | 1181                  | 1. von 20 M50  | 0:04:31 | 13,30 |
| 28.09.2014 | Regionalparklauf Barnimer Feldmark (17) | 13       | 01:03:15 | 37              | 66                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 12.10.2014 | Asics Grand 10                          | 10       | 00:48:46 | 1455            | 5232                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 18.10.2014 | Crosslauf Rodelbahn (53)                | 10       | 00:52:04 | 75              | 155                   |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 02.11.2014 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (37)       | 3,6      | 00:17:11 | 81              | 172                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 09.11.2014 | Teltowkanal Halbmarathon (11)           | 21,1     | 01:50:02 | 264             | 506                   |                | 0:05:13 | 11,51 |
| 11.01.2015 | Tower-Run (15)                          | Treppe   | 00:06:01 | 95              | 131                   |                |         |       |
| 24.01.2015 | Senftenberger Hallenmarathon (9)        | 21,1     | 01:58:03 | 37              | 54                    |                | 0:05:36 | 10,72 |
| 01.03.2015 | Lauf im Britzer Garten (26)             | 10       | 00:51:11 | 237             | 476                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 22.03.2015 | Birkenwäldchenlauf (29)                 | 10       | 00:52:21 | 145             | 216                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 29.03.2015 | Berliner Halbmarathon (35)              | 21,1     | 01:58:45 | 11249           | 23536                 |                | 0:05:38 | 10,66 |
| 05.04.2015 | Wartenberger Osterlauf (07)             | 12,3     | 01:05:30 | 59              | 82                    |                | 0:05:20 | 11,27 |
| 11.04.2015 | Pankower Frühlingslauf (33)             | 12,5     | 01:07:57 | 130             | 218                   |                | 0:05:26 | 11,04 |
| 19.04.2015 | Jedermannlauf (38)                      | 10       | 00:50:54 | 127             | 219                   |                | 0:05:05 | 11,79 |
| 12.06.2015 | Berliner Firmenlauf (14)                | 5,5      | 00:25:10 | 1174            | 8287                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 04.07.2015 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (31)          | 15       | 01:34:50 | 433             | 716                   |                | 0:06:19 | 9,49  |
| 10.07.2015 | Nordberliner Zugspitzlauf               | 12       | 01:09:39 | 137             | 205                   |                | 0:05:48 | 10,34 |
| 30.08.2015 | Mercedes-Benz Halbmarathon (17)         | 21,1     | 02:05:18 | 620             | 813                   | nur Männer     | 0:05:56 | 10,10 |
| 05.09.2015 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (29)     | 10       | 00:50:39 | 124             | 256                   |                | 0:05:04 | 11,85 |
| 19.09.2015 | allod Gesundheitslauf (10)              | 10       | 00:51:22 | 41              | 88                    |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 17.10.2015 | Crosslauf Rodelbahn (54)                | 10       | 00:54:01 | 82              | 129                   |                | 0:05:24 | 11,11 |
| 08.11.2015 | Teltowkanal Halbmarathon (12)           | 21,1     | 02:09:10 | 397             | 462                   |                | 0:06:07 | 9,80  |
| 10.01.2016 | Tower-Run (16)                          | Treppe   | 00:06:24 | 118             | 145                   |                |         |       |
| 28.02.2016 | Lauf im Britzer Garten (27)             | 10       | 00:51:44 | 296             | 480                   |                | 0:05:10 | 11,60 |
| 06.03.2016 | BT-Meile (04)                           | 8        | 00:47:15 | 131             | 201                   |                | 0:05:54 | 10,16 |
| 20.03.2016 | Birkenwäldchenlauf (30)                 | 10       | 00:53:10 | 129             | 182                   |                | 0:05:19 | 11,29 |
| 03.04.2016 | Berliner Halbmarathon (36)              | 21,1     | 01:56:59 | 9888            | 23957                 |                | 0:05:33 | 10,82 |
| 09.04.2016 | Pankower Frühlingslauf (34)             | 12,5     | 01:08:38 | 121             | 186                   |                | 0:05:29 | 10,93 |

## Übersicht Wettkampfergebnisse seit 1995 chronologisch sortiert

| Datum      | Name                               | km       | Zeit     | Platz<br>gesamt im Ziel | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|------------------------------------|----------|----------|-------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 17.04.2016 | Jedermannlauf (39)                 | 10       | 00:52:54 | 119                     | 192                   |                | 0:05:17 | 11,34 |
| 07.05.2016 | Steinbergparklauf (1)              | 12       | 01:09:41 | 10                      | 12                    |                | 0:05:48 | 10,33 |
| 27.05.2016 | Berliner Firmenlauf (15)           | 5,5      | 00:25:42 | 1806                    | 10204                 |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 18.06.2016 | Hohenschönhausener Gartenlauf (20) | 5,65     | 00:29:34 | 124                     | 225                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 25.06.2016 | Bergwitztriathlon (26)             | 0,5/23/5 | 01:41:10 | 139                     | 144                   |                |         |       |
| 10.07.2016 | Berliner Volkstriathlon            | 0,7/18/5 | 01:46:43 | 409                     | 440                   |                |         |       |
| 21.08.2016 | Kreuzberger Viertelmarathon (31)   | 10,55    | 00:54:31 | 193                     | 412                   |                | 0:05:10 | 11,61 |
| 28.08.2016 | Mercedes-Benz Halbmarathon (18)    | 21,1     | 02:12:07 | 569                     | 665                   | nur Männer     | 0:06:16 | 9,58  |
| 15.10.2016 | Crosslauf Rodelbahn (55)           | 10       | 00:56:41 | 96                      | 140                   |                | 0:05:40 | 10,59 |



## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name                                  | km    | Zeit     | Platz<br>gesamt im Ziel | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---------------------------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV             | 1,5   | 00:05:25 | 3                       | 3                     |                | 0:03:37 | 16,62 |
| 31.10.2004 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (27)     | 3,6   | 00:15:01 | 33                      | 128                   |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 30.10.2005 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (28)     | 3,6   | 00:15:16 | 55                      | 165                   |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 29.10.2006 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (29)     | 3,6   | 00:15:29 | 52                      | 164                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 28.10.2007 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (30)     | 3,6   | 00:15:29 | 57                      | 163                   |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 26.10.2008 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (31)     | 3,6   | 00:15:39 | 71                      | 182                   |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 30.10.2011 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (34)     | 3,6   | 00:16:26 | 98                      | 192                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 31.10.2010 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (33)     | 3,6   | 00:16:32 | 80                      | 163                   |                | 0:04:36 | 13,06 |
| 03.11.2013 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (36)     | 3,6   | 00:17:05 | 71                      | 169                   |                | 0:04:45 | 12,64 |
| 02.11.2014 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (37)     | 3,6   | 00:17:11 | 81                      | 172                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 04.11.2012 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (35)     | 3,6   | 00:17:31 | 103                     | 166                   |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 17.09.2000 | Crosslauf Mitte (2)                   | 4,8   | 00:18:30 | 21                      | 48                    |                | 0:03:51 | 15,57 |
| 15.06.1997 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31) | 5     | 00:19:55 | 29                      | 87                    |                | 0:03:59 | 15,06 |
| 24.07.2004 | Abendsportfest Polizei SV             | 5     | 00:20:34 | 24                      | 37                    |                | 0:04:07 | 14,59 |
| 25.05.2003 | Rund ums SEZ (11)                     | 5     | 00:21:11 | 9                       | 35                    |                | 0:04:14 | 14,16 |
| 07.09.2014 | Tierparklauf (3)                      | 5     | 00:22:33 | 69                      | 1181                  | 1.von 20 M50   | 0:04:31 | 13,30 |
| 08.09.2012 | VitalLauf der HOWOGE (1)              | 5     | 00:23:39 | 9                       | 90                    | 3.Platz Mü.50  | 0:04:44 | 12,68 |
| 22.09.2002 | Funkturlauf (1)                       | 5     | 00:28:30 | 58                      | 71                    |                | 0:05:42 | 10,53 |
| 30.06.2002 | Hohenschönhausener Gartenlauf (06)    | 5,5   | 00:22:50 | 26                      | 82                    |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 29.06.2003 | Hohenschönhausener Gartenlauf (07)    | 5,5   | 00:23:30 | 52                      | 152                   |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 02.06.2012 | Berliner Firmenlauf (11)              | 5,5   | 00:23:41 | 641                     | 5559                  |                | 0:04:18 | 13,93 |
| 24.05.2013 | Berliner Firmenlauf (12)              | 5,5   | 00:24:37 | 1083                    | 6258                  |                | 0:04:29 | 13,41 |
| 29.05.2014 | Berliner Firmenlauf (13)              | 5,5   | 00:24:53 | 1122                    | 6723                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 12.06.2015 | Berliner Firmenlauf (14)              | 5,5   | 00:25:10 | 1174                    | 8287                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 27.05.2016 | Berliner Firmenlauf (15)              | 5,5   | 00:25:42 | 1806                    | 10204                 |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 24.05.2009 | Steglitzer Volkslauf (14)             | 5,6   | 00:24:08 | 97                      | 298                   |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 08.09.2013 | Tierparklauf (2)                      | 5,6   | 00:25:31 | 79                      | 1056                  | 1.von 23 M50   | 0:04:33 | 13,17 |
| 19.06.2005 | Hohenschönhausener Gartenlauf (09)    | 5,65  | 00:23:58 | 37                      | 170                   |                | 0:04:15 | 14,14 |
| 20.06.2004 | Hohenschönhausener Gartenlauf (08)    | 5,65  | 00:24:01 | 42                      | 165                   |                | 0:04:15 | 14,12 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)    | 5,65  | 00:24:40 | 53                      | 200                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 08.06.2013 | Hohenschönhausener Gartenlauf (17)    | 5,65  | 00:27:35 | 93                      | 197                   |                | 0:04:53 | 12,29 |
| 16.06.2012 | Hohenschönhausener Gartenlauf (16)    | 5,65  | 00:27:40 | 73                      | 156                   |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 18.06.2016 | Hohenschönhausener Gartenlauf (20)    | 5,65  | 00:29:34 | 124                     | 225                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 05.09.2012 | B2 Run Berlin                         | 5,8   | 00:32:05 | 3295                    | 4515                  | nur Männer     | 0:05:32 | 10,85 |
| 26.05.2004 | Steglitzer Volkslauf (09)             | 6     | 00:24:23 | 63                      | 339                   |                | 0:04:04 | 14,76 |
| 13.10.1996 | Crosslauf Rodelbahn (35)              | 6     | 00:25:14 | 38                      | 92                    |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 05.09.2004 | Friedrichsfelder Gartenlauf (12)      | 6     | 00:25:15 | 14                      | 69                    |                | 0:04:13 | 14,26 |
| 01.06.2011 | Berliner Firmenlauf (10)              | 6     | 00:25:21 | 442                     | 4710                  |                | 0:04:14 | 14,20 |
| 30.05.2007 | Steglitzer Volkslauf (12)             | 6     | 00:25:24 | 92                      | 323                   |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 28.05.2008 | Steglitzer Volkslauf (13)             | 6     | 00:26:52 | 104                     | 306                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 26.05.2010 | Steglitzer Volkslauf (15)             | 6     | 00:29:01 | 142                     | 285                   |                | 0:04:50 | 12,41 |
| 31.10.1999 | Berliner Crosslauf SCC (36)           | 6     | 00:29:59 | 56                      | 171                   |                | 0:05:00 | 12,01 |
| 25.08.2006 | Berliner Firmenlauf (5)               | 6,2   | 00:24:31 | 169                     | 3401                  |                | 0:03:57 | 15,17 |
| 01.12.2013 | BRC Cross-Staffellauf                 | 6,4   | 00:30:01 | 370                     | 591                   |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 02.11.1997 | Berliner Crosslauf SCC (34)           | 7,2   | 00:37:40 | 63                      | 166                   |                | 0:05:14 | 11,47 |
| 03.11.1996 | Berliner Crosslauf SCC (33)           | 7,2   | 00:38:29 | 102                     | 270                   |                | 0:05:21 | 11,23 |
| 03.09.2005 | Der Lauf im Grünen (10) Neuseddin     | 7,7   | 00:33:36 | 9                       | 35                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 05.04.2014 | BT-Meile (02)                         | 8     | 00:44:11 | 107                     | 168                   |                | 0:05:31 | 10,86 |
| 06.03.2016 | BT-Meile (04)                         | 8     | 00:47:15 | 131                     | 201                   |                | 0:05:54 | 10,16 |
| 10.04.2011 | Jedermannlauf (34)                    | 9,2   | 00:44:10 | 72                      | 179                   |                | 0:04:48 | 12,50 |
| 03.07.1998 | City-Nacht (07)                       | 9,478 | 00:39:07 | 265                     | 1483                  |                | 0:04:08 | 14,54 |
| 28.08.2011 | Kreuzberger Viertelmarathon (26)      | 9,8   | 00:43:44 | 96                      | 398                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 05.08.2000 | City-Nacht (09)                       | 10    | 00:40:48 | 338                     | 3122                  |                | 0:04:05 | 14,71 |
| 23.09.2001 | Kirchsteigfeldlauf (3)                | 10    | 00:40:51 | 8                       | 24                    |                | 0:04:05 | 14,69 |
| 06.08.2005 | City-Nacht (14)                       | 10    | 00:41:20 | 485                     | 5160                  |                | 0:04:08 | 14,52 |
| 10.08.1996 | City-Nacht (05)                       | 10    | 00:41:24 | 333                     | 1742                  |                | 0:04:08 | 14,49 |
| 02.07.1999 | Rund in Hohenschönhausen (05)         | 10    | 00:41:26 | 16                      | 34                    |                | 0:04:09 | 14,48 |
| 16.05.1999 | Jedermannlauf (22)                    | 10    | 00:41:32 | 26                      | 153                   |                | 0:04:09 | 14,45 |
| 31.07.2004 | City-Nacht (13)                       | 10    | 00:41:37 | 353                     | 4454                  |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 14.09.1996 | Lauf im Britzer Garten (08)           | 10    | 00:41:37 | 88                      | 286                   |                | 0:04:10 | 14,42 |
| 01.05.1997 | Birkenwäldchenlauf (06)               | 10    | 00:41:40 | 34                      | 139                   |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 07.09.1997 | Volkslauf des Nordens (25)            | 10    | 00:41:48 | 16                      | 36                    | nur M30-39     | 0:04:11 | 14,35 |
| 09.08.1997 | City-Nacht (06)                       | 10    | 00:41:52 | 337                     | 1901                  |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 21.06.1996 | Rund in Hohenschönhausen (02)         | 10    | 00:41:52 | 43                      | 103                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 13.06.1999 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (33) | 10    | 00:41:53 | 67                      | 583                   |                | 0:04:11 | 14,33 |
| 27.09.1998 | Volkslauf des Nordens (26)            | 10    | 00:41:57 | 10                      | 31                    | nur M40-49     | 0:04:12 | 14,30 |
| 07.11.2004 | Wuhlheide-Marathon (23)               | 10    | 00:41:58 | 28                      | 175                   |                | 0:04:12 | 14,30 |
| 28.05.2000 | Rund ums SEZ (08)                     | 10    | 00:42:02 | 71                      | 196                   |                | 0:04:12 | 14,27 |
| 31.08.1997 | Friedrichsfelder Gartenlauf (05)      | 10    | 00:42:06 | 6                       | 10                    | nur M35        | 0:04:13 | 14,25 |

## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name                                  | km | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---------------------------------------|----|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 26.06.1998 | Rund in Hohenschönhausen (04)         | 10 | 00:42:09 | 10              | 20                    |                | 0:04:13 | 14,23 |
| 12.09.1998 | Lauf im Britzer Garten (10)           | 10 | 00:42:19 | 62              | 209                   |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 02.11.2003 | Wuhlheide-Marathon (22)               | 10 | 00:42:21 | 17              | 112                   |                | 0:04:14 | 14,17 |
| 10.04.2005 | Birkenwäldchenlauf (19)               | 10 | 00:42:40 | 46              | 165                   |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 13.08.2004 | Rund in Hohenschönhausen (10)         | 10 | 00:42:44 | 10              | 39                    |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 27.05.2001 | Rund ums SEZ (09)                     | 10 | 00:42:44 | 50              | 150                   |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 16.06.1996 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (30) | 10 | 00:42:52 | 134             | 601                   |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 14.03.2004 | Lauf im Britzer Garten (15)           | 10 | 00:42:53 | 68              | 288                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 13.05.1996 | Birkenwäldchenlauf (04)               | 10 | 00:42:54 | 58              | 137                   |                | 0:04:17 | 13,99 |
| 27.03.2004 | Birkenwäldchenlauf (18)               | 10 | 00:42:55 | 54              | 152                   |                | 0:04:17 | 13,98 |
| 01.09.1996 | Friedrichsfelder Gartenlauf (04)      | 10 | 00:43:04 | 3               | 6                     | nur M35        | 0:04:18 | 13,93 |
| 09.10.2005 | Marienfelder Herbstlauf (4)           | 10 | 00:43:08 | 40              | 135                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 04.08.2007 | City-Nacht (16)                       | 10 | 00:43:09 | 636             | 5452                  |                | 0:04:19 | 13,90 |
| 22.10.2000 | Crosslauf Rodelbahn (39)              | 10 | 00:43:11 | 45              | 152                   |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 11.09.1999 | Lauf im Britzer Garten (11)           | 10 | 00:43:27 | 71              | 231                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 09.03.2008 | Lauf im Britzer Garten (19)           | 10 | 00:43:27 | 109             | 368                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 14.06.1998 | Berliner Volkslauf SCC Grunewald (31) | 10 | 00:43:30 | 130             | 631                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 17.10.1999 | Crosslauf Rodelbahn (38)              | 10 | 00:43:30 | 48              | 136                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 03.09.2000 | Friedrichsfelder Gartenlauf (08)      | 10 | 00:43:30 | 22              | 89                    |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 21.06.2002 | Rund in Hohenschönhausen (08)         | 10 | 00:43:38 | 11              | 22                    |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 09.04.2006 | Birkenwäldchenlauf (20)               | 10 | 00:43:39 | 49              | 163                   |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 07.05.2000 | Köpenicker Altstadtlauf (4)           | 10 | 00:43:40 | 54              | 240                   |                | 0:04:22 | 13,74 |
| 06.09.1998 | Friedrichsfelder Gartenlauf (06)      | 10 | 00:43:46 | 38              | 103                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 21.10.2007 | Marienfelder Herbstlauf (6)           | 10 | 00:43:50 | 35              | 125                   |                | 0:04:23 | 13,69 |
| 02.05.2004 | Jedermannlauf (27)                    | 10 | 00:43:51 | 40              | 205                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 02.06.2002 | Rund ums SEZ (10)                     | 10 | 00:43:51 | 41              | 104                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 01.09.2002 | Friedrichsfelder Gartenlauf (10)      | 10 | 00:43:52 | 24              | 110                   |                | 0:04:23 | 13,68 |
| 29.04.2007 | Jedermannlauf (30)                    | 10 | 00:43:55 | 44              | 177                   |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 28.10.1995 | Herbstlauf am Teltowkanal (4)         | 10 | 00:43:58 | 86              | 162                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 19.10.2003 | Crosslauf Rodelbahn (42)              | 10 | 00:44:07 | 46              | 165                   |                | 0:04:25 | 13,60 |
| 26.05.2007 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (21)   | 10 | 00:44:10 | 61              | 168                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 09.08.2003 | City-Nacht (12)                       | 10 | 00:44:11 | 611             | 4082                  |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 21.03.1999 | Rund ums SEZ (07)                     | 10 | 00:44:11 | 69              | 136                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 01.08.2009 | City-Nacht (18)                       | 10 | 00:44:14 | 727             | 5548                  |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 17.10.2004 | Crosslauf Rodelbahn (41)              | 10 | 00:44:15 | 59              | 196                   |                | 0:04:26 | 13,56 |
| 29.03.2003 | Birkenwäldchenlauf (17)               | 10 | 00:44:20 | 47              | 144                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 20.09.2003 | Helios-Grunewaldlauf (03)             | 10 | 00:44:21 | 71              | 316                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 26.04.1998 | Köpenicker Altstadtlauf (2)           | 10 | 00:44:22 | 64              | 165                   |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 05.11.2006 | Wuhlheide-Marathon (25)               | 10 | 00:44:25 | 24              | 130                   |                | 0:04:26 | 13,51 |
| 24.05.2008 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (22)   | 10 | 00:44:37 | 77              | 225                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 13.06.2009 | Nordseelauf - Wilhelmshaven           | 10 | 00:44:38 | 46              | 359                   |                | 0:04:28 | 13,44 |
| 05.09.1999 | Friedrichsfelder Gartenlauf (07)      | 10 | 00:44:44 | 28              | 102                   |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 20.10.2002 | Crosslauf Rodelbahn (41)              | 10 | 00:44:46 | 50              | 139                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 13.07.2008 | Jedermannlauf (31)                    | 10 | 00:44:47 | 55              | 190                   |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 30.07.2011 | City-Nacht (20)                       | 10 | 00:44:48 | 691             | 5167                  |                | 0:04:29 | 13,39 |
| 01.05.2005 | Jedermannlauf (28)                    | 10 | 00:44:52 | 47              | 227                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 13.03.2005 | Lauf im Britzer Garten (16)           | 10 | 00:44:53 | 81              | 307                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 30.04.2006 | Jedermannlauf (29)                    | 10 | 00:44:54 | 49              | 180                   |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 30.05.2009 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (23)   | 10 | 00:45:11 | 66              | 167                   |                | 0:04:31 | 13,28 |
| 05.01.1997 | Winterserie                           | 10 | 00:45:16 | 112             | 150                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 08.03.2009 | Lauf im Britzer Garten (20)           | 10 | 00:45:21 | 133             | 348                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 08.06.1996 | Lauf um den Fennpfuhl (09)            | 10 | 00:45:28 | 9               | 27                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 27.05.2006 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (20)   | 10 | 00:45:39 | 90              | 195                   |                | 0:04:34 | 13,14 |
| 30.03.2008 | Birkenwäldchenlauf (22)               | 10 | 00:45:41 | 90              | 218                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 25.05.2008 | Rund ums SEZ (16)                     | 10 | 00:45:44 | 36              | 79                    |                | 0:04:34 | 13,12 |
| 01.07.1995 | Lauf um den Fennpfuhl (08)            | 10 | 00:45:47 | 16              | 27                    |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 03.09.1995 | Friedrichsfelder Gartenlauf (03)      | 10 | 00:45:51 | 7               | 8                     | nur M35        | 0:04:35 | 13,09 |
| 22.06.2008 | Die Parkhausmeile                     | 10 | 00:45:58 | 33              | 73                    | 1.Platz M50    | 0:04:36 | 13,05 |
| 22.08.1998 | Weißensser Spätsommerlauf             | 10 | 00:46:09 | 32              | 80                    |                | 0:04:37 | 13,00 |
| 14.10.2007 | Crosslauf Rodelbahn (46)              | 10 | 00:46:23 | 58              | 158                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 16.05.1995 | Rund in Hohenschönhausen (01)         | 10 | 00:46:40 | 88              | 115                   |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 12.08.1995 | City-Nacht (04)                       | 10 | 00:46:46 | 775             | 1574                  |                | 0:04:41 | 12,83 |
| 10.09.2011 | Helios-Grunewaldlauf (07)             | 10 | 00:46:48 | 76              | 232                   |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 03.09.2011 | allod Gesundheitslauf (06)            | 10 | 00:46:50 | 7               | 76                    | 2.Platz M50    | 0:04:41 | 12,81 |
| 18.09.2010 | allod Gesundheitslauf (05)            | 10 | 00:47:06 | 25              | 101                   |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 10.09.1995 | Volkslauf des Nordens (23)            | 10 | 00:47:09 | 57              | 134                   |                | 0:04:43 | 12,73 |
| 06.03.2011 | Lauf im Britzer Garten (22)           | 10 | 00:47:22 | 167             | 431                   |                | 0:04:44 | 12,67 |
| 24.05.2009 | Jedermannlauf (32)                    | 10 | 00:47:23 | 107             | 293                   |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 12.10.2008 | Crosslauf Rodelbahn (47)              | 10 | 00:47:24 | 60              | 125                   |                | 0:04:44 | 12,66 |

## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name   | km    | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|-------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 14.09.2013 | allod Gesundheitslauf (08)                   | 10    | 00:47:41 | 28                       | 102                   |                | 0:04:46 | 12,58 |
| 31.05.2009 | Rund ums SEZ (17)                            | 10    | 00:47:58 | 69                       | 135                   |                | 0:04:48 | 12,51 |
| 15.10.2006 | Crosslauf Rodelbahn (45)                     | 10    | 00:48:02 | 98                       | 193                   |                | 0:04:48 | 12,49 |
| 15.09.2012 | allod Gesundheitslauf (07)                   | 10    | 00:48:17 | 25                       | 95                    | 2.Platz M50    | 0:04:50 | 12,43 |
| 28.05.2011 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (25)          | 10    | 00:48:30 | 102                      | 268                   |                | 0:04:51 | 12,37 |
| 23.10.2011 | Crosslauf Rodelbahn (50)                     | 10    | 00:48:41 | 93                       | 215                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 12.10.2014 | Asics Grand 10                               | 10    | 00:48:46 | 1455                     | 5232                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 29.05.2010 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (24)          | 10    | 00:48:54 | 82                       | 183                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 27.03.2011 | Birkenwäldchenlauf (25)                      | 10    | 00:48:55 | 93                       | 175                   |                | 0:04:54 | 12,27 |
| 30.06.2013 | Helios-Grunewaldlauf (08)                    | 10    | 00:49:04 | 145                      | 315                   |                | 0:04:54 | 12,23 |
| 01.06.2014 | Jedermannlauf (37)                           | 10    | 00:49:32 | 83                       | 167                   |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 18.01.2014 | Senftenberger Hallenmarathon (8)             | 10    | 00:49:32 | 22                       | 48                    |                | 0:04:57 | 12,11 |
| 19.10.2013 | Crosslauf Rodelbahn (52)                     | 10    | 00:49:38 | 68                       | 135                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 26.07.2014 | City-Nacht (23)                              | 10    | 00:50:10 | 1080                     | 4444                  |                | 0:05:01 | 11,96 |
| 24.10.2010 | Crosslauf Rodelbahn (49)                     | 10    | 00:50:24 | 83                       | 152                   |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 05.09.2015 | Straßenlaufnacht Reinickendorf (29)          | 10    | 00:50:39 | 124                      | 256                   |                | 0:05:04 | 11,85 |
| 29.06.2014 | Helios-Grunewaldlauf (09)                    | 10    | 00:50:45 | 142                      | 293                   |                | 0:05:05 | 11,82 |
| 19.04.2015 | Jedermannlauf (38)                           | 10    | 00:50:54 | 127                      | 219                   |                | 0:05:05 | 11,79 |
| 01.03.2015 | Lauf im Britzer Garten (26)                  | 10    | 00:51:11 | 237                      | 476                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 19.09.2015 | allod Gesundheitslauf (10)                   | 10    | 00:51:22 | 41                       | 88                    |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 03.03.2013 | Lauf im Britzer Garten (24)                  | 10    | 00:51:23 | 291                      | 505                   |                | 0:05:08 | 11,68 |
| 06.09.2014 | allod Gesundheitslauf (09)                   | 10    | 00:51:25 | 24                       | 64                    |                | 0:05:08 | 11,67 |
| 28.02.2016 | Lauf im Britzer Garten (27)                  | 10    | 00:51:44 | 296                      | 480                   |                | 0:05:10 | 11,60 |
| 18.10.2014 | Crosslauf Rodelbahn (53)                     | 10    | 00:52:04 | 75                       | 155                   |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 21.04.2013 | Jedermannlauf (36)                           | 10    | 00:52:20 | 129                      | 206                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 22.03.2015 | Birkenwäldchenlauf (29)                      | 10    | 00:52:21 | 145                      | 216                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 20.10.2012 | Crosslauf Rodelbahn (51)                     | 10    | 00:52:31 | 99                       | 157                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 17.04.2016 | Jedermannlauf (39)                           | 10    | 00:52:54 | 119                      | 192                   |                | 0:05:17 | 11,34 |
| 20.03.2016 | Birkenwäldchenlauf (30)                      | 10    | 00:53:10 | 129                      | 182                   |                | 0:05:19 | 11,29 |
| 17.10.2015 | Crosslauf Rodelbahn (54)                     | 10    | 00:54:01 | 82                       | 129                   |                | 0:05:24 | 11,11 |
| 16.05.2010 | Jedermannlauf (33)                           | 10    | 00:54:11 | 130                      | 230                   |                | 0:05:25 | 11,07 |
| 23.04.2014 | Birkenwäldchenlauf (28)                      | 10    | 00:54:45 | 182                      | 242                   |                | 0:05:28 | 10,96 |
| 13.11.2004 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen         | 10    | 00:54:57 | 89                       | 320                   |                | 0:05:30 | 10,92 |
| 15.10.2016 | Crosslauf Rodelbahn (55)                     | 10    | 00:56:41 | 96                       | 140                   |                | 0:05:40 | 10,59 |
| 26.10.2013 | Kristall-Lauf Bergwerk Sondershausen         | 10    | 01:01:56 | 165                      | 460                   |                | 0:06:12 | 9,69  |
| 31.12.2003 | Weißenseer Silvesterlauf                     | 10,35 | 00:46:15 | 31                       | 105                   |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 31.12.2004 | Weißenseer Silvesterlauf                     | 10,35 | 00:47:50 | 26                       | 93                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 31.12.2002 | Weißenseer Silvesterlauf                     | 10,35 | 00:48:55 | 42                       | 88                    |                | 0:04:44 | 12,70 |
| 31.12.2001 | Weißenseer Silvesterlauf                     | 10,35 | 01:01:41 | 52                       | 57                    |                | 0:05:58 | 10,07 |
| 15.08.2004 | Kreuzberger Viertelmarathon (19)             | 10,55 | 00:42:58 | 99                       | 532                   |                | 0:04:04 | 14,73 |
| 12.08.2001 | Kreuzberger Viertelmarathon (16)             | 10,55 | 00:43:18 | 103                      | 350                   |                | 0:04:06 | 14,62 |
| 17.08.1997 | Kreuzberger Viertelmarathon (12)             | 10,55 | 00:43:20 | 78                       | 352                   |                | 0:04:06 | 14,61 |
| 26.08.2007 | Kreuzberger Viertelmarathon (22)             | 10,55 | 00:44:07 | 101                      | 435                   |                | 0:04:11 | 14,35 |
| 20.11.2005 | Halb-u.Viertelmarathon LC Stolpertruppe (27) | 10,55 | 00:45:39 | 10                       | 75                    |                | 0:04:20 | 13,87 |
| 13.08.2006 | Kreuzberger Viertelmarathon (21)             | 10,55 | 00:45:51 | 116                      | 339                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 25.08.2013 | Kreuzberger Viertelmarathon (28)             | 10,55 | 00:48:12 | 130                      | 455                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 24.08.2014 | Kreuzberger Viertelmarathon (29)             | 10,55 | 00:51:02 | 210                      | 527                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 21.08.2016 | Kreuzberger Viertelmarathon (31)             | 10,55 | 00:54:31 | 193                      | 412                   |                | 0:05:10 | 11,61 |
| 26.08.2012 | Kreuzberger Viertelmarathon (27)             | 10,55 | 00:55:27 | 232                      | 395                   |                | 0:05:15 | 11,42 |
| 19.06.2009 | Nordseelauf - Otterndorf                     | 10,6  | 00:46:21 | 46                       | 354                   |                | 0:04:22 | 13,72 |
| 16.06.2009 | Nordseelauf - Neuharlingersiel               | 10,6  | 00:48:37 | 46                       | 362                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 29.10.2000 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (23)            | 10,68 | 00:48:19 | 45                       | 144                   |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 27.10.2002 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (25)            | 10,68 | 00:49:26 | 57                       | 146                   |                | 0:04:38 | 12,96 |
| 16.10.2003 | Volks-Crosslauf TUS-Neukölln (26)            | 10,68 | 00:49:32 | 65                       | 160                   |                | 0:04:38 | 12,94 |
| 22.06.2001 | Rund in Hohenschönhausen (07)                | 10,7  | 00:44:38 | 11                       | 38                    |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 14.06.2009 | Nordseelauf - Borkumer Insellauf             | 10,8  | 00:50:29 | 40                       | 349                   |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 01.07.2007 | Hohenschönhausener Gartenlauf (11)           | 10,9  | 00:56:46 | 57                       | 86                    |                | 0:05:12 | 11,52 |
| 30.08.1998 | Hohenschönhausener Gartenlauf (02)           | 11    | 00:47:27 | 24                       | 57                    |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 16.07.2000 | Hohenschönhausener Gartenlauf (04)           | 11    | 00:48:17 | 6                        | 18                    | nur M40-49     | 0:04:23 | 13,67 |
| 08.07.2001 | Hohenschönhausener Gartenlauf (05)           | 11    | 00:48:20 | 22                       | 53                    |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 28.11.1999 | Herbstwaldlauf SC Tegeler Forst (45)         | 11    | 00:49:56 | 94                       | 273                   |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 26.12.1995 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (11)       | 11,3  | 01:01:10 | 51                       | 56                    |                | 0:05:25 | 11,08 |
| 26.12.1996 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (12)       | 11,3  | 01:03:03 | 35                       | 47                    |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 13.02.1999 | Nordberliner Alpen-Kämpfe (1)                | 11,6  | 00:52:03 | 46                       | 161                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 05.12.1999 | Cross-Serie Weißensee                        | 12    | 00:53:45 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 18.06.2009 | Nordseelauf - Spiekerooger Dünenlauf         | 12    | 00:55:13 | 40                       | 349                   |                | 0:04:36 | 13,04 |
| 14.11.1999 | Cross-Serie Weißensee                        | 12    | 00:56:02 | 13                       | 18                    |                | 0:04:40 | 12,85 |
| 04.12.1996 | Weißenseer Crosslauf (116)                   | 12    | 00:57:03 | 10                       | 14                    |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 05.05.2012 | Wuhletallauf (30)                            | 12    | 00:59:27 | 75                       | 122                   |                | 0:04:57 | 12,11 |

## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name                                    | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 01.05.2014 | Wuhletallauf (32)                       | 12     | 01:01:07 | 100             | 163                   |                | 0:05:06 | 11,78 |
| 20.06.2009 | Nordseeelauf - Watt-Lauf                | 12     | 01:02:49 | 98              | 497                   |                | 0:05:14 | 11,46 |
| 01.05.2013 | Wuhletallauf (31)                       | 12     | 01:03:11 | 113             | 164                   |                | 0:05:16 | 11,40 |
| 04.06.2010 | Nordberliner Zugspitzlauf               | 12     | 01:04:53 | 73              | 123                   |                | 0:05:24 | 11,10 |
| 10.07.2015 | Nordberliner Zugspitzlauf               | 12     | 01:09:39 | 137             | 205                   |                | 0:05:48 | 10,34 |
| 07.05.2016 | Steinbergparklauf (1)                   | 12     | 01:09:41 | 10              | 12                    |                | 0:05:48 | 10,33 |
| 22.06.2012 | Nordberliner Zugspitzlauf               | 12     | 01:10:34 | 100             | 147                   |                | 0:05:53 | 10,20 |
| 05.04.2015 | Wartenberger Osterlauf (07)             | 12,3   | 01:05:30 | 59              | 82                    |                | 0:05:20 | 11,27 |
| 17.04.2004 | Pankower Frühlingslauf (22)             | 12,5   | 00:55:13 | 29              | 114                   |                | 0:04:25 | 13,58 |
| 15.06.2009 | Nordseeelauf - Butjadinger Küstenlauf   | 12,5   | 00:56:42 | 29              | 309                   |                | 0:04:32 | 13,23 |
| 15.04.2006 | Pankower Frühlingslauf (24)             | 12,5   | 00:57:06 | 59              | 143                   |                | 0:04:34 | 13,13 |
| 21.04.2007 | Pankower Frühlingslauf (25)             | 12,5   | 00:57:14 | 45              | 112                   |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 19.04.2003 | Pankower Frühlingslauf (21)             | 12,5   | 00:57:39 | 44              | 93                    |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 16.04.2005 | Pankower Frühlingslauf (23)             | 12,5   | 00:58:03 | 46              | 135                   |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 19.04.2008 | Pankower Frühlingslauf (26)             | 12,5   | 01:00:44 | 89              | 199                   |                | 0:04:52 | 12,35 |
| 16.04.2011 | Pankower Frühlingslauf (29)             | 12,5   | 01:02:39 | 64              | 129                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 14.04.2012 | Pankower Frühlingslauf (30)             | 12,5   | 01:04:48 | 106             | 171                   |                | 0:05:11 | 11,57 |
| 11.04.2015 | Pankower Frühlingslauf (33)             | 12,5   | 01:07:57 | 130             | 218                   |                | 0:05:26 | 11,04 |
| 12.04.2014 | Pankower Frühlingslauf (32)             | 12,5   | 01:08:10 | 117             | 163                   |                | 0:05:27 | 11,00 |
| 09.04.2016 | Pankower Frühlingslauf (34)             | 12,5   | 01:08:38 | 121             | 186                   |                | 0:05:29 | 10,93 |
| 17.04.2010 | Pankower Frühlingslauf (28)             | 12,5   | 01:10:10 | 135             | 175                   |                | 0:05:37 | 10,69 |
| 26.12.1999 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (15)  | 13     | 00:58:21 | 38              | 75                    |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 26.12.1998 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (14)  | 13     | 00:59:10 | 36              | 65                    |                | 0:04:33 | 13,18 |
| 26.12.2007 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (23)  | 13     | 01:01:25 | 44              | 70                    | nur Männer     | 0:04:43 | 12,70 |
| 26.12.1997 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (13)  | 13     | 01:01:31 | 32              | 63                    |                | 0:04:44 | 12,68 |
| 26.12.2008 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (24)  | 13     | 01:02:11 | 45              | 64                    | nur Männer     | 0:04:47 | 12,54 |
| 28.09.2014 | Regionalparklauf Barnimer Feldmark (17) | 13     | 01:03:15 | 37              | 66                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 26.12.2005 | Hohenschönhausener Weihnachtslauf (21)  | 13     | 01:05:03 | 36              | 57                    | nur Männer     | 0:05:00 | 11,99 |
| 03.12.1995 | Crosslauf Buschallee (114)              | 13,032 | 01:01:46 | 10              | 12                    |                | 0:04:44 | 12,66 |
| 06.12.1998 | Weißenseer Crosslauf (118)              | 13,2   | 01:06:05 | 7               | 22                    |                | 0:05:00 | 11,98 |
| 06.07.1997 | Havellauf (08)                          | 13,7   | 00:58:16 | 121             | 513                   |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 02.07.2000 | Havellauf (11)                          | 13,7   | 00:59:05 | 111             | 789                   |                | 0:04:19 | 13,91 |
| 18.07.2004 | Havellauf (15)                          | 13,7   | 00:59:57 | 82              | 756                   |                | 0:04:23 | 13,71 |
| 11.07.1999 | Havellauf (09)                          | 13,7   | 01:00:13 | 137             | 778                   |                | 0:04:24 | 13,65 |
| 01.07.2001 | Havellauf (12)                          | 13,7   | 01:00:19 | 111             | 776                   |                | 0:04:24 | 13,63 |
| 17.07.2005 | Havellauf (16)                          | 13,7   | 01:00:53 | 148             | 738                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 07.07.1996 | Havellauf (07)                          | 13,7   | 01:00:54 | 162             | 491                   |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 31.07.2002 | Havellauf (13)                          | 13,7   | 01:01:16 | 144             | 747                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 20.07.2008 | Havellauf (19)                          | 13,7   | 01:02:03 | 124             | 698                   |                | 0:04:32 | 13,25 |
| 15.07.2007 | Havellauf (18)                          | 13,7   | 01:03:53 | 128             | 734                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 19.07.2009 | Havellauf (20)                          | 13,7   | 01:04:22 | 153             | 720                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 17.07.2011 | Havellauf (22)                          | 13,7   | 01:06:43 | 178             | 658                   |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 21.07.2013 | Havellauf (24)                          | 13,7   | 01:08:39 | 204             | 683                   |                | 0:05:01 | 11,97 |
| 18.07.2010 | Havellauf (21)                          | 13,7   | 01:10:09 | 232             | 637                   |                | 0:05:07 | 11,72 |
| 15.07.2012 | Havellauf (23)                          | 13,7   | 01:13:17 | 277             | 624                   |                | 0:05:21 | 11,22 |
| 20.07.2014 | Havellauf (25)                          | 13,7   | 01:16:06 | 281             | 653                   |                | 0:05:33 | 10,80 |
| 16.07.2006 | Havellauf (17)                          | 13,7   | 01:22:23 | 511             | 696                   |                | 0:06:01 | 9,98  |
| 14.03.1999 | Rathaus-Marathon B.-Lichtenberg (2)     | 14,06  | 00:59:57 | 33              | 233                   |                | 0:04:16 | 14,07 |
| 21.04.2001 | Wuhletallauf (20)                       | 15     | 01:01:45 | 34              | 68                    |                | 0:04:07 | 14,57 |
| 06.06.2004 | Lichtenrader Meile (21)                 | 15     | 01:04:30 | 66              | ???????               |                | 0:04:18 | 13,95 |
| 04.06.2000 | Lichtenrader Meile (17)                 | 15     | 01:06:13 | 64              | 163                   |                | 0:04:25 | 13,59 |
| 23.04.2005 | Wuhletallauf (23)                       | 15     | 01:07:04 | 36              | 111                   |                | 0:04:28 | 13,42 |
| 05.06.2005 | Lichtenrader Meile (22)                 | 15     | 01:07:17 | 72              | 243                   |                | 0:04:29 | 13,38 |
| 24.04.2004 | Wuhletallauf (22)                       | 15     | 01:07:19 | 29              | 100                   |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 03.06.2007 | Lichtenrader Meile (24)                 | 15     | 01:07:39 | 49              | 207                   |                | 0:04:31 | 13,30 |
| 15.04.2000 | Wuhletallauf (19)                       | 15     | 01:09:38 | 29              | 61                    |                | 0:04:39 | 12,92 |
| 05.05.2007 | Wuhletallauf (25)                       | 15     | 01:09:56 | 30              | 114                   |                | 0:04:40 | 12,87 |
| 27.04.1996 | Wuhletallauf (15)                       | 15     | 01:11:37 | 63              | 110                   |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 07.05.2011 | Wuhletallauf (29)                       | 15     | 01:12:34 | 48              | 111                   |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 09.05.2009 | Wuhletallauf (27)                       | 15     | 01:13:22 | 53              | 122                   |                | 0:04:53 | 12,27 |
| 20.04.2002 | Wuhletallauf (21)                       | 15     | 01:13:30 | 47              | 72                    |                | 0:04:54 | 12,24 |
| 12.01.1997 | Winterserie                             | 15     | 01:13:57 | 112             | 150                   |                | 0:04:56 | 12,17 |
| 03.06.2010 | Lichtenrader Meile (27)                 | 15     | 01:14:27 | 84              | 181                   |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 10.05.2008 | Wuhletallauf (26)                       | 15     | 01:15:05 | 73              | 148                   |                | 0:05:00 | 11,99 |
| 03.06.2012 | Lichtenrader Meile (29)                 | 15     | 01:19:24 | 106             | 154                   |                | 0:05:18 | 11,34 |
| 25.05.2014 | Lichtenrader Meile (31)                 | 15     | 01:20:06 | 89              | 167                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 05.06.2011 | Lichtenrader Meile (28)                 | 15     | 01:20:33 | 73              | 125                   |                | 0:05:22 | 11,17 |
| 06.07.2013 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (29)          | 15     | 01:26:30 | 476             | 836                   |                | 0:05:46 | 10,40 |
| 05.07.2014 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (30)          | 15     | 01:28:50 | 476             | 831                   |                | 0:05:55 | 10,13 |

## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name  | km    | Zeit     | Platz<br>gesamt          | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|---|-------|----------|--------------------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 04.07.2015 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (31)              | 15    | 01:34:50 | 433                      | 716                   |                | 0:06:19 | 9,49  |
| 17.10.2010 | Marienfelder Herbstlauf (9)                 | 16    | 01:19:40 | 40                       | 87                    |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 23.07.2005 | Zugspitz-Extremberglauf                     | 16,1  | 04:37:22 | 566                      | 627                   | nur Männer     | 0:17:14 | 3,48  |
| 09.07.2000 | Birkenwäldchenlauf (13)                     | 20    | 01:26:06 | 38                       | 92                    |                | 0:04:18 | 13,94 |
| 25.05.1997 | Jedermannlauf (20)                          | 20    | 01:26:25 | 33                       | 87                    |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 21.05.2000 | Jedermannlauf (23)                          | 20    | 01:27:28 | 28                       | 110                   |                | 0:04:22 | 13,72 |
| 12.09.2004 | Gartenschaulauf Marzahn                     | 20    | 01:27:57 | 10                       | 27                    |                | 0:04:24 | 13,64 |
| 20.05.2001 | Jedermannlauf (24)                          | 20    | 01:28:50 | 38                       | 120                   |                | 0:04:27 | 13,51 |
| 08.09.1996 | Volkslauf des Nordens (24)                  | 20    | 01:29:12 | 61                       | 141                   |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 17.05.1998 | Jedermannlauf (21)                          | 20    | 01:30:56 | 39                       | 75                    |                | 0:04:33 | 13,20 |
| 18.05.2003 | Jedermannlauf (26)                          | 20    | 01:31:44 | 41                       | 137                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 09.06.2002 | Jedermannlauf (25)                          | 20    | 01:31:45 | 43                       | 154                   |                | 0:04:35 | 13,08 |
| 21.02.1999 | Plänterwaldlauf (45)                        | 20    | 01:32:12 | 11                       | 15                    | nur M40        | 0:04:37 | 13,02 |
| 22.02.2004 | Plänterwaldlauf (55)                        | 20    | 01:34:22 | 9                        | 17                    | nur M45        | 0:04:43 | 12,72 |
| 22.02.1998 | Plänterwaldlauf (43)                        | 20    | 01:37:17 | 15                       | 17                    | nur M40        | 0:04:52 | 12,34 |
| 14.12.2003 | Plänterwaldlauf (54)                        | 20    | 01:38:01 | 5                        | 10                    | nur M45        | 0:04:54 | 12,24 |
| 16.02.1997 | Plänterwaldlauf (41)                        | 20    | 01:38:42 | 21                       | 22                    | nur M35        | 0:04:56 | 12,16 |
| 27.08.2000 | Bielebohlauflauf (22)                       | 20    | 01:39:50 | 61                       | 95                    |                | 0:05:00 | 12,02 |
| 11.12.2011 | Plänterwaldlauf (70)                        | 20    | 01:44:00 | 48                       | 110                   |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 12.09.1999 | Volkslauf des Nordens (27)                  | 20,25 | 01:37:03 | 8                        | 16                    | nur M40-49     | 0:04:48 | 12,52 |
| 09.09.2001 | Mercedes-Benz Halbmarathon (03)             | 21,1  | 01:29:16 | 111                      | 1062                  |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 28.03.1999 | Berliner Halbmarathon (19)                  | 21,1  | 01:30:03 | 363                      | 3038                  |                | 0:04:16 | 14,06 |
| 20.03.1999 | Quer durch Weißensee (29)                   | 21,1  | 01:31:15 | Ergebnisliste fehlerhaft |                       |                | 0:04:19 | 13,87 |
| 08.10.2000 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (4) | 21,1  | 01:31:39 | 57                       | 405                   |                | 0:04:21 | 13,81 |
| 11.10.1998 | Deutsch-Französischer Freundschaftslauf (2) | 21,1  | 01:31:49 | 86                       | 484                   |                | 0:04:21 | 13,79 |
| 08.03.1997 | Halbmarathon durch den Britzer Garten (2)   | 21,1  | 01:33:35 | 129                      | 269                   |                | 0:04:26 | 13,53 |
| 23.10.1999 | Herbstlauf am Teltowkanal (8)               | 21,1  | 01:33:47 | 35                       | 82                    |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 25.10.1997 | Herbstlauf am Teltowkanal (6)               | 21,1  | 01:33:59 | 21                       | 48                    |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 01.04.2001 | Berliner Halbmarathon (21)                  | 21,1  | 01:34:25 | 773                      | 7217                  |                | 0:04:28 | 13,41 |
| 04.04.2004 | Berliner Halbmarathon (24)                  | 21,1  | 01:34:41 | 1060                     | 11039                 |                | 0:04:29 | 13,37 |
| 08.09.2002 | Mercedes-Benz Halbmarathon (04)             | 21,1  | 01:35:04 | 171                      | 1059                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 06.04.1997 | Berliner Halbmarathon (17)                  | 21,1  | 01:35:05 | 546                      | 2407                  |                | 0:04:30 | 13,31 |
| 19.10.1996 | Herbstlauf am Teltowkanal (5)               | 21,1  | 01:35:08 | 45                       | 77                    |                | 0:04:31 | 13,31 |
| 06.11.2005 | Wuhlheide-Marathon (24)                     | 21,1  | 01:35:24 | 52                       | 239                   |                | 0:04:31 | 13,27 |
| 26.08.2001 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (25)      | 21,1  | 01:35:51 | 252                      | 1852                  |                | 0:04:33 | 13,21 |
| 21.03.1998 | Quer durch Weißensee (28)                   | 21,1  | 01:36:39 | 48                       | 82                    |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 05.04.1998 | Berliner Halbmarathon (18)                  | 21,1  | 01:37:28 | 537                      | 2389                  |                | 0:04:37 | 12,99 |
| 18.03.2001 | Quer durch Weißensee (31)                   | 21,1  | 01:37:30 | 37                       | 64                    |                | 0:04:37 | 12,98 |
| 25.07.2009 | Seenland-Halbmarathon-Lauf                  | 21,1  | 01:38:03 | 31                       | 138                   |                | 0:04:39 | 12,91 |
| 21.08.2005 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (29)      | 21,1  | 01:38:08 | 289                      | 1639                  |                | 0:04:39 | 12,90 |
| 05.04.2009 | Berliner Halbmarathon (29)                  | 21,1  | 01:38:38 | 2322                     | 17913                 |                | 0:04:40 | 12,84 |
| 25.08.2002 | Generalprobe Berliner Straßenlauf (26)      | 21,1  | 01:38:43 | 386                      | 2022                  |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 06.04.2003 | Berliner Halbmarathon (23)                  | 21,1  | 01:38:57 | 1774                     | 10992                 |                | 0:04:41 | 12,79 |
| 08.11.2008 | Teltowkanal Halbmarathon (05)               | 21,1  | 01:39:07 | 53                       | 196                   |                | 0:04:42 | 12,77 |
| 07.09.2008 | Mercedes-Benz Halbmarathon (10)             | 21,1  | 01:39:15 | 327                      | 1375                  |                | 0:04:42 | 12,76 |
| 03.04.2005 | Berliner Halbmarathon (25)                  | 21,1  | 01:39:23 | 1619                     | 12298                 |                | 0:04:43 | 12,74 |
| 15.03.2008 | Fielmann Natur-Marathon (4) (Halbmarathon)  | 21,1  | 01:40:18 | 26                       | 146                   | 1.Platz M50    | 0:04:45 | 12,62 |
| 02.04.2006 | Berliner Halbmarathon (26)                  | 21,1  | 01:40:44 | 1889                     | 13397                 |                | 0:04:46 | 12,57 |
| 02.04.2000 | Berliner Halbmarathon (20)                  | 21,1  | 01:41:05 | 1343                     | 4939                  |                | 0:04:47 | 12,52 |
| 06.04.2008 | Berliner Halbmarathon (28)                  | 21,1  | 01:42:45 | 3292                     | 17604                 |                | 0:04:52 | 12,32 |
| 03.09.2006 | Mercedes-Benz Halbmarathon (08)             | 21,1  | 01:42:55 | 331                      | 1064                  |                | 0:04:53 | 12,30 |
| 26.01.1997 | Winterserie                                 | 21,1  | 01:43:56 | 112                      | 150                   |                | 0:04:56 | 12,18 |
| 14.03.2009 | Fielmann Natur-Marathon (5) (Halbmarathon)  | 21,1  | 01:44:18 | 43                       | 173                   |                | 0:04:57 | 12,14 |
| 01.04.2007 | Berliner Halbmarathon (27)                  | 21,1  | 01:44:55 | 3302                     | 15875                 |                | 0:04:58 | 12,07 |
| 01.09.2013 | Mercedes-Benz Halbmarathon (15)             | 21,1  | 01:48:26 | 525                      | 910                   | nur Männer     | 0:05:08 | 11,68 |
| 05.09.2010 | Mercedes-Benz Halbmarathon (12)             | 21,1  | 01:48:35 | 599                      | 1124                  |                | 0:05:09 | 11,66 |
| 03.04.2011 | Berliner Halbmarathon (31)                  | 21,1  | 01:49:35 | 4337                     | 20250                 |                | 0:05:12 | 11,55 |
| 03.08.2013 | Berlin Triathlon XL Staffel                 | 21,1  | 01:49:40 |                          |                       |                | 0:05:12 | 11,54 |
| 09.11.2014 | Teltowkanal Halbmarathon (11)               | 21,1  | 01:50:02 | 264                      | 506                   |                | 0:05:13 | 11,51 |
| 16.03.1996 | Halbmarathon LC Fließstal (2)               | 21,1  | 01:52:41 | 118                      | 129                   |                | 0:05:20 | 11,24 |
| 31.08.2014 | Mercedes-Benz Halbmarathon (16)             | 21,1  | 01:53:30 | 508                      | 770                   | nur Männer     | 0:05:23 | 11,15 |
| 07.04.2002 | Berliner Halbmarathon (22)                  | 21,1  | 01:55:32 | 5200                     | 9489                  |                | 0:05:29 | 10,96 |
| 30.03.2014 | Berliner Halbmarathon (34)                  | 21,1  | 01:56:24 | 9157                     | 22225                 |                | 0:05:31 | 10,88 |
| 17.03.2002 | Quer durch Weißensee (32)                   | 21,1  | 01:56:30 | 65                       | 85                    |                | 0:05:31 | 10,87 |
| 09.09.2012 | Mercedes-Benz Halbmarathon (14)             | 21,1  | 01:56:40 | 725                      | 1050                  |                | 0:05:32 | 10,85 |
| 03.04.2016 | Berliner Halbmarathon (36)                  | 21,1  | 01:56:59 | 9888                     | 23957                 |                | 0:05:33 | 10,82 |
| 24.01.2015 | Senftenberger Hallenmarathon (9)            | 21,1  | 01:58:03 | 37                       | 54                    |                | 0:05:36 | 10,72 |
| 29.03.2015 | Berliner Halbmarathon (35)                  | 21,1  | 01:58:45 | 11249                    | 23536                 |                | 0:05:38 | 10,66 |
| 07.04.2013 | Berliner Halbmarathon (33)                  | 21,1  | 01:59:28 | 10806                    | 22254                 |                | 0:05:40 | 10,60 |

## Wettkampfergebnisse seit 1995 sortiert nach Streckenlängen und Zeit (ohne Stundenläufe, Treppenläufe und Triathlon)

| Datum      | Name                                       | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|--|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 01.04.2012 | Berliner Halbmarathon (32)                 | 21,1   | 02:02:50 | 13534           | 23086                 |                | 0:05:49 | 10,31 |
| 30.08.2015 | Mercedes-Benz Halbmarathon (17)            | 21,1   | 02:05:18 | 620             | 813                   | nur Männer     | 0:05:56 | 10,10 |
| 08.11.2015 | Teltowkanal Halbmarathon (12)              | 21,1   | 02:09:10 | 397             | 462                   |                | 0:06:07 | 9,80  |
| 28.08.2016 | Mercedes-Benz Halbmarathon (18)            | 21,1   | 02:12:07 | 569             | 665                   | nur Männer     | 0:06:16 | 9,58  |
| 02.05.1999 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:52:36 | 474             | 3698                  |                | 0:04:30 | 13,32 |
| 03.05.1998 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:53:05 | 661             | 3868                  |                | 0:04:31 | 13,26 |
| 09.05.2004 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:54:02 | 453             | 4313                  |                | 0:04:34 | 13,15 |
| 04.05.1997 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:54:23 | 600             | 3374                  |                | 0:04:35 | 13,11 |
| 04.05.2003 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:56:21 | 548             | 4276                  |                | 0:04:39 | 12,89 |
| 08.05.2005 | 25 km von Berlin                           | 25     | 01:58:52 | 828             | 4849                  |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 30.04.2000 | 25 km von Berlin                           | 25     | 02:01:37 | 623             | 3765                  |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 05.05.2002 | 25 km von Berlin                           | 25     | 02:06:02 | 1329            | 4387                  |                | 0:05:02 | 11,90 |
| 07.05.2006 | 25 km von Berlin                           | 25     | 02:17:00 | 1780            | 4884                  |                | 0:05:29 | 10,95 |
| 03.07.2004 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (20)             | 30     | 02:19:40 | 201             | 1020                  |                | 0:04:39 | 12,89 |
| 02.07.2005 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (21)             | 30     | 02:37:22 | 391             | 931                   |                | 0:05:15 | 11,44 |
| 07.07.2007 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (23)             | 30     | 02:42:15 | 403             | 878                   |                | 0:05:25 | 11,09 |
| 05.07.2008 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (24)             | 30     | 02:45:14 | 389             | 825                   |                | 0:05:30 | 10,89 |
| 02.07.2011 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (27)             | 30     | 02:47:14 | 338             | 520                   |                | 0:05:34 | 10,76 |
| 04.07.2009 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (25)             | 30     | 02:52:42 | 447             | 885                   |                | 0:05:45 | 10,42 |
| 07.07.2012 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (28)             | 30     | 03:03:11 | 408             | 557                   |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 03.07.2010 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (26)             | 30     | 03:07:55 | 354             | 575                   |                | 0:06:16 | 9,58  |
| 01.07.2006 | Schweriner fünf-Seen-Lauf (22)             | 30     | 03:56:01 | 880             | 897                   |                | 0:07:52 | 7,63  |
| 30.04.2011 | Lychener Seen Lauf (30)                    | 30,5   | 03:03:31 | 47              | 62                    |                | 0:06:01 | 9,97  |
| 20.09.1998 | Berlin-Marathon (25)                       | 42,195 | 03:26:36 | 4237            | 21004                 |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 10.09.2000 | Berlin-Marathon (27)                       | 42,195 | 03:29:22 | 3795            | 22880                 |                | 0:04:58 | 12,09 |
| 28.09.1997 | Berlin-Marathon (24)                       | 42,195 | 03:30:17 | 4543            | 14982                 |                | 0:04:59 | 12,04 |
| 26.09.1999 | Berlin-Marathon (26)                       | 42,195 | 03:32:08 | 4895            | 19129                 |                | 0:05:02 | 11,93 |
| 06.06.1999 | Hellersdorfer Marathon (5)                 | 42,195 | 03:33:41 | 40              | 88                    |                | 0:05:04 | 11,85 |
| 30.09.2001 | Berlin-Marathon (28)                       | 42,195 | 03:41:26 | 8059            | 25792                 |                | 0:05:15 | 11,43 |
| 26.09.2004 | Berlin-Marathon (31)                       | 42,195 | 03:44:07 | 8426            | 28023                 |                | 0:05:19 | 11,30 |
| 25.09.2005 | Berlin-Marathon (32)                       | 42,195 | 03:45:05 | 8424            | 30382                 |                | 0:05:20 | 11,25 |
| 29.09.2002 | Berlin-Marathon (29)                       | 42,195 | 03:50:22 | 10258           | 25286                 |                | 0:05:28 | 10,99 |
| 28.09.2003 | Berlin-Marathon (30)                       | 42,195 | 03:53:11 | 12153           | 30709                 |                | 0:05:32 | 10,86 |
| 24.09.2006 | Berlin-Marathon (33)                       | 42,195 | 03:55:31 | 10096           | 30190                 |                | 0:05:35 | 10,75 |
| 25.09.2011 | Berlin-Marathon (38)                       | 42,195 | 03:55:53 | 13104           | 32916                 |                | 0:05:35 | 10,73 |
| 30.09.2007 | Berlin-Marathon (34)                       | 42,195 | 03:57:21 | 14325           | 32497                 |                | 0:05:38 | 10,67 |
| 28.09.2008 | Berlin-Marathon (35)                       | 42,195 | 04:01:36 | 17647           | 35746                 |                | 0:05:44 | 10,48 |
| 17.01.2009 | Senftenberger Hallenmarathon (3)           | 42,195 | 04:07:02 | 30              | 47                    |                | 0:05:51 | 10,25 |
| 04.11.2007 | LGA Indoor-Marathon (3)                    | 42,195 | 04:10:06 | 38              | 59                    |                | 0:05:56 | 10,12 |
| 26.09.2010 | Berlin-Marathon (37)                       | 42,195 | 04:17:35 | 21945           | 34002                 |                | 0:06:06 | 9,83  |
| 19.04.2009 | Leipzig Marathon (33)                      | 42,195 | 04:23:23 | 531             | 645                   |                | 0:06:15 | 9,61  |
| 26.02.2005 | Merkerser Kristallmarathon (2) im Bergwerk | 42,195 | 04:33:55 | 49              | 82                    |                | 0:06:30 | 9,24  |
| 30.09.2012 | Berlin-Marathon (39)                       | 42,195 | 04:36:55 | 26859           | 34377                 |                | 0:06:34 | 9,14  |
| 09.12.2006 | Unter-Tage Marathon Bergwerk Sondershauser | 42,195 | 05:37:50 | 264             | 288                   |                | 0:08:00 | 7,49  |

## Übersicht Stundenläufe seit 1995 sortiert nach zurückgelegter Strecke

| Datum               | Name                              | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|---------------------|-----------------------------------|--------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| <b>Halbe Stunde</b> |                                   |        |          |                 |                       |                |         |       |
| 28.08.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 7,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:13 | 14,24 |
| 26.03.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 09.04.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 7,02   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 23.08.2006          | Berliner Bahnlaufserie            | 6,12   | 00:30:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,24 |
| <b>Stunde</b>       |                                   |        |          |                 |                       |                |         |       |
| 30.10.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,4   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:10 | 14,40 |
| 05.09.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,38  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:10 | 14,38 |
| 11.04.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:11 | 14,34 |
| 29.08.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,215 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:13 | 14,22 |
| 02.05.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,18  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,18 |
| 22.10.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,15  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 12.09.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,15  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:14 | 14,15 |
| 01.09.2004          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,11  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,11 |
| 18.09.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 13.06.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,095 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:15 | 14,10 |
| 11.07.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,075 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,08 |
| 16.06.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 14,05  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,05 |
| 02.06.2004          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 14,04  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:16 | 14,04 |
| 21.05.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 14     | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:17 | 14,00 |
| 04.04.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,92  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,92 |
| 15.09.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 31.03.2004          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,89  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,89 |
| 01.10.2003          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 01.06.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,88  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:19 | 13,88 |
| 21.04.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,86  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,86 |
| 03.07.2002          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,845 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,85 |
| 08.08.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,825 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,83 |
| 06.07.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 05.05.2004          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,82  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:20 | 13,82 |
| 06.06.2001          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,8   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,80 |
| 09.07.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 07.09.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 11.09.2002          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,78  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:21 | 13,78 |
| 20.04.2005          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 02.07.2003          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,75  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:22 | 13,75 |
| 10.09.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 03.08.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,67  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:23 | 13,67 |
| 06.04.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 04.05.2005          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,66  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,66 |
| 18.06.2003          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 12.06.2002          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,62  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:24 | 13,62 |
| 20.10.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,605 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,61 |
| 28.07.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 16.03.2005          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 29.05.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,56  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:25 | 13,56 |
| 03.09.2003          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 04.08.2004          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,52  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:26 | 13,52 |
| 19.05.2004          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,5   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,50 |
| 05.04.2006          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,48  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,48 |
| 09.05.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 07.05.2003          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,47  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,47 |
| 19.06.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,46  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:27 | 13,46 |
| 29.08.2007          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,45  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:28 | 13,45 |
| 07.08.2004          | Mittsommerstundenlauf             | 13,425 | 01:00:00 | 3               | 18                    |                | 0:04:28 | 13,43 |
| 14.03.2001          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,4   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:29 | 13,40 |
| 02.05.2007          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,36  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:29 | 13,36 |
| 06.09.2006          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 02.04.2003          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,34  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:30 | 13,34 |
| 04.07.2007          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,22  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:32 | 13,22 |
| 15.06.2005          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 03.09.2008          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,1   | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:35 | 13,10 |
| 03.05.2006          | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,03  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,03 |
| 13.06.2007          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,02  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:36 | 13,02 |
| 17.04.2002          | Berliner Bahnlaufserie            | 13,015 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,02 |

## Übersicht Stundenläufe seit 1995 sortiert nach zurückgelegter Strecke

| Datum      | Name                              | km    | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung | Zeit/km | KM/h  |
|------------|-----------------------------------|-------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|---------|-------|
| 06.06.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 13,01 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:37 | 13,01 |
| 04.06.2003 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,86 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:40 | 12,86 |
| 07.05.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,82 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:41 | 12,82 |
| 08.05.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,81 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:41 | 12,81 |
| 02.08.2006 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,64 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,64 |
| 02.04.2008 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,62 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:45 | 12,62 |
| 21.08.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,6  | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:46 | 12,60 |
| 07.08.2011 | Mittsommerstundenlauf             | 12,53 | 01:00:00 | 15              | 31                    |                | 0:04:47 | 12,53 |
| 24.10.2007 | Berliner Bahnlaufserie            | 12,47 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:49 | 12,47 |
| 07.08.2003 | Mittsommerstundenlauf             | 12,4  | 01:00:00 | 6               | 15                    |                | 0:04:50 | 12,40 |
| 10.04.2002 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,36 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:51 | 12,36 |
| 07.08.2009 | Mittsommerstundenlauf             | 12,33 | 01:00:00 | 8               | 17                    |                | 0:04:52 | 12,33 |
| 01.08.2007 | Hohenschönhauser Stundenlaufserie | 12,25 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:54 | 12,25 |
| 07.08.2013 | Mittsommerstundenlauf             | 12,11 | 01:00:00 | 2               | 6                     | nur AK M50     | 0:04:57 | 12,11 |
| 20.03.2002 | Berliner Bahnlaufserie            | 12,05 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,05 |
| 13.09.2006 | Berliner Bahnlaufserie            | 12,03 | 01:00:00 |                 |                       |                | 0:04:59 | 12,03 |

### 90 Minuten

|            |                        |       |          |  |  |  |         |       |
|------------|------------------------|-------|----------|--|--|--|---------|-------|
| 24.08.2005 | Berliner Bahnlaufserie | 19,52 | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:37 | 13,01 |
| 15.03.2006 | Berliner Bahnlaufserie | 19,16 | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:42 | 12,77 |
| 09.05.2007 | Berliner Bahnlaufserie | 18,75 | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:48 | 12,50 |
| 17.05.2006 | Berliner Bahnlaufserie | 18,6  | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:50 | 12,40 |
| 18.04.2007 | Berliner Bahnlaufserie | 18,46 | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:53 | 12,31 |
| 16.04.2006 | Berliner Bahnlaufserie | 18,04 | 01:30:00 |  |  |  | 0:04:59 | 12,03 |



## Übersicht Treppenläufe

| Datum      | Name  | km     | Zeit     | Platz<br>gesamt im Ziel | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung |
|------------|---|--------|----------|-------------------------|-----------------------|----------------|
| 03.07.1998 | Fernsehtumlauf (1)                          | Treppe | 00:09:28 | 43                      | 54                    |                |
| 24.04.2004 | GSW-Treppenlauf (1)                         | Treppe | 00:06:46 | 10                      | 24                    |                |
| 21.04.2007 | GSW-Treppenlauf (4)                         | Treppe | 00:06:29 | 9                       | 20                    |                |
| 10.05.2003 | Pyramiden-Treppenlauf (1)                   | Treppe | 00:04:46 | 9                       | 13                    | nur Männer     |
| 05.06.2004 | Pyramiden-Treppenlauf (2)                   | Treppe | 00:04:39 | 9                       | 16                    | nur Senioren   |
| 04.06.2005 | Pyramiden-Treppenlauf (3)                   | Treppe | 00:04:29 | 2                       | 5                     | nur Senioren   |
| 05.06.2006 | Skyrun-Berlin (1)                           | Treppe | 00:05:41 | 71                      | 104                   |                |
| 28.05.2007 | Skyrun-Berlin (2)                           | Treppe | 00:05:38 | 100                     | 178                   |                |
| 12.05.2008 | Skyrun-Berlin (3)                           | Treppe | 00:05:44 | 125                     | 200                   |                |
| 01.06.2009 | Skyrun-Berlin (4)                           | Treppe | 00:05:48 | 124                     | 201                   |                |
| 23.05.2010 | Skyrun-Berlin (5)                           | Treppe | 00:07:18 | 140                     | 182                   |                |
| 27.05.2012 | Skyrun-Berlin (7)                           | Treppe | 00:07:02 | 120                     | 164                   |                |
| 07.01.2001 | Tower-Run (01)                              | Treppe | 00:05:07 | 38                      | 67                    |                |
| 13.01.2002 | Tower-Run (02)                              | Treppe | 00:05:18 | 10                      | 14                    | nur Masters    |
| 12.01.2003 | Tower-Run (03)                              | Treppe | 00:05:17 | 12                      | 20                    | nur Masters    |
| 11.01.2004 | Tower-Run (04)                              | Treppe | 00:05:00 | 34                      | 65                    |                |
| 09.01.2005 | Tower-Run (05)                              | Treppe | 00:05:02 | 11                      | 27                    | nur Masters    |
| 08.01.2006 | Tower-Run (06)                              | Treppe | 00:04:58 | 33                      | 60                    |                |
| 14.01.2007 | Tower-Run (07)                              | Treppe | 00:05:05 | 25                      | 55                    |                |
| 13.01.2008 | Tower-Run (08)                              | Treppe | 00:05:15 | 25                      | 52                    |                |
| 11.01.2009 | Tower-Run (09)                              | Treppe | 00:05:25 | 35                      | 57                    |                |
| 10.01.2010 | Tower-Run (10)                              | Treppe | 00:05:45 | 44                      | 67                    |                |
| 09.01.2011 | Tower-Run (11)                              | Treppe | 00:05:34 | 61                      | 103                   |                |
| 08.01.2012 | Tower-Run (12)                              | Treppe | 00:05:23 | 44                      | 86                    |                |
| 13.01.2013 | Tower-Run (13)                              | Treppe | 00:06:03 | 61                      | 99                    |                |
| 14.01.2014 | Tower-Run (14)                              | Treppe | 00:05:42 | 80                      | 155                   |                |
| 11.01.2015 | Tower-Run (15)                              | Treppe | 00:06:01 | 95                      | 131                   |                |
| 10.01.2016 | Tower-Run (16)                              | Treppe | 00:06:24 | 118                     | 145                   |                |
| 22.04.2006 | Sächsischer Mt.Everest Treppen-Marathon (2) | 63,292 | 24:00:00 | 26                      | 39                    |                |

## Übersicht Triathlon

| Datum      | Name                    | km           | Zeit     | Platz<br>gesamt | Teilnehmer<br>im Ziel | Anmer-<br>kung |
|------------|-------------------------|--------------|----------|-----------------|-----------------------|----------------|
| 09.08.2014 | Werbellinsee Triathlon  | 0,5 / 16 / 4 | 01:20:17 | 223             | 237                   |                |
| 25.06.2016 | Bergwitztriathlon (26)  | 0,5/23/5     | 01:41:10 | 139             | 144                   |                |
| 10.07.2016 | Berliner Volkstriathlon | 0,7/18/5     | 01:46:43 | 409             | 440                   |                |