



Name: Thomas Braukmann

Geburtsdatum: 19.03.1966

Ich fing 1987 mit dem laufen an weil ich etwas zu dick wurde (Lauftreff der LG Grund).
Mein 1. Wettkampf war dann im November 1987 bei Südsauerlandlauf der SG Wenden (10 km
in 48:45 min.) Im Oktober 1988 lief ich dann meinen 1. Marathon in Frankfurt in 2:57:50 Std.

Meine schönsten und vielleicht größten Erfolge:

- 2012 Europameister mit der Deutschen M45 Mannschaft in Tschechien.(GOLD)
- 3. und damit Bronze in der Einzelwertung
- Sieger des 73km langen Rennsteiglaufs 2006,der längste Crosslauf Europas
- Qualifikation für die Berglaufweltmeisterschaft 2002 in Italien. (Bergauf/Bergab Variante)
- über 30 Westdeutsche Meistertitel im Cross/Berg/Straßenlauf
- 6 x Marathon unter 2:30 St.--das erste mal 1998 in Frankfurt(2:28-25)--das letzte mal 2005 im Minden.(2:27-58)
- Marathon 2009 in Hamburg in 2:25-48 Std.
- 5000m Bestzeit 14:47 min Leverkusen mit der DAMM Mannschaft der LAG Siegen.

Meine übelsten Wettkämpfe:

- Ganz klar: Juli 2014 5000m in Erfurt.
- Marathon in weiß ich nicht mehr (ausgestiegen)

2012 eigentlich Wettkampfende

2013 nur sporadisch einige Läufe mitgemacht,wobei ich allerdings den Marathon im Ahrtal gewann und beim Rothaarsteigmarathon 2.wurde.

2014 Wechsel zum TuS Deuz. Dieter Müller und Andreas Rottler haben mir wieder Beine gemacht.(DANKE an euch 2 !!!!!)☐