Geburtsdatum: 28.06.1982

Bestzeiten:

5000 m	18:27.05	Breidenbach 2012
10 km	37:47	Wehbach 2014

Der beste Wettkampf:

- das erste Mal unter 40 min. auf 10km
- Citylauf Attendorn
- Bahnlauf Breidenbach
- Triathlon Buschhütten

Der schlimmste Wettkampf:

- 3000m Testlauf auf der Bahn in Dreis-Tiefenbach. Leider hatte Dieter meine Rundenzeit mit der vom Waldi verwechselt. Aufgabe in Runde 4!!!

Lieblingsstrecken:

Training:

- Laufstrecke zum Salchendorfer Fußballplatz
- Laufstrecke Dautenbach
- Radstrecke: Walpersdorf - Netphen - Lützel - Erndtebrück - Benfe - Walpersdorf

Wettkampf:

- Leverkusen (Rund ums Bayerkreuz)
- Stimmungstechnisch Gückellauf in Anzhausen und AOK-Firmenlauf
- Mörsbachmän