

Geburtsdatum: 1. Januar 1986

Trainer: Reiner Müller

### Größte Erfolge

- 4. Europa-Cup 2008 - 5.000 m
- 6. Junioren-Europameisterschaften (U 23) 2007 - 10.000 m
- 11. Junioren-Europameisterschaften 2007 - Cross
- Teilnehmer bei den IAAF -Junioren-Weltmeisterschaften (U20) 2004 - 5000 m
- Deutscher Vizemeister 2008 - 5000 m
- Deutscher Juniorenmeister 2008 - 10.000 m
- Deutscher Juniorenmeister 2008 - Cross - Mittelstrecke
- Deutscher Vizemeister 2007 - 10.000 m
- Deutscher Meister 2007 - Junioren - 10.000 m
- Deutscher Meister 2007 - Junioren - Cross - Mittelstrecke
- Deutscher Vizemeister 2006 - Junioren - Cross -
- Deutscher Vizemeister 2006 - Junioren - 10-km-Straßenlauf
- Deutscher Meister 2003 - mJB - 3000 m
- Deutscher Meister 2003 - mJB - 10-km-Straßenlauf
- 4. Deutsche Meisterschaften 2006 - 10-km-Straßenlauf
- 3. Deutsche Meisterschaften 2006 - Junioren - 5.000 m
- 3. Deutsche Meisterschaften 2010 - Mannschaft – Cross
- 6. Deutsche Meisterschaften 2010 - Cross
- 6. Deutsche Meisterschaften 2010 - 10.000 m

### Persönliche Bestleistungen

- 1.500 m: 3:50,19
- 3.000 m: 8:15,11
- 5.000 m: 13:38,10
- 10.000 m: 28:34,24
- 10-km-Straßenlauf: 29:22
- Marathon: 2:29:32

### Platzierung 30. Bietigheimer Silvesterlauf 2010:

7. Platz - Altersklasse: 5. Platz - Zeit: 34:36 min  
- Landkreissieger (Landkreis Ludwigsburg) und Bietigheimer Stadtmeister -

