

Name / Vorname

Schouren Frank



Jahrgang

1971

Beruf/Schule

Unternehmensberater

Erfolge 2009

1. Platz – Mettenheimer Alleelauf – 10 km – 33:18 min

4. Platz – Osterfelder Berglauf

Erfolge 2010

DLV - 12. Platz Berglauf (Hochblauen/Schwarzwald)

DLV - 4. Platz Berglauf Männer Mannschaft

BLV - 1. Platz – Crosslauf Männer Mannschaft

1. Platz – Kyffhäuser Berglauf

3. Platz – Hermannslauf Detmold - Bielefeld

3. Platz – Osterfelder Berglauf

1. Platz – Schneekopflauf/Rennsteig

1. Platz – Gesamtwertung Salomon Gore Trailrunning Cup

Erfolge 2011

...Genesung nach Kreuzband- und Meniskusriss

Erfolge 2012

...Genesung nach Knorpelabriss

Erfolge 2013

3. Platz Astenberglauf
15. Platz Achenseelauf

Erfolge 2014

BLV – 1. Platz – Crosslauf M40

BLV – 3. Platz – Crosslauf M40 Mannschaft
2. Platz – Andechs Trail
5. Platz – Wallberglauf
3. Platz – Gebirgsmarathon Immenstadt

Erfolge 2015

BLV – 1. Platz – Crosslauf M40
DLV – 1. Platz – Crosslauf M40
DLV – 1. Platz – Berglauf M40
2. Platz – Andechs Trail
4. Platz – Osterfelder Berglauf
4. Platz – Karwendelmarsch (52 km 2300 Hm)

Bestleistungen

800m: 1:59,8 min (1989)
1.000m: 2:33,8 min (1990)
1.500m: 3:59,94 min (1996)
3.000m: 8:29,24 min (1996)
5.000m: 14:35,56 min (1997)
10 km: 30:59 min (1997)
Halbmarathon: 1:16:32 h (2008)

Hobbies

Musik

Ziele

Länger, höher, weiter..