

Januar 2019					Spiridon-Finisher
05.01.2019	10 km	Rodgau-Jügesheim	39. Rodgauer Winterlaufserie / 3	http://www.jskrodgau.de	13
06.01.2019	10 km	Goldbach	36. Goldbacher Wintercrosslaufserie 7.Lauf	www.wintercross.de	2
12.01.2019	3 km	Hanau	Hessische Senioren Hallenmeisterschaften		4
12.01.2019	0,8 km	Hanau	Hessische Senioren Hallenmeisterschaften		2
12.01.2019	0,2 km	Hanau	Hessische Senioren Hallenmeisterschaften		1
12.01.2019	8 km	Offenbach	10. Offenbacher Suppenschüssel Cross	http://www.offenbacher-lc.de	1
12.01.2019	4 km	Offenbach	10. Offenbacher Suppenschüssel Cross	http://www.offenbacher-lc.de	3
12.01.2019	2 km	Offenbach	10. Offenbacher Suppenschüssel Cross	http://www.offenbacher-lc.de	5
12.01.2019	0,8 km	Offenbach	10. Offenbacher Suppenschüssel Cross	http://www.offenbacher-lc.de	2
13.01.2019	10 km	Goldbach	36. Goldbacher Winter-Crosslaufserie, 8.Lauf	www.wintercross.de	2
19.01.2019	1,5 km	Frankfurt-Kalbach	Hessische Hallenmeisterschaften		1
19.01.2019	10 km	Seligenstadt	42. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 3	http://www.tria-seligenstadt.de	3
19.01.2019	5 km	Seligenstadt	42. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 3	http://www.tria-seligenstadt.de	1
20.01.2019	10 km	Goldbach	36. Goldbacher Winter-Crosslaufserie, 9.Lauf		1
20.01.2019	10,5 km	Mörfelden	42. Marathonstaffel		36
26.01.2019	50 km	Rodgau-Dudenhofen	20. 50 km-Ultramarathon des RLT Rodgau	http://www.rlt-rodgau.de	4
26.01.2019	25 km	Rodgau-Dudenhofen	20. 50Km Ultramarathon des RLT Rodgau		1
Wettbewerbe in diesem Monat: 17					Finisher: 82

Februar 2019					Spiridon-Finisher
02.02.2019	10 km	Rodgau-Jügesheim	39. Rodgauer Winterlaufserie / 4	http://www.jskrodgau.de	12
09.02.2019	21,0975 km	Pohlheim-Watzenborn-Stein	44. LIMES-Winterlaufserie	http://www.turnverein07.de/	1
10.02.2019	20 km	Rheinzabern	37. Winterlaufserie Rheinzabern		1
16.02.2019	10 km	Seligenstadt	42. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 4	http://www.tria-seligenstadt.de	3
16.02.2019	5 km	Seligenstadt	42. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 4	http://www.tria-seligenstadt.de	2
17.02.2019	6 km	Gudensberg	Crosslauf TSV Obervorschütz mit Nordhessischen Mei	https://www.tsvobervorschuetz.de	1
17.02.2019	4 km	Gudensberg	Crosslauf TSV Obervorschütz mit Nordhessischen Mei	https://www.tsvobervorschuetz.de	3

Februar 2019

				Spiridon-Finisher
17.02.2019	42,195 km	Merkers	13. Kristallmarathon	3
17.02.2019	21,0975 km	Mörfelden	42. Halbmarathonlauf der SKV Mörfelden in der 42.	14
23.02.2019	25 km	Wiesbaden	Auf die Platte - fertig - los	4
23.02.2019	8,1 km	Wiesbaden	Auf die Platte - fertig - los	4
Wettbewerbe in diesem Monat: 11				Finisher: 48

März 2019

				Spiridon-Finisher
02.03.2019	10 km	Groß-Gerau	35. Frühjahrslauf	2
02.03.2019	3 km	Halle/ Saale	Deutsche Senioren Hallenmeisterschaften	1
02.03.2019	42,195 km	Marburg	Lahntallauf	1
02.03.2019	10 km	Marburg	Lahntallauf	1
03.03.2019	10 km	Offenbach	17. Offenbacher Rosenhöhe-Waldlauf	2
03.03.2019	42,195 km	Tokyo	Tokyo Marathon 2019	1
09.03.2019	0,95 km	Bad Soden-Neuenhain	Walter Eifert Crosslaufstag	1
09.03.2019	5 km	Dornburg-Wilsenroth	2. Lauf der 30. Winterlaufserie der LG Dornburg	1
09.03.2019	4,1 km	Ingolstadt	Deutsche Crosslaufmeisterschaften	3
10.03.2019	21,0975 km	Frankfurt	17. Frankfurter Mainova Halbmarathon	63
16.03.2019	10 km	Salzkotten	27. Sälzlerlauf	1
16.03.2019	0,53 km	Wasserlos	10. Wasserloser Crosslauf	1
17.03.2019	42,195 km	Friedberg	43. Volkslauf Rund um den Winterstein	3
17.03.2019	30 km	Friedberg	43. Volkslauf Rund um den Winterstein	6
17.03.2019	5 km	Friedberg	43. Volkslauf Rund um den Winterstein	2
17.03.2019	33,333 km	Sylt	38. Syltlauf	8
24.03.2019	21,0975 km	Gießen-Wieseck	44. Gießener Frühjahrslauf	1
24.03.2019	10 km	Rodenbach	26. Schneller Zehner	11
31.03.2019	10 km	Münster	25. Entega Gersprenzlauf	1
31.03.2019	2 km	Münster	25. Entega Gersprenzlauf	1
31.03.2019	1 km	Münster	25. Entega Gersprenzlauf	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 21				Finisher: 112

April 2019				Spiridon-Finisher	
06.04.2019	10 km	Großostheim	24. Schlappeseppel Marktplatzlauf	2	
06.04.2019	6 km	Großostheim	24. Schlappeseppel Marktplatzlauf	1	
06.04.2019	2 km	Großostheim	24. Schlappeseppel Marktplatzlauf	1	
06.04.2019	0,75 km	Großostheim	24. Schlappeseppel Marktplatzlauf	2	
06.04.2019	10 km	Maximiliansau	42. Rhein-Volkslauf 2019	1	
07.04.2019	42,195 km	Bad Staffelstein	15. Obermain Marathon	1	
07.04.2019	21,0975 km	Bad Staffelstein	15. Obermain Marathon	1	
07.04.2019	21,0975 km	Berlin	Generali Halbmarathon 2019	5	
07.04.2019	21,0975 km	Freiburg	Deutsche Halbmarathon Meisterschaften	2	
07.04.2019	21,0975 km	Griesheim	48. Griesheimer Jacobi- Straßenlauf	http://www.laufen-in-griesheim.de	3
07.04.2019	5 km	Griesheim	48. Griesheimer Jacobi- Straßenlauf	http://www.laufen-in-griesheim.de	1
07.04.2019	10 km	Hanau	21. Hanauer Märchenlauf	http://www.maerchenlauf.de	1
07.04.2019	21,0975 km	Heidelberg	SAS Halbmarathon der TSG 78 Heidelberg		1
07.04.2019	10 km	Hünfeld	Hessische Meisterschaften Langstrecke		1
07.04.2019	25 km	Seligenstadt	40. Seligenstädter Wasserlauf	http://www.seligenstadt-wasserlauf.de	11
07.04.2019	10 km	Seligenstadt	40. Seligenstädter Wasserlauf	http://www.seligenstadt-wasserlauf.de	10
07.04.2019	5 km	Seligenstadt	40. Seligenstädter Wasserlauf	http://www.seligenstadt-wasserlauf.de	5
07.04.2019	2 km	Seligenstadt	40. Seligenstädter Wasserlauf	http://www.seligenstadt-wasserlauf.de	3
13.04.2019	16,1 km	Lich	10 Meilen durch den Licher Wald - 35. Auflage	http://www.asc-licher-wald.com	2
13.04.2019	0,8 km	Mainz-Laubenheim	11. Polderlauf		2
14.04.2019	21,0975 km	Belgrad	32. Belgrade Marathon		1
14.04.2019	42,195 km	Leipzig	Leipzig-Marathon	https://www.leipzigmarathon.de/	1
14.04.2019	63,62 km	Mörfelden	3. 6-Stundenlauf der SKV Mörfelden		1
14.04.2019	42,195 km	Mörfelden	3. 6-Stundenlauf der SKV Mörfelden		1
14.04.2019	9,7 km	Oberursel	30. SÜWAG-Energie- Feldberglauf		11
14.04.2019	42,195 km	Paris	Schneider Electric Paris Marathon		1
14.04.2019	42,195 km	Schmittent/Taunus	Weitalweg Landschaftsmarathon	http://www.naturpark-taunus.de	3
14.04.2019	22,2 km	Schmittent/Taunus	Weitalweg Landschaftsmarathon	http://www.naturpark-taunus.de	1

April 2019						Spiridon-Finisher
14.04.2019	12 km	Schmitten/Taunus	Weitalweg Landschaftsmarathon	http://www.naturpark-taunus.de		1
15.04.2019	42,195 km	Boston	121. Boston Marathon			1
20.04.2019	56 km	Kapstadt	Two Oceans Ultra Marathon			1
20.04.2019	21,095 km	Paderborn	73. Osterlauf Paderborn			1
22.04.2019	5 km	Marienhafe	24. Störtebeker Straßenlauf	Www.fortuna-wirdum.de		1
22.04.2019	1 km	Marienhafe	24. Störtebeker Straßenlauf	Www.fortuna-wirdum.de		2
22.04.2019	25 km	Rodgau-Jügesheim	Rodgauer Osterlauf (Ostermontag)	http://www.jskrodgau.de		4
22.04.2019	10 km	Rodgau-Jügesheim	Rodgauer Osterlauf (Ostermontag)	http://www.jskrodgau.de		7
22.04.2019	5 km	Rodgau-Jügesheim	Rodgauer Osterlauf (Ostermontag)	http://www.jskrodgau.de		2
27.04.2019	16 km	Darmstadt	9. DAV Skinfit FrankensteinLauf	http://www.frankensteinauf.de		3
27.04.2019	1,5 km	Norden	OLB Citylauf Norden			3
28.04.2019	42,195 km	Düsseldorf	17. Metro Marathon Düsseldorf			5
28.04.2019	20 km	Gelnhausen	8. i-Lauf, Lauf für Inklusion in Gelnhausen			1
28.04.2019	42,195 km	Hamburg	34. Haspa Marathon Hamburg			10
28.04.2019	21,0975 km	Hamburg	Halbmarathon Hamburg 2019			1
28.04.2019	42,195 km	London	39. Virgin Money London Marathon			1
30.04.2019	10 km	Ottenheim	Lauf in den Mai			1
Wettbewerbe in diesem Monat: 45						Finisher: 121

Mai 2019						Spiridon-Finisher
01.05.2019	10 km	Frankfurt	37. Nieder Erlenbacher Volkslauf	http://www.tsgne1888la.de		5
01.05.2019	5 km	Frankfurt	37. Nieder Erlenbacher Volkslauf	http://www.tsgne1888la.de		4
01.05.2019	2 km	Frankfurt	37. Nieder Erlenbacher Volkslauf	http://www.tsgne1888la.de		6
05.05.2019	21 km	Ansbach	19. Ansbacher Citylauf			1
05.05.2019	1,3 km	Ansbach	19. Ansbacher Citylauf			1
05.05.2019	10 km	Frankfurt	30. Frankfurter Lauf am Hessen-Center	http://www.sgenkheim.de		18
05.05.2019	5 km	Frankfurt	30. Frankfurter Lauf am Hessen-Center	http://www.sgenkheim.de		8
05.05.2019	1,5 km	Frankfurt	30. Frankfurter Lauf am Hessen-Center	http://www.sgenkheim.de		3
05.05.2019	42,195 km	Mainz	20. Gutenberg Marathon			12
05.05.2019	21,0975 km	Mainz	20. Gutenberg Marathon			8
08.05.2019	5 km	Pfungstadt	1. Abendsportfest 2019			1

Mai 2019				Spiridon-Finisher
08.05.2019	3 km	Pfungstadt	Hessische Meisterschaften Hindernislauf 2019	1
08.05.2019	1,5 km	Pfungstadt	1. Abendsportfest 2019	1
10.05.2019	5 km	Darmstadt	Darmstädter Frauenlauf http://www.darmstadt-laeuft.de	1
11.05.2019	21,0975 km	Mannheim	SRH Dämmer Marathon	1
11.05.2019	1,7 km	Wehrheim-Obernhain	29. Obernhainer Volkslauf	3
12.05.2019	10 km	Arnsberg	31. Neheimer City-Lauf	1
12.05.2019	1,5 km	Hofgeismar	Hessische Seniorenmeisterschaften 2019	1
12.05.2019	10,5 km	Schluchsee	35. Internationaler Schluchseelauf	1
16.05.2019	6 km	Dubai	Desert Road Runners Iftar Challenge - 2019	1
17.05.2019	7,9 km	Aschaffenburg	24. HVB Citylauf	7
19.05.2019	10 km	Göttingen	33. Göttinger Frühjahrs-Volkslauf	1
19.05.2019	5 km	Göttingen	33. Göttinger Frühjahrs-Volkslauf	1
19.05.2019	1,5 km	Pforzheim	Dreitäler Meeting	1
19.05.2019	21,1 km	Riga	Tet Riga Marathon	1
19.05.2019	2 km	Taunusstein	Taunussteiner Waldlauf 30.2 http://www.tvhahn.de	3
25.05.2019	5 km	Offenbach	16. Ketteler-Lauf, Lauf dem Krebs davon http://www.ketteler-krankenhaus.de	2
26.05.2019	21,0975 km	Dietzenbach-Steinberg	44. Steinberger Volkslauf http://www.sc-steinberg-langlauf.de	9
26.05.2019	10 km	Dietzenbach-Steinberg	44. Steinberger Volkslauf http://www.sc-steinberg-langlauf.de	19
26.05.2019	5 km	Dietzenbach-Steinberg	44. Steinberger Volkslauf http://www.sc-steinberg-langlauf.de	8
26.05.2019	2 km	Dietzenbach-Steinberg	44. Steinberger Volkslauf http://www.sc-steinberg-langlauf.de	7
29.05.2019	10 km	Darmstadt	8. Darmstädter Merck-Firmenlauf http://www.darmstadt-firmenlauf.de	1
30.05.2019	10 km	Hofheim	21. HK-Kreisstadt-Lauf http://www.hoehster-kreisblatt.de/hk-lauf	15
Wettbewerbe in diesem Monat: 33				Finisher: 153

Juni 2019				Spiridon-Finisher
01.06.2019	6,9 km	Heusenstamm	16. Heusenstammer Kirchenlauf http://www.kirchenlauf.de	1
01.06.2019	3,6 km	Heusenstamm	16. Heusenstammer Kirchenlauf http://www.kirchenlauf.de	2
02.06.2019	31,65 km	Fürth	Metropol Marathon	1
02.06.2019	42,195 km	Salzkotten	Klingenthal Sport Salzkotten Marathon	1
07.06.2019	100 km	Biel, Schweiz	Bieler Lauftage 2019	1
07.06.2019	16 km	Hanau	35. Brüder Grimm Lauf Etappe 1	8
07.06.2019	10,5 km	Hofheim-Lorsbach	59. Lorsbacher Schinderwaldlauf http://www.TVLorsbach.de	1

Juni 2019					Spiridon-Finisher
07.06.2019	10 km	Riedstadt-Wolfskehlen	36. Straßenlauf	http://www.tsv03wolfskehlen.de	1
08.06.2019	10 km	Frankfurt-Schwanheim	27. Schwanheimer Pfingstlauf	http://www.tg-schwanheim.de	34
08.06.2019	5 km	Frankfurt-Schwanheim	27. Schwanheimer Pfingstlauf	http://www.tg-schwanheim.de	11
08.06.2019	1 km	Frankfurt-Schwanheim	27. Schwanheimer Pfingstlauf	http://www.tg-schwanheim.de	8
08.06.2019	16 km	Neuenhasslau	35. Brüder Grimm Lauf 3. Etappe		8
08.06.2019	14 km	Rodenbach	35. Brüder Grimm Lauf Etappe 2		8
09.06.2019	10 km	Alsbach-Hähnlein	50. Melibokuslauf	https://www.melibokuslauf.de	1
09.06.2019	18 km	Bad Orb	35. Brüder Grimm Lauf 5. Etappe		9
09.06.2019	0,8 km	Edemissen	Pfingstsportfest		1
09.06.2019	17 km	Gelnhausen	35. Brüder Grimm Lauf 4. Etappe		8
14.06.2019	10 km	Hofheim-Wallau	24. Wallauer Mittsommerlauf	http://www.mittsommerlauf.de	6
15.06.2019	108,625 km	Hanau	8. Hanauer 24h-Lauf		1
15.06.2019	5,4 km	Mühltal-Traisa	Autohaus Lutz Nightrun	https://www.tgtraisa.de	1
16.06.2019	21,0975 km	Eschborn	6. Eschathlon - Der Eschborner Halbmarathon	https://www.eschathlon.de/	8
16.06.2019	10 km	Eschborn	6. Eschathlon - Der Eschborner Halbmarathon	https://www.eschathlon.de/	4
16.06.2019	10 km	Hattersheim	4. AWO Stadtlauf für den guten Zweck	https://awo-main-taunus.de/	1
16.06.2019	10 km	Oberursel	14. Brunnenfestlauf	http://www.brunnenfestlauf.de	4
16.06.2019	5 km	Oberursel	14. Brunnenfestlauf	http://www.brunnenfestlauf.de	2
16.06.2019	2,5 km	Oberursel	14. Brunnenfestlauf		1
19.06.2019	5 km	Darmstadt	Darmstädter Stadtlauf	http://www.darmstadt-laeuft.de	2
19.06.2019	2 km	Darmstadt	Darmstädter Stadtlauf	http://www.darmstadt-laeuft.de	2
19.06.2019	1,3 km	Darmstadt	Darmstädter Stadtlauf	http://www.darmstadt-laeuft.de	1
23.06.2019	10 km	Laubus-Eschbach	Apfellauf der Kelterei Heil	https://www.kelterei-heil.de	2
23.06.2019	5 km	Laubus-Eschbach	Apfellauf der Kelterei Heil	https://www.kelterei-heil.de	1
23.06.2019	3,75 km	Oberreifenberg	1. CrossFondo - Taunus Triple Berg Sprint		1
29.06.2019	4,7 km	Bad Tölz	36. Tölzer Blomberglauf		1
29.06.2019	10 km	Dreieich-Dreieichenhain	38. Dreieich-Waldlauf	http://www.dreieichlauf.de	2
29.06.2019	5 km	Dreieich-Dreieichenhain	38. Dreieich-Waldlauf	http://www.dreieichlauf.de	2
29.06.2019	2 km	Dreieich-Dreieichenhain	38. Dreieich-Waldlauf	http://www.dreieichlauf.de	1
29.06.2019	1 km	Dreieich-Dreieichenhain	38. Dreieich-Waldlauf	http://www.dreieichlauf.de	1
30.06.2019	10 km	Schwalbach am Taunus	11. Schwalbacher Volkslauf - Sport gegen Armut	http://www.sport-gegen-armut.de	1
30.06.2019	7,5 km	Schwalbach am Taunus	11. Schwalbacher Volkslauf - Sport gegen Armut	http://www.sport-gegen-armut.de	1

Juni 2019					Spiridon-Finisher
30.06.2019	3 km	Schwalbach am Taunus	11. Schwalbacher Volkslauf - Sport gegen Armut	http://www.sport-gegen-armut.de	1
30.06.2019	1 km	Schwalbach am Taunus	11. Schwalbacher Volkslauf - Sport gegen Armut	http://www.sport-gegen-armut.de	2
Wettbewerbe in diesem Monat: 41					Finisher: 153

Juli 2019					Spiridon-Finisher
07.07.2019	42,195 km	Wenn's, Österreich	14. Gletscher-Marathon Pitztal-Imst		1
07.07.2019	10 km	Wolfrathshausen	Stadtlauf Wolfrathshausen		1
12.07.2019	10 km	Mainaschaff	9. Rotary Benefizlauf		1
20.07.2019	10 km	Biedenkopf	18. Biedenkörper Stadtlauf	http://stadtlauf-biedenkopf.de	1
20.07.2019	10 km	Düren-Birkesdorf	31. ISOLA Rur 3-Brückenlauf		1
20.07.2019	8 km	Lenggries	9. Höhenburger Schloss Lauf		1
27.07.2019	5 km	San Francisco	San Francisco Pier to Pier 5k 2019		2
28.07.2019	21,0975 km	Obertshausen	43. Hausener Volks-Waldlauf (TGS-Hausen)	http://www.tgs-hausen.de/volkslauf	10
28.07.2019	10 km	Obertshausen	43. Hausener Volks-Waldlauf (TGS-Hausen)	http://www.tgs-hausen.de/volkslauf	21
28.07.2019	5 km	Obertshausen	43. Hausener Volks-Waldlauf (TGS-Hausen)	http://www.tgs-hausen.de/volkslauf	3
28.07.2019	0,6 km	Obertshausen	43. Hausener Volks-Waldlauf (TGS-Hausen)	http://www.tgs-hausen.de/volkslauf	3
28.07.2019	42,195 km	San Francisco	Biofreeze San Francisco Marathon 2019		1
Wettbewerbe in diesem Monat: 12					Finisher: 46

August 2019					Spiridon-Finisher
02.08.2019	10 km	Reinheim-Ueberau	17. Ueberauer Dorflauf der Darmstädter Privatbraue	http://www.sg-ueberau.de	1
03.08.2019	10 km	Gernsheim	16. Fischerfestlauf Gernsheim	http://www.fischerfestlauf.de	1
07.08.2019	3 km	Pfungstadt	4. Abendsportfest 2019		1
11.08.2019	21,0975 km	Karben	30. Karbener Stadtlauf	http://karbener-sportverein.de	1
11.08.2019	3 km	Karben	30. Karbener Stadtlauf	http://karbener-sportverein.de	4
11.08.2019	1,5 km	Karben	30. Karbener Stadtlauf	http://karbener-sportverein.de	3
11.08.2019	42,195 km	Sonthofen	13. Allgäu Panorama Marathon		1
17.08.2019	10 km	Bruchköbel	36. Bruchköbeler Stadtlauf	http://www.laz-bruchkoebel.de	2
18.08.2019	21,0975 km	Bad Wünnenberg	37 Wöhler-Lauf "Rund um die Asbachtalsperre"		1

August 2019
Spiridon-Finisher

18.08.2019	10 km	Gießen	21. Run´n Roll for Help	http://www.runandrollforhelp.de	1
18.08.2019	5 km	Gießen	21. Run´n Roll for Help	http://www.runandrollforhelp.de	1
18.08.2019	21,0975 km	Oestrich-Winkel	37. Rieslinglauf und 12. Rheingauer Halbmarathon	http://www.tg-winkel.de	3
18.08.2019	6 km	Offenbach	9. Bieberer Kartoffel-Volkslauf	http://www.lg-offenbach.de	1
18.08.2019	25 km	Samedan, Schweiz	40. Engadiner Sommerlauf		2
23.08.2019	5 km	Münkeboe	13. Münkeboer Festtagelauf		1
24.08.2019	100 km	Braunschweig	10. Rüniger 24-Stundenlauf		1
25.08.2019	10 km	Florstadt	6. FlorSTADT Halbmarathon	http://www.florstadt-halbmarathon.de	1
25.08.2019	42,195 km	Rauschenberg	1. Burgwald-Märchen-Marathon	https://www.bmm-rauschenberg.de	1
25.08.2019	58 km	Saarbrücken	8. RAG Hartfüßlertrail 2019		1
25.08.2019	30 km	Wetzlar	9. Lahnparklauf	http://www.lahnparklauf.de	2
25.08.2019	21,0975 km	Wetzlar	9. Lahnparklauf	http://www.lahnparklauf.de	1
25.08.2019	10 km	Wetzlar	9. Lahnparklauf	http://www.lahnparklauf.de	1
29.08.2019	10 km	Frankfurt-Niederrad	5. Bürostadtlauf 2019	http://www.buerostadtlauf.de	2
29.08.2019	5 km	Frankfurt-Niederrad	5. Bürostadtlauf 2019	http://www.buerostadtlauf.de	2
31.08.2019	21,0975 km	Darmstadt	Halber Heiner - Darmstädter Halbmarathon	http://www.halber-heiner.de	1

Wettbewerbe in diesem Monat: 25
Finisher: 37
September 2019
Spiridon-Finisher

01.09.2019	5 km	Frankfurt	12. Preungesheimer Dorflauf		1
01.09.2019	9,4 km	Meißen-Aberode	22. Meißner Berglauf mit Hess. Meisterschaft	http://www.ski-club-meissner.de	2
01.09.2019	21,0975 km	Mühlheim-Dietesheim	46. intern. Volkslauf Mühlheim		13
01.09.2019	10 km	Mühlheim-Dietesheim	46. intern. Volkslauf Mühlheim		11
01.09.2019	5 km	Mühlheim-Dietesheim	46. intern. Volkslauf Mühlheim		8
01.09.2019	1 km	Mühlheim-Dietesheim	46. intern. Volkslauf Mühlheim		5
04.09.2019	5 km	Pfungstadt	Lang-Lauf-Cup geht ins Stadion	http://www.pfungstadt-leichtathletik.de	1
07.09.2019	10 km	Babenhausen	9. Bawwehaiser Altstadtfestlauf	http://www.altstadtfestlauf.tvbabenhhausen.de	2
07.09.2019	10,8 km	Borkum	14. Borkumer Meilenlauf		1
07.09.2019	4,5 km	Gaißach	40. Gaißacher Berglauf		1
07.09.2019	5 km	Wittmund	21. Wittmunder Klinkerlauf		1
08.09.2019	21,0975 km	Bad Soden-Altenhain	12. TSG Altenhain 1900 e.V. - Wuzzelauf Altenhain	http://www.tsg-altenhain.de	3

September 2019					Spiridon-Finisher
08.09.2019	10 km	Frankfurt	24. LAUF FÜR MEHR ZEIT	http://www.lauf-fuer-mehr-zeit.de	5
08.09.2019	5 km	Frankfurt	24. LAUF FÜR MEHR ZEIT	http://www.lauf-fuer-mehr-zeit.de	12
08.09.2019	1 km	Frankfurt	24. LAUF FÜR MEHR ZEIT	http://www.lauf-fuer-mehr-zeit.de	4
08.09.2019	5 km	Oberursel/Ts.	16. Oberstedter Mühlenlauf	http://www.stedtermuehlenlauf.de	2
08.09.2019	21,0975 km	Worms	16. Nibelungenlauf Worms		1
14.09.2019	17 km	Sexten	3 Zinnen Lauf 2019		1
15.09.2019	5 km	Neu Isenburg	43. Internationaler Hugenottenlauf, Walking		1
15.09.2019	21,0975 km	Neu-Isenburg	43. Internationaler Hugenottenlauf	http://www.hugenottenlauf.de	31
15.09.2019	10 km	Neu-Isenburg	43. Internationaler Hugenottenlauf	http://www.hugenottenlauf.de	17
15.09.2019	5 km	Neu-Isenburg	43. Internationaler Hugenottenlauf	http://www.hugenottenlauf.de	1
15.09.2019	2,9 km	Neu-Isenburg	43. Internationaler Hugenottenlauf	http://www.hugenottenlauf.de	14
15.09.2019	21,0975 km	Niedernhausen-Engenhahn	35. Engenhahner Gickel-Waldlauf	http://www.tsv-engenhahn.de	2
15.09.2019	21,0975 km	Venedig	Senioren-Europameisterschaften		1
20.09.2019	6 km	Hanau	Stadtlauf - Stärke zeigen - gemeinsam gegen Gewalt	http://www.hanauerstadtlauf.de	1
21.09.2019	21,0975 km	Rosbach-Rodheim v.d.H.	29. Rodheimer Volkslauf	http://www.sgridheim.de	4
21.09.2019	10 km	Rosbach-Rodheim v.d.H.	29. Rodheimer Volkslauf	http://www.sgridheim.de	8
21.09.2019	3 km	Rosbach-Rodheim v.d.H.	29. Rodheimer Volkslauf		7
21.09.2019	1 km	Rosbach-Rodheim v.d.H.	29. Rodheimer Volkslauf	http://www.sgridheim.de	4
22.09.2019	21,0975 km	Karlsruhe	37. Fiducia & GAD Baden Marathon		2
22.09.2019	20 km	Kronberg	40. Altkönig-Lauf	https://www.mtv-kronberg.de/	2
22.09.2019	42,195 km	Moskau	Absolute Moskau Marathon 2019		1
22.09.2019	10,55 km	Ostrava	Ostrava City Marathon		1
22.09.2019	21,0975 km	Rodenbach	Rodenbacher Halbmarathon	http://www.ssc-hanau-rodenbach.de	3
22.09.2019	10 km	Rodenbach	Hessische Straßenlaufmeisterschaften 2019		2
22.09.2019	10 km	Rodenbach	Zehn-Kilometer-Straßenlauf und 14. offene Kreismei	http://www.ssc-hanau-rodenbach.de	1
22.09.2019	0,8 km	Rodenbach	Rodenbacher Lauftag 2019, Stadioncross		3
22.09.2019	42,195 km	Welvegern, Belgien	Alpro Leiemarathon 2019		1
29.09.2019	42,195 km	Berlin	46. BMW Berlin Marathon		22
29.09.2019	21,0975 km	Weinheim	20. Weinheimer Herbstlauf		2
Wettbewerbe in diesem Monat: 41					Finisher: 205

Oktober 2019					Spiridon-Finisher
03.10.2019	10,5 km	Groß-Gerau	7. Charity Walk & Run Groß-Gerau	https://www.charity-walk.info/	1
03.10.2019	8,047 km	Offenbach	3. Offenbacher Kranlauf	https://www.offenbach.de/leben-in-of/sport-freizeit/sportveranstaltung	1
05.10.2019	100 km	Wertheim	Taubertal 100 2019		1
06.10.2019	21,0975 km	Aschaffenburg	17. Aschaffener Sparkassen-Halbmarathon		1
06.10.2019	10 km	Frankfurt am Main	Sportscheck Lauf		7
06.10.2019	42,195 km	Lindau	Sparkasse 3-Länder-Marathon 2019		1
12.10.2019	14,3 km	Groß-Bieberau	Kaiserturmlauf		1
12.10.2019	10 km	Rüsselsheim	38. Lindensee-Laufserie 2019/2020	http://www.lindenseelauf.de	1
12.10.2019	42,195 km	Wernigerode	42. Harz-Gebirgslauf		1
13.10.2019	10 km	Bad Homburg v. d. Höhe	26. Bad Homburger Kurparklauf		2
13.10.2019	5 km	Bad Homburg v. d. Höhe	26. Bad Homburger Kurparklauf		1
13.10.2019	21,0975 km	Bräunlingen	52. Int. Schwarzwald-Marathon		1
13.10.2019	21,0975 km	Offenbach	27. Offenbacher Mainuferlauf	http://www.offenbacher-lc.de	17
13.10.2019	10 km	Offenbach	27. Offenbacher Mainuferlauf	http://www.offenbacher-lc.de	24
13.10.2019	5 km	Offenbach	27. Offenbacher Mainuferlauf	http://www.offenbacher-lc.de	8
13.10.2019	2 km	Offenbach	27. Offenbacher Mainuferlauf	http://www.offenbacher-lc.de	5
16.10.2019	170 km	Krim	Crimea X Run		1
19.10.2019	10 km	München Riem	Riem Arcaden Run 2019		1
19.10.2019	42,195 km	Stralsund	12. Sparkassen Rügenbrücken-Marathon		1
20.10.2019	10 km	Rodgau-Weiskirchen	Hexenlauf - 17. Volkslauf am Hexenhäuschen	http://www.hexenlauf.de	1
27.10.2019	42,195 km	Frankfurt	38. Mainova Frankfurt Marathon	https://www.frankfurt-marathon.com/	76
27.10.2019	4,2 km	Frankfurt	Minimarathon Frankfurt 2019		1
Wettbewerbe in diesem Monat: 22					Finisher: 154

November 2019					Spiridon-Finisher
02.11.2019	10 km	Rodgau-Jügesheim	40. Rodgauer Winterlaufserie / 1	http://www.jskrodgau.de	10
02.11.2019	5 km	Rodgau-Jügesheim	40. Rodgauer Winterlaufserie / 1	http://www.jskrodgau.de	1
03.11.2019	10 km	Goldbach	37. Goldbacher Winterlaufserie 1.Lauf		1
03.11.2019	10 km	München	Ich Lauf Mit gegen Gewalt München		1
03.11.2019	42,195 km	New York	49. New York Marathon		2
08.11.2019	10 km	Dubai	Dubai Run		1

November 2019				Spiridon-Finisher
10.11.2019	10 km	Goldbach	37. Goldbacher Wintercrosslauf-Serie 2.Lauf	3
16.11.2019	10 km	Buseck/Alten-Buseck	40. Alten-Busecker Winterlaufserie - 1. Lauf (10 k) http://www.tsg-alten-buseck.de	1
16.11.2019	10 km	Seligenstadt	43. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 1 http://www.tria-seligenstadt.de	1
16.11.2019	5 km	Seligenstadt	43. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 1 http://www.tria-seligenstadt.de	2
17.11.2019	10 km	Goldbach	37. Goldbacher Wintercrosslauf-Serie, 3.Lauf	5
23.11.2019	15 km	Rüsselsheim	38. Lindensee-Laufserie 2019/2020 http://www.lindenseelauf.de	2
23.11.2019	5 km	Rüsselsheim	38. Lindensee-Laufserie 2019/2020 http://www.lindenseelauf.de	1
24.11.2019	9 km	Darmstadt	Darmstadt-Cross http://www.darmstadt-laeuft.de	3
24.11.2019	6,6 km	Darmstadt	Darmstadt-Cross http://www.darmstadt-laeuft.de	1
24.11.2019	10 km	Goldbach	37. Goldbacher Wintercrosslauf-Serie, 4.Lauf	3
Wettbewerbe in diesem Monat: 16				Finisher: 38

Dezember 2019				Spiridon-Finisher
01.12.2019	10 km	Gießen	35. Adventslauf http://www.mtv-giessen.de	1
01.12.2019	10 km	Goldbach	35. Wintercrosslauf-Serie Goldbach, 5.Lauf	2
07.12.2019	10 km	Frankfurt a.M.	5/10k Rainbow Run http://rainbowrun-frankfurt.de/	1
07.12.2019	10 km	Rodgau-Jügesheim	40. Rodgauer Winterlaufserie / 2 http://www.jskrodgau.de	9
07.12.2019	5 km	Rodgau-Jügesheim	40. Rodgauer Winterlaufserie / 2 http://www.jskrodgau.de	3
08.12.2019	10 km	Goldbach	35. Wintercrosslauf-Serie Goldbach, 6.Lauf	3
08.12.2019	10 km	Weiterstadt	34. Weiterstädter Nikolauslauf http://www.tus-tria.de	1
15.12.2019	18 km	Aachen	57. Winterlauf	1
15.12.2019	42,195 km	Malaga	Zurich Maraton de Malaga	1
15.12.2019	10 km	Mörfelden	8. Adventlauf der SKV Mörfelden in der 43. WL-Seri http://www.lg-mw.de	1
21.12.2019	5 km	Cape Town/ ZA	Greenpoint parkrun, Event 298	1
21.12.2019	45 km	Ginsheim-Gustavsburg	10. Mainzer Maarau Marathon	1
21.12.2019	10 km	Seligenstadt	43. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 2 http://www.tria-seligenstadt.de	2
21.12.2019	5 km	Seligenstadt	43. Seligenstädter Winterlaufserie, Lauf 2 http://www.tria-seligenstadt.de	1
29.12.2019	10 km	Frankfurt	41. Spiridon Mainova Silvesterlauf http://www.spiridon-frankfurt.de	63

Dezember 2019					Spiridon-Finisher
29.12.2019	4 km	Frankfurt	41. Spiridon Mainova Silvesterlauf	http://www.spiridon-frankfurt.de	5
29.12.2019	2 km	Frankfurt	41. Spiridon Mainova Silvesterlauf	http://www.spiridon-frankfurt.de	10
29.12.2019	21,0975 km	Gießen	Sparkasse Gießen Silvesterlauf 2019 Rund um den Sc	http://www.silvesterlauf-giessen.de	1
31.12.2019	10 km	Britzingen	Silvesterlauf Britzingen 2019		1
31.12.2019	10 km	Forchheim	32. Internationaler Forchheimer Silvesterlauf		1
31.12.2019	10 km	Griesheim	24. Griesheimer Silvesterlauf	http://www.laufen-in-griesheim.de	4
Wettbewerbe in diesem Monat: 21					Finisher: 113
Wettbewerbe in diesem Jahr: 305					Finisher: 1262