



Bahn-, Cross- und Straßenlaufen



Steckbrief

Name	Joachim Hülsmann
Jahrgang	1963
Geburtsort	Lohne / Oldenburg
Beruf	Krankenpfleger
beim ATS Buntentor seit	2005
bei den Roadrunners seit	
Sportliche Entwicklung	Über das Rudern zum Laufen gekommen Erste Winterlaufserie im Jahre 2000 1. Marathon Berlin im September 2000 in 3:50:00 Std.
Schwerpunktwettkämpfe	Marathon
sportliche Erfolge	Bremer Landesmeister Marathon AK M40 in Hamburg 2003
„Kommentierte Bestzeiten“ 	400m 800m 1.000m 1.500m Meile 3.000m 3.000m Hindernis 5.000m 10.000m 10km 38:05 Min. in Sottrum 2004 Halbmarathon 1:26:43 Std. NDM 2004 Bremerhaven 25km Marathon 2:59:22 Std. 24.04.2005 in Hamburg Ultraläufe
kurzfristige Zielsetzungen	schmerzfremde Teilnahme an Halbmarathonläufen
langfristige Zielsetzungen	Noch mal wieder Marathon laufen. Der 22. in Hamburg 2015 soll nicht der Letzte gewesen sein.
Aufgaben im Verein	Zum Adventlauf das Gedicht „Advent“ von Loriot vortragen.
„Lebensmotto, Philosophie, Bemerkungen“ oder was sonst noch in keinem „Steckbrief“ fehlen darf...	Gutes tun, fröhlich sein und die Spatzen pfeifen lassen!