ATS Buntentor Bremen e. V. – „LG Buntentor Roadrunners“ – Roadrunners Bremen e. V.

Bahn-, Cross- und Straßenlaufen

Steckbrief

Name	Ingo Müller
Jahrgang	1978
Geburtsort	Marburg
Beruf	Arzt
Beim ATS Buntentor seit	2013
Sportliche Entwicklung	Bis ich 16 war, habe ich mich in der Königsdisziplin dem 10-Kampf probiert. Irgendwann fand ich es aber doch besser statt 9 Disziplinen auf die 1500m zu warten, einfach nur noch zu laufen. Seitdem liebe ich es auf der Bahn oder im Gelände meine Runden zu drehen. Wenn es sein muss auch auf der Strasse. Erfolgreich war ich auch manchmal. Aber vor allem habe ich unglaublich viele nette Menschen kennengelernt, wunderschöne Momente erlebt und gefühlt 1000mal mich selbst bezwungen...
Schwerpunktwettkämpfe	Alles außer Marathon
sportliche Erfolge	2x deutscher Hochschulmeister (Cross und 5000m) Deutscher Vizemeister (Jugend/ Cross) Mehrfacher Norddeutscher/Niedersächsischer/Bremer Meister Mitglied Jugendnationalmannschaft (lange ist es her :-) Deutscher Seniorenmeister M 30 (10000m - Bahn)
„Kommentierte Bestzeiten“ 	400m: 51,86 min. (sehr lange her) 800m: 1:52 min. (lange her) 1.000m: 2:25 min. (lange her) 1.500m: 3:48 min. (lange her) Meile: 4:22 min. (lange her) 3.000m: 8:08 min. (lange her) 3.000m Hindernis: 9:21 min (sehr lange her) 5.000m: 14:07 min (lange her) 10.000m: 32:09 min. (nicht ganz so lange her) 10km: 30:35 min. (lange her) Halbmarathon: 1:19:.. h (fast vor kurzem) 25km Marathon
kurzfristige Zielsetzungen	Mal wieder 5000m auf der Bahn laufen
langfristige Zielsetzungen	Nicht immer nur langsamer werden :-)
Aufgaben im Verein	Wettkämpfen und mal hier und da helfen
„Lebensmotto, Philosophie, Bemerkungen“ oder was sonst noch in keinem „Steckbrief“ fehlen darf…	Laufen ist nicht alles, aber ohne Laufen ...na ja man kennt es...