

Hans Winzen

Baujahr: 1962

Wohnort: Rheinfelden

Verheiratet, 2 Kinder, Hausmann

Übungsleiter Kinderleichtathletik TV Karsau

Vorlieben: Pasta, Weizenbier, Reisen, Sport

Email: jung.winzen@t-online.de

Olympische Distanz:

09/2013 Murten (1,5-43-9,4) 2:37:30 AK 54/74 (33:25-1:16-47:32)

08/2012 Erlangen (1.5-40-11) 2:28 AK 8/26 GS 75/195 (28:56-1:06-48:15)

08/2010 Erlangen (1.5-40-11) 2:24 AK 6/25 GS 51/202 (27:42-1:05-46:33)

06/2010 Naturenergie Triathlon Rheinfelden 2:27h AK 7/23 GS 39/113

05/2010 Frauenfeld (800-35-7.2) 2:03h AK 20/48 GS 124/221

06/2009 Schloss Beuggen (800-40-10) 2:17h AK 6/9 GS 53/76

06/2008 Erbach Liga (1700-43-10) 2:46h

08/2007 Crailsheim 3:00h

06/2007 Erbach (1500-43-9.6) 2:42h

08/2006 Crailsheim 3:12h

Mitteldistanz:

06/2012 Heilbronn (2.0-70-15) 3:58:11 AK 17/23 GS 49/79 (36:38-2:06-1:12)

08/2009 Erlangen (2.0-80-20) 4:40h AK 19/60 GS 205/437

08/2008 Erlangen (2.0-80-20) 4:39h AK 13/55

06/2008 Murten (3.0-83-20) 5:28h AK 14/23

08/2007 Erlangen (2.0-80-20) 4:59h AK 27/54

Langdistanz:

07/2013 Frankfurt Ironman AK145/238 GS 1749/2500 12:20:49 (1:16-(6)-5:55-(6)-4:55)

09/2011 Zofingen Powerman AK 28/45 GS 212/296 (10-150-30) (44:56-2-5:07-4-3:04)

07/2011 Roth 11:19h AK 202/485 (1:15-(3)-5:39-(4)-4:19) GS 1194/2456 (2k mehr Rad)

09/2010 Cologne 226 11:53h GS 187/279 AK 37/59 (1:15-(5)-5:55-(5)-4:33)

07/2009 Roth 11:02h AK 103/338 (1:12-(5)-5:34-(4)-4:06)

10 km Lauf:

12/2013 10k Britzinger Silvesterlauf 46:51min AK 25/99 GS 263/993
10/2013 10,2k Inzlingen 46:51min AK 8/21 GS 45/116
08/2013 10,2k (184hm)Wehratallauf Wehr 49:31 AK 11/35 GS 94/286
01/2013 10,4k Adelhausen 48:12min AK 12/31
09/2012 7k Rheinfelder Stadtlauf 30:13 AK 1/3 GS 28/47
08/2012 10,2k (184hm)Wehratallauf Wehr 49:12 AK 8/28 GS 86/199 (Fußprobleme)
03/2012 10k Rheinfelder Lauftag 43:13min AK 5/9
03/2011 10k Rheinfelder Lauftag 44:03min AK 9/18
07/2010 6,5k Stadtlauf Rheinfeldens 25:26min AK 3/6 GS 8/23 (Pokal „schnellster
Rheinfeldener“)
01/2010 10,4k Adelhausen 47:05min AK 11/26
10/2009 10,2k Inzlingen 43:54min AK 4/11 GS 28/114
01/2009 10,4k Adelhausen 46:33min AK 8/29
04/2008 10,0k Birslauf 42:54min

Marathon:

03/2009 Kandel 3:31h
10/2008 Bräunlingen 3:41h
03/2008 HM Rheinfeldens 1:39h