



Bahn-, Cross- und Straßenlaufen



Steckbrief

Name	Henrik Schoppe
Jahrgang	1971
Geburtsort	Giessen
Beruf	Betrieblicher Marktforscher
beim ATS Buntentor seit	2017
bei den Roadrunners seit	---
Sportliche Entwicklung	Als Kind und Jugendlicher: Turnen, Fußball und Tischtennis (nacheinander) in Vereinen (Wiesbaden) Als Erwachsener: ein bisschen Fitness, insgesamt zu wenig Sport Seit 2015: regelmäßiges Laufen Seit 2017: Volksläufe
Schwerpunktwettkämpfe	HM, Marathon
sportliche Erfolge	AK-Platzierungen (1-3) bei Straßen-Volksläufen über 5km, 10km und HM
„Kommentierte Bestzeiten“	400m 800m 1.000m 1.500m Meile 3.000m 3.000m Hindernis 5.000m 10.000m 10km 39:07 (Bremen, 2017) Halbmarathon 1:26:07 (Bremen, 2017) 25km Marathon 3:14:51 (Berlin, Grunewald Run 2018) Ultraläufe
kurzfristige Zielsetzungen	<ul style="list-style-type: none"> - HM unter 1:26 - Marathon unter 3:10
langfristige Zielsetzungen	<ul style="list-style-type: none"> - Persönliche Laufgrenzen ausloten und dabei gesund bleiben - Marathon unter 3h - Einen (Volks)-Lauf gewinnen
Aufgaben im Verein	
„Lebensmotto, Philosophie, Bemerkungen“ oder was sonst noch in keinem „Steckbrief“ fehlen darf...	In jeder Krise steckt eine Chance

