

Frank Kyrion



Mit dem Laufen habe ich im Jahr 2006



angefangen.

Marion Sohni hat mit überredet mal einen Trainingslauf rund um die Wohnsiedlung in Weldergoven mitzulaufen.

Danach habe ich sofort ein Probetraining am Rothenbach absolviert.

Das hat mir so viel Spaß gemacht in der Gruppe zu Laufen und Erfahrungen mit anderen Läufern auszutauschen.

Am 07. März 2007 bin ich dann der LLG beigetreten.

Ich habe eine Urkunde vom 07.10.2006 über einen 10 km in Hangelar in 49:19 gefunden.

Mein erster Marathon war am 05.10.2008 in Köln in 3:45:29 h.

Meine Bestzeit auf 10 km war 2008 in 43:18 Mönchsheide-Waldlauf in Bad Breisig

Mein Highlight war der Huy-Burgen-Lauf über 55 km am 08.05.2011 mit Familie Kucher

