

Januar 1995				Spiridon-Finisher
07.01.1995	10 km	Jügesheim	Volkslauf	14
08.01.1995	1 km	Frankfurt-Kalbach	Bahnlauf	1
22.01.1995	10 km	Rüsselsheim	Lindenseelauf	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 3				Finisher: 16
Februar 1995				Spiridon-Finisher
04.02.1995	10 km	Jügesheim	Volkslauf	21
12.02.1995#####	km	Mörfelden	Halbmarathon	12
19.02.1995	15 km	Herten-Bertlich	Volkslauf	1
25.02.1995	10 km	Groß-Gerau	Volkslauf	3
25.02.1995	5 km	Marburg	Bahnlauf	1
26.02.1995	60 km	Marburg	Ultramarathon	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 6				Finisher: 39
März 1995				Spiridon-Finisher
05.03.1995#####	km	Frankfurt	Halbmarathon	58
12.03.1995#####	km	Kandel	20. Intern. Bienwald Marathon	3
19.03.1995#####	km	Bad Kreuznach	Halbmarathon	4
19.03.1995	10 km	Bad Kreuznach	Volkslauf	2
19.03.1995#####	km	Barcelona	Catalunya Marathon	2
19.03.1995	30 km	Friedberg	Rund um den Winterstein	19
19.03.1995	10 km	Friedberg	Rund um den Winterstein	2
19.03.1995#####	km	Sylt	Syltlauf	1
27.03.1995#####	km	Kassel	marathon	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 9				Finisher: 92
April 1995				Spiridon-Finisher
02.04.1995	10 km	Seligenstadt	Volkslauf	3
08.04.1995	50 km	Rodenbach	1. Offene Deutsche 50 km-Meisterschaften	1
08.04.1995#####	km	Rodenbach	Rodenbach	1
09.04.1995#####	km	Hamburg	Lauf durch das alte Land	1
15.04.1995	25 km	Jügesheim	18. Intern. Osterlauf	15

April 1995				Spiridon-Finisher
15.04.1995	10 km	Jügesheim	18. Intern. Osterlauf	11
23.04.1995	20 km	Offenbach	18. Intern. Volkslauf	12
25.04.1995	3 km	Darmstadt	Bahnlauf	1
30.04.1995#####	km	Hamburg	10. Hamburg-Marathon	38
Wettbewerbe in diesem Monat: 9				Finisher: 83

Mai 1995				Spiridon-Finisher
07.05.1995	20 km	Langenhain	Frühjahrsvolkslauf	2
07.05.1995	10 km	Langenhain	Frühjahrsvolkslauf	1
10.05.1995	1 km	Friedberg	bahnlauf	1
14.05.1995#####	km	Hannover	Hannover Marathon	3
19.05.1995#####	km	Oberhof	Rennsteiglauf	3
Wettbewerbe in diesem Monat: 5				Finisher: 10

Juni 1995				Spiridon-Finisher
03.06.1995#####	km	Lampertheim	7. Spargelfestlauf	2
03.06.1995	10 km	Lampertheim	7. Spargelfestlauf	3
04.06.1995	10 km	Frankfurt-Schwanheim	Pfingstlauf	8
05.06.1995	20 km	Kelkheim-Hornau	21. Intern. Volkslauf	3
05.06.1995	10 km	Kelkheim-Hornau	21. Intern. Volkslauf	3
07.06.1995	100 km	Biel	Biel-Marathon	7
07.06.1995	58,5 km	Biel	Biel-Marathon	1
09.06.1995	82 km	Hanau-Steinheim	Brüder-Grimm 5-Etappenlauf	5
14.06.1995	1,5 km	Wetter	Bahnlauf	1
23.06.1995	10 km	Niederrodenbach	2. Schneller Zehner	9
29.06.1995	5 km	Ludwigshafen	Bahnlauf	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 11				Finisher: 43

Juli 1995				Spiridon-Finisher
02.07.1995	15 km	Friedrichsdorf	12. Friedrichsdorfer Stadtlauf	3
07.07.1995	3 km	Gießen	Bahnlauf	1
15.07.1995	1 km	Wetzlar	Bahnlauf	1

Juli 1995				Spiridon-Finisher
23.07.1995#####	km	Bad Brückenau	7. Lauf Rund um die Heilquelle	18
23.07.1995	10 km	Bad Brückenau	7. Lauf Rund um die Heilquelle	9
25.07.1995	67 km	Davos	Swiss Alpine Marathon	1
29.07.1995	67 km	Davos	Swiss-Alpine-Marathon	7
29.07.1995	28 km	Davos	Landwasserlauf	1
30.07.1995	20 km	Hausen	19. Int. Hausener Volkslauf	3
Wettbewerbe in diesem Monat: 9				Finisher: 44

August 1995				Spiridon-Finisher
02.08.1995	1,5 km	Pfungstadt	Bahnlauf	1
10.08.1995	1,5 km	Limburgerhof	bahnlauf	1
15.08.1995	3 km	Mainz	Bahnlauf	2
19.08.1995	16,1 km	Schorten	9. Int. Schortener Jever Fun Lauf	1
20.08.1995	10 km	Gerlingen	11. Dt. Ärzte- und Apothekermeisterschaft	1
27.08.1995#####	km	Egelsbach	17. Koberstädter Waldmarathon	4
27.08.1995#####	km	Egelsbach	17. Koberstädter Waldmarathon	22
29.08.1995	5 km	Wiesbaden	Bahnlauf	2
Wettbewerbe in diesem Monat: 8				Finisher: 34

September 1995				Spiridon-Finisher
02.09.1995	55,5 km	Amrum	2. Intern. Ultramarathon	1
02.09.1995	10 km	Obernhain	Volklauf	5
02.09.1995#####	km	Usedom	XVI. Intern. Usedom Marathon	1
02.09.1995#####	km	Usedom	Usedomer Halbmarathon	2
06.09.1995	3 km	Pfungstadt	Bahnlauf	2
10.09.1995	16,1 km	Kiel	10. Kieler-Lauf	1
10.09.1995	10 km	Rot	16. Nat. Straßenlauf	1
10.09.1995#####	km	Twistesee/ Arolsen	Twistesee-Lauf	1
16.09.1995#####	km	Dülmen	Rund um das Sportzentrum Nord	1
16.09.1995	10 km	Wetzlar	Hessische Meisterschaft Bahnlauf	1
16.09.1995	100 km	Winschoten (Niederlande)	100-km-Lauf	1
17.09.1995#####	km	Karlsruhe	13. Intern. Karlsruher Marathon	3
17.09.1995#####	km	Neu-Isenburg	19. Intern. Hugenottenlauf	31

September 1995				Spiridon-Finisher
17.09.1995	10 km	Neu-Isenburg	19. Int. Hugenottenlauf	12
24.09.1995	10 km	Kronberg	16. Intern. AltkönigVolkslauf	9
24.09.1995#####	km	Niederrodenbach	22. Nat. Halbmarathon	5
24.09.1995	5 km	Wetzlar	Bahnlauf	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 17				Finisher: 78
Oktober 1995				Spiridon-Finisher
08.10.1995#####	km	Schwarzwald-Marathon	Marathon	1
15.10.1995	10 km	Offenbach	3. Offenbacher Mainuferlauf	5
16.10.1995#####	km	Offenbach	Mainuferlauf	16
21.10.1995	10 km	Walldorf	9. Waldlauf	7
28.10.1995	44 km	Schwäbische Alb	Lauf über 44 km	1
29.10.1995#####	km	Frankfurt	14. Frankfurt-Marathon	79
Wettbewerbe in diesem Monat: 6				Finisher: 109
November 1995				Spiridon-Finisher
12.11.1995#####	km	New York	26. NYC-Marathon	1
26.11.1995#####	km	Bangkok, Thailand	Marathon	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 2				Finisher: 2
Dezember 1995				Spiridon-Finisher
03.12.1995#####	km	Macau	Marathon	2
31.12.1995	10 km	Frankfurter Waldstadion	17. Frankfurter Silvesterlauf	1
Wettbewerbe in diesem Monat: 2				Finisher: 3
Wettbewerbe in diesem Jahr: 87				Finisher: 553