

Sted	Dato	Tid	Ultra Km
1 London 2004	18.04.2004	04:23:04	
2 London 2005	17.04.2005	03:57:35	
3 Sønderborg 2005	23.10.2005.	03:59:00	
4 HC Andersen Marathon 2006	17.09.2006	03:49:46	
5 SocialMarathon 2006	31.12.2006	04:30:00	
6 Elb Tunnel 2007	28.01.2007	03:50:00	
7 Husum Marathon 2007	03.03.2007	03:46:52	
8 Uhrskovs Marathon 2007	01.04.2007	04:18:23	
9 HC Andersen Marathon 2007	23.09.2007	03:34:00	
10 Århus Natmarathon 2007	24.10.2007	03:47:00	
11 Elb Tunnel 2008	24.01.2008	04:06:28	
12 7. Untertage Marathon Sondershausen	05.12.2008	05:28:27	
13 Hamburg Marathon 2009	26.04.2009	03:58:37	
14 Horsens Fængsels marathon	02.05.2009	04:30:00	
15 Berlin Marathon 2009	20.09.2009	03:41:21	
16 Århus Natmarathon 2009	25.10.2009	03:45:21	
17 Gløgg og Æbleskive 2009	28.11.2009	03:51:24	
18 Danmarks Mørkeste Marathon	20.12.2009	04:22:00	
19 Merkeser Kristall Marathon	28.02.2010	04:06:15	
20 Hamburg Marathon 2010	25.04.2010	03:40:17	
21 Kalkmine løbet. Mønsted/Daugbjerg	13.05.2010	04:22:02	
22 Gletchermarathon - Pitztal Østrig	04.07.2010	03:37:56	
23 Berlin Marathon 2010	26.09.2010	03:31:45	
24 Kaltenkirchen - Helmuth Jung	09.10.2010	03:52:38	
25 Århus Natmarathon 2010	31.10.2010	03:54:39	
26 9. Untertage Marathon - Sondershausen	04.12.2010	04:28:55	
27 Dr. Nielsen Vintermarathon	23.01.2011	03:53:40	
28 LPM #005 Störbrücke - Itzehoe	05.02.2011	03:45:40	
29 Kiel Marathon	26.02.2011	03:41:02	
30 2. Ebberup Cannonball Marathon	20.03.2011	03:32:54	
31 Hamburg Marathon	22.05.2011	03:55:34	
32 Kalkmine løbet Mønsted/Daugbjerg	02.06.2011	04:43:29	
33 Kaltenkirchen - Helmuth Jung	02.10.2011	04:12:14	
34 Amsterdam	16.10.2011	03:49:54	
35 Århus Cannonball Marathon Nr. 12	22.10.2011	04:09:15	
36 Janne Henriksen Andersen Marathon	02.11.2011	04:19:59	
37 10. Untertage Marathon - Sondershausen	03.12.2011	04:43:24	
38 Running Shushi Randers	11.12.2011	03:50:53	
39 Öjendorfer See	28.12.2011	03:58:44	

40	Kalundborg Vintermarathon	08.01.2012	03:55:44
41	Dr. Nielsen Vinter hygge Mararthon Vejle	22.01.2012	03:53:22
42	Fænøsund Cannonball	05.02.2012	04:23:30
43	Holstebro Bymarathon	19.02.2012	04:06:07
44	Kiel Marathon	25.02.2012	03:54:11
45	Husum Vintermarathon	03.03.2012	04:02:01
46	Motorvejsløbet Kliplev	24.03.2012	03:52:13
47	Fruens Bøge	09.04.2012	04:16:18
48	London Marathon	22.04.2012	03:58:46
49	Skjern Å	28.04.2012	04:12:57
50	Kalkmine løbet Mønsted/Daugbjerg	17.05.2012	04:36:01
51	Randers Marathon	10.06.2012	03:55:27
52	Rendsburg Marathon	17.06.2012	03:50:48
53	Rold Skov Marathon	08.07.2012	04:13:00
54	Fjelstrup Marathon	29.07.2012	04:08:55
55	Rostock Marathon	04.08.2012	03:42:38
56	Kaltenkirchen Marathon	23.09.2012	03:53:09
57	Varde Marathon	07.10.2012	03:41:31
58	Fruens Bøge	21.10.2012	03:52:04
59	Århus Natmarathon	28.10.2012	04:00:26
60	Bramming Cannonball	03.11.2012	03:58:41
61	Bagerens Fødselsdag	11.11.2012	04:02:21
62	Bramming Cannonball	25.11.2012	04:17:59
63	12.12.12 Åbenrå	12.12.2012	04:10:38
64	20.12 2012 20.12 Marathon - Stephan Grabow, Horsen	20.12.2012	04:09:58

65 Fruens Bøge Regionsmarathon	12.01.2013	04:21:31
66 Dr. Nielsen Vejle	20.01.2013	04:05:10
67 Speedwaykørersens fødselsdagsmarathon	02.02.2013	04:05:45
68 Kiel Marathon	23.02.2013	03:52:37
69 41. Husum Vintermarathon	02.03.2013	03:49:34
70 Skærtorsdags marathon i Marbæk	28.03.2013	04:08:22
71 Bygholm Park Marathon	01.04.2013	04:15:53
72 4. Aabenraa Cannonball	07.04.2013	03:52:35
73 Hamburg marathon	21.04.2013	03:35:30
74 Bramming cannonball (Torben's 100 marathon)	27.04.2013	03:39:54
75 Hannover marathon	05.05.2013	04:00:00
76 Naturstimarathon	09.05.2013	03:50:20
77 Skechers Ultra Bramming	19.05.2013	03:47:27
78 Hannerup Cannonball	25.05.2013	04:02:00
79 Jubii Øl Marathon	01.06.2013	04:23:27
80 Fruens Bøge Grundlovsmarathon	05.06.2013	03:55:50
81 Randers erstatningsmarathon	09.06.2013	03:48:58
82 Fr. Nielsen Summerlight	30.06.2013	03:41:16
83 Mjølner Marathon	06.07.2013	03:55:44
84 Vornæs rundt - Tåsinge	18.08.2013	03:42:12
85 Jesper Steffensen's 100 Marathon Åbenrå	24.08.2013	03:51:10
86 Kolding Motion Cannonball #1	16.09.2013	03:44:30
87 Fruens Bøge	06.10.2013	03:48:20
88 Hannerup Cannonball	12.10.2013	03:47:16
89 Sølvbryllupsmarathon, Grenå (Søren Rønn)	19.10.2013	03:38:30
90 Stenhøj trailcannonball	09.11.2013	04:30:00
91 Fruens Bøge	17.11.2013	03:48:30
92 Horsens Æbleskivemarathon	24.11.2013	03:55:45
93 1. Idstedtsee marathon	07.12.2013	03:55:30
94 Hannerup Cannonball	21.12.2013	04:06:06
95 Morud Nytårsmarathon	30.12.2013	03:49:45

96 Dr. Nielsen Vejle	19.01.2014	03:42:21
97 Åbenrå cannonball	08.02.2014	03:38:30
98 Kiel Marathon	22.02.2014	03:30:49
99 Husum Wintermarathon	01.03.2014	03:30:22 PR
100 Ib's marathon nr. 100 - Kolding motion	06.04.2014	03:46:07
101 Hannover marathon	27.04.2014	03:42:09
102 Hannerup Cannonball	24.05.2014	04:17:25
103 Skechers Ultra Bramming	08.06.2014	04:04:48
104 Hannerup Cannonball	05.07.2014	03:50:48
105 Horsens Cannonball Skov og Strand	23.08.2014	03:40:10
106 Horsens Cannonball - Jan Gram 100	04.10.2014	03:56:10
107 Hannerup Cannonball	01.11.2014	03:56:59
108 Ikast Adventsmarathon	30.11.2014	03:43:15
109 Løb4Andre Cannonball - Åbenrå	20.12.2014	04:13:22
110 Fredericia cannonball	27.12.2014	03:54:03
111 Dr. Nielsen Vinterhygge marathon	18.01.2015	03:58:39
112 Trelldenæs Cannonball #13 Trailedition	24.01.2015	04:48:00
113 Hejls Nor Løbet	25.05.2015	04:15:42
114 Jubii Øl Marathon	06.06.2015	04:30:01
115 Karin Eriksen Nr. 100	13.06.2015	04:05:45
116 Segeberger Forstmarathon	21.06.2015	03:58:37
117 Kalthenkirchen	05.07.2015	04:28:09
118 Møllebjerg cannonball	18.07.2015	04:03:31
119 Herre Marathon - Jan Gram's 50 års fødselsdag	25.07.2015	04:07:00
120 Rødekro Cannonball	23.08.2015	03:49:17
121 Fanø Marathon	12.09.2015	04:09:49
122 Vognsbølparkens cannonball nr 1	20.09.2015	03:58:10
123 Alice Kristensen nr. 100	10.10.2015	03:58:10
124 Vognsbølparkens Cannonball 2	25.10.2015	04:03:15
125 Ikast Linda Kempel 100	31.10.2015	03:51:15
126 Fruens Bøge Adventsmarathon	29.11.2015	04:01:15
127 Julemandsløbet Skamling 2015	13.12.2015	04:24:58
128 Aabenrå	19.12.2015	03:54:50
129 Morud Marathon	30.12.2015	04:07:15
130 Dr. Nielsen vinterhyggemarathon	24.01.2016	04:28:38
131 Hannover marathon	10.04.2016	03:49:08
132 Hjerl hede naturløb	13.08.2016	04:54:27
133 Rantzausminde cannonball	14.08.2016	04:27:40
134 Nordborg marathon	27.08.2016	03:58:58
135 Fanø Marathon	10.09.2016	04:18:35
136 Troll run Vejen	05.11.2016	04:09:49
137 Hannerup Trail Marathon	26.11.2016	05:43:44
138 Julemandsløbet Skamling 2016	11.12.2016	04:44:27
139 Ugen før løbet Aabenraa	17.12.2016	04:01:17
140 Juleløb Kolding Motion	23.12.2016	04:07:37
141 Vognsbølparkens Marathon	28.12.2016	04:10:41
142 Dr. Nielsen Vinterhygge Marathon	22.01.2017	03:53:04
143 Vognsbølparkens Marathon	24.03.2017	04:02:06
144 Rantzausminde cannonball	07.05.2017	04:11:15
145 Vognsbølparkens Marathon	12.05.2017	03:54:36

146 Flensborg Marathon	04.06.2017	03:45:09
147 Aabenraa Bjergmarathon 2017	17.06.2017	03:57:04
148 Skechers GoRun Bramming 2017	18.06.2017	03:57:19
149 Vognsbølparkens Marathon	08.07.2017	03:53:01
150 Kolding Ultrarun	20.08.2017	04:24:24
151 Randdal Cannonball	02.09.2017	04:05:00
152 Fanø marathon	09.09.2017	03:50:00
153 Fruens Bøge marathon	14.10.2017	03:48:40
154 Vognsbølparkens Marathon	21.10.2017	03:46:39
155 TrollRun - Vejen	04.11.2017	03:54:42
156 Fruens Bøge Marathon	11.11.2017	03:38:35
157 Vognsbølparkens Marathon	28.12.2017	04:16:32
158 Hollufgaard nytårs marathon	30.12.2017	04:21:22
159 Dr. Nielsen vinterhyggemarathon	21.01.2018	04:16:11
160 Ejgil's nr. 100 - Kolding	18.02.2018	04:30:00
161 Mogens nr. 100 - Kolding	25.03.2018	04:37:45
162 Rantzausminde cannonball	06.05.2018	04:55:27
163 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	21.05.2018	04:27:06
164 Vognsbølparkens Marathon	27.05.2018	04:27:05
165 Regionsmarathon Givskud	03.06.2018	04:14:36
166 Hollufgaard cannonball	21.06.2018	03:57:09
167 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	26.06.2018	04:07:34
168 Vognsbølparkens Marathon i Marbæk plantage	30.06.2018	04:38:52
169 Cannonball i Bjerre skov	07.07.2018	05:37:34
170 Rødekro Cannonball	19.07.2018	03:54:09
171 Dannewirke marathon	05.08.2018	04:14:51
172 Rantzausminde cannonball	12.08.2018	04:24:46
173 Kolding Ultra run	19.08.2018	04:03:30
174 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	26.08.2018	03:54:45
175 SG Cannonball - Kim Hammerich 400	09.09.2018	03:57:34
176 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	16.09.2018	03:57:17
177 Randdal Fredericia	13.10.2018	04:06:41
178 Fruens Bøge efterårsferiemarathon	20.10.2018	03:52:26
179 Stagevold trail cannonball	03.11.2018	04:41:58
180 Fredericia Randal cannonball	24.11.2018	04:09:01
181 Malaga Marathon	09.12.2018	03:41:57
182 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	15.12.2018	03:45:00
183 Julemarathon Kolding	23.12.2018	04:42:10
184 Hollufgård	06.01.2019	04:07:01
185 DR Nielsen	20.01.2019	04:17:24
186 Vognsbøl Marathon	26.01.2019	04:08:26
187 Thurø Marathon Danmark	15.02.2019	04:25:58
188 Thy Trail Marathon	23.02.2019	04:46:13
189 Funky Marathon Odense	03.03.2019	04:13:47
190 Glamsbjerg marathon	23.03.2019	04:30:51
191 Øhavssti egebjerg til Svanninge bakker	31.03.2019	05:13:21
192 Thurø Marathon Damark - Løbeshop	07.04.2019	04:34:13
193 Rantzausminde Lars Tuxen 100	11.05.2019	04:30:40
194 Vognsbølparken Marathon	26.05.2019	04:14:01
195 Elb tunnel marathon	02.06.2019	03:55:52
196 Aabenraa Bjergmarathon	22.06.2019	03:58:27
197 Rydså Torsdagshyggemarathon	27.06.2019	04:12:45

198 Thurø Marathon Danmark Peter's nr. 100	06.07.2019	03:58:38
199 Rødekro Cannonball (Kl. 17)	23.07.2019	04:14:35
200 Kolding Ultra Run Marathon	25.08.2019	04:44:38
201 Meins Running løbet - Starup	20.10.2019	03:53:08
202 Trollrun 2019	02.11.2019	03:45:07
203 Danmarks Dårligste marathon - Horsen	07.12.2019	05:43:09
204 KM Julemarathon	22.12.2019	04:17:42
205 Dr Nielsen vinterhygge marathon	19.01.2020	04:12:46
206 Løbeshop Danmark - Ringe	05.06.2020	04:08:00
207 Batman Cannonball - Pia's nr. 200	05.07.2020	04:12:12
208 Lisbeth nr. 100 halvmarathon - Kolding	02.08.2020	04:29:43
209 Starup - Jesper Meins	27.09.2020	04:14:11
210 Øhavsstien Etape 1 Falsled-Svanninge-Falsled	18.10.2020	05:18:03
211 Funky Bågå Maratho	07.11.2020	04:33:08
212 Funky Middelfart marathon	15.11.2020	04:42:23
213 Funky Strynø marathon	29.11.2020	04:14:20
214 Funky Hjarnø Marathon	12.12.2020	04:50:57
215 3 i en marathon, Vejle	30.12.2020	04:48:07
216 Horsens GPX Marathon	07.03.2021	05:00:22
217 Horsens GPX Marathon	21.03.2021	04:41:05
218 Påskeægsmarathon Kolding	27.03.2021	05:10:58
219 Midtfyn Cannonball	01.04.2021	03:59:34
220 Midtfyn Cannonball	17.04.2021	03:54:10
221 Barsø Funky Marathon	24.04.2021	04:56:10
222 Bogense funky Marathon	09.05.2021	04:09:17
223 Midtfyn Cannonball Marathon	16.05.2021	04:07:17
224 Silkeborg Funky Marathon	22.05.2021	04:26:45
225 Midtfyn Cannonball Årsløv	19.06.2021	04:28:32
226 Mjølner Marathon Assens	26.06.2021	04:25:08
227 Øhavsstien GPX	03.07.2021	05:15:06
228 Swiss Alpine	25.07.2021	07:06:17
229 Thy Trail marathon	07.08.2021	05:03:07
230 Øhavsstien GPX	15.08.2021	04:47:04
231 Kolding Ultra Run	22.08.2021	04:38:58
232 Jens Mogensen nr. 100 Kerteminde Cannonball	23.10.2021	03:56:31
233 Trollrun Vejen	06.11.2021	03:56:04
234 Kolding Julemarathon KM	19.12.2021	04:52:39
235 Hollufgaard - Jørgen Meier mindeløb	30.12.2021	04:24:38
236 Midtfyn Cannonball - Nytårsløb	02.01.2022	04:37:48
237 Dr. Nielsen Vinterhygge marathon	16.01.2022	04:04:58
238 Funky Nørreskov Marathon, Sdr.Stenderup	29.01.2022	05:07:50
239 Thy Trail Marathon	26.02.2022	05:16:47
240 Danmarks Grimmeste marathon - Brabrand	20.03.2022	04:18:31
241 Lønne Trail	02.04.2022	05:21:12
242 Øhavssten etape 1 Falsled Svanninge Falsled	23.04.2022	05:14:28
243 Randers fjord færgemarathon	01.05.2022	04:58:01
244 Øhavsstien etape 3	04.06.2022	04:48:55
245 Musvåge skovløb	18.06.2022	05:58:41
246 Øhavsstien etape 4	02.07.2022	05:28:57
247 Århus - Saksild Cannonball Marathon	09.07.2022	04:41:18

248 Pandekageløbet	14.08.2022	04:22:24
249 Nordfyns Cannonball - Franks nr. 300 ½	24.09.2022	04:10:30
250 Den fynske ølrute marathon Søby Ærø	15.10.2022	04:57:27
251 Svampebob Marathon Fyn	22.10.2022	05:02:00
252 Kolding cannonball #3	05.11.2022	05:36:00
253 Bagerens fødselsdag 11.11	11.11.2022	04:44:53
254 Jeanette 200 Kerteminde	03.12.2022	04:52:09
255 Tina nr. 100 - Rundt om Kolding	28.01.2023	05:16:54
256 Hvalsø Cannonball - ORØ	16.04.2023	05:16:58
257 Hannerup Canonball 10 år	20.05.2023	04:25:25
258 Jens Mogensen nr. 300 Veflinge	18.06.2023	04:47:11
259 Østengård Marathon, Skibet Vejle	01.07.2023	05:21:36
260 Skovridder Cannonball - GPX, Aabenraa	30.09.2023	05:08:13
261 Fanø Cannonball - Kommuneserie Vest	27.10.2023	04:53:29
262 Randdal Cannonball	11.11.2023	04:33:57
263 Kolding Julemarathon	17.12.2023	04:45:54
264 Lars Svaneberg 200, Kerteminde	23.12.2023	04:38:03
265 Dr. Nielsen Vinterhyggemarathon	14.01.2024	04:54:00
266 Thy Trail marathon	24.02.2024	06:42:01
267 Skovriddercannonball Hamanns nr. 100	23.03.2024	05:27:22
268 15 Søer GPX marathon Silkeborg	07.04.2024	05:56:10
269 Øhavsstien Falsled-Svanninge	27.04.2024	05:52:47
270 Øhavsstien Egense - Lundeberg	08.06.2024	06:00:59
271 Aabenraa Bjergmarathon	22.06.2024	04:46:13
272 HCBM Elmelund	07.07.2024	05:39:46
273 Stribemarathon 51 Hans Lindhøj 100, Ikast	28.07.2024	04:25:56
274 Wild West Marathon Ringkøbing	03.08.2024	04:55:16
275 Kim Hammerich nr. 600, Odense	24.08.2024	05:18:48
276 Kommunemarathon, Assens	05.10.2024	04:37:36
277 Karen Gad Nr. 100, Løgum Kloster	27.10.2024	04:29:30
278 Trollrun Vejen	02.11.2024	04:34:39
279 Kolding Juleløb	21.12.2024	05:01:50
280 Brædstrupmarathon Per Jakobsen	27.12.2024	04:54:30
281 Dr Nielsen Vinterhyggemarathon	19.01.2025	04:43:21
282 Fredericia Cannonball	09.02.2025	04:56:36
283 Thy Trail marathon	22.02.2025	06:13:49
284 Nicky nr. 300 Glamsbjerg	01.03.2025	04:49:38
285 Rom Marathon	16.03.2025	04:23:03
286 Vatikan PopUp Marathon	17.03.2025	04:38:09
287 Rundt om Kolding - Brick Run	06.04.2025	05:33:35
288 Brickrun - Kolding Marathon - Fjorden.	04.05.2025	04:57:26
289 Gejsing Cannonball	08.06.2025	04:59:33
290 Randdal cannonball #79	28.06.2025	05:15:00
291 Østengård GPX marathon	05.07.2025	05:41:41
292 Kolding Marathon - Brickrun	07.08.2025	04:58:57
293 HCBM MUltiAtleten Odense	23.08.2025	04:36:25
294 Randal Cannonball #80	13.09.2025	04:37:57
295 Thurø Cannonball	05.10.2025	04:41:27
296 ØI Marathon Ærø	11.10.2025	04:57:53
297 HCBM Stenløseskoven Odense	25.10.2025	04:35:12
298 Trollrun Vejen	01.11.2025	04:55:27

299 Marathon Danmark Kommuneserie vest Kolding	09.11.2025	04:39:33
300 Kolding Julemarathon	21.12.2025	04:37:58
301 Hollufgård Nytårsmarathon - Jeanette nr. 300	30.12.2025	04:20:57

Gennemsnit 04:18:25

ULTRALØB

1 6 timers løb Slagteriløb Horsens	17.04.2011	62,8 km 6 timer
2 Grenå 6 timer	15.11.2014	61,8 Km 6 timer
3 HarzQuerung	25.04.2015	51 km 5:51:00
4 Grenaa 6 timer	21.11.2015	62,375 Km 6 timer
5 Julsø Ultra 2016	23.04.2016	59,5 Km 07:40:58
6 Kalmineløbet Badman	05.05.2016	52,7 Km 5:58:39
7 Gutsmuth Rennstieglauf	21.05.2016	73 Km 10:13:13
8 Zugspitze Ultra trail	18.06.2016	101,6 Km 23:24:00
9 Julsø Ultra 60 Km	29.04.2017	58 Km 7:51:03
10 Kalkmineløbet - Badman	25.05.2017	52,7 Km 6:04:16
11 Grenå 6 timer	17.11.2018	64,1 Km
12 Bygholm Sø Ultra	02.02.2019	50 Miles 8:31:31
Hexenstieg ultra	28.04.2019	110 Km DNF
13 Chiemgauer100	03.08.2019	60 km 12:14:48
14 Kobolt 2019 - Auge Um Auge	23.11.2019	73 km 11:43
15 Dansih Ultra Solstice 63 Km	22.06.2020	63 km 10:15
16 Høfde Ultra trail 50 Km	29.08.2020	50 Km 07:58:00
17 Gutsmuth Rennstieglauf	02.10.2021	75 Km 08:56:46
18 Kleiner Kobolt 140 Km	27.11.2021	140 Km 27:01:00
19 Kalkmineløb - Dracula	26.05.2022	73,8 Km 7 runder

