



## Soufiane BOUCHIKHI

LONG – SENIOR

NE LE **22/03/1990**

CLUB ACTUEL **CABW**

ENTRAINEUR **LUK VERLAENEN**

STATUT **HAUT NIVEAU**

### RECORDS PERSONNELS

5000m	<b>13.33.09</b>	Heusden	07/07/2012
10 000m	<b>28.11.04</b>	Leiden (NED)	11/06/2016
Semi-marathon	<b>1h03.45</b>	La Haye (NED)	08/03/2015

### PALMARES INTERNATIONAL

2008	CE Junior Cross	Cross		39 <sup>e</sup>	Bruxelles
2009	CE Junior Cross	Cross		11 <sup>e</sup>	Dublin (IRL)
	CE Junior	10 000m	31.46.38	7 <sup>e</sup>	Novi Sad (SRB)
2010	CE Junior Cross	Cross		56 <sup>e</sup>	Albufeira (POR)
2011	CE Espoir	5000m	14.32.71	16 <sup>e</sup>	Ostrava (CZE)
2012	CE Espoir Cross	Cross		2 <sup>e</sup>	Budapest (HON)
2013	CE Cross	Cross indiv.		28 <sup>e</sup>	Belgrade (SRB)
	CE Cross	Cross équipe		2 <sup>e</sup>	Belgrade (SRB)
2014	CE	5000m	14.17.43	15 <sup>e</sup> , fin.Dir	Zurich (SUI)
2015	Universiades	10.000m	29.24.21	5 <sup>e</sup>	Gwangju (KOR)
	Universiades	Semi-marathon	1h06.04	4 <sup>e</sup>	Gwangju (KOR)
2016	CE	10 000m	29.03.74	7 <sup>e</sup>	Amsterdam (NED)
	CE	semi-marathon	1h05.31	28 <sup>e</sup>	Amsterdam (NED)

### PALMARES NATIONAL

2008	CB jun	5000m	15.04.27	1er	Herve
------	--------	-------	----------	-----	-------

## TITRES FRANCOPHONES TOUTES CATEGORIES

Outdoor -  
Indoor -

### EVOLUTION

		Club	3000m	5000m	10 000m	Semi-marathon	1500m
2007	Scolaire	OLSE	8.33.96	-	-	-	3.57.67
2008	Junior	OLSE	8.23.26	14.59.01	-	-	3.55.60
2009	Junior	OLSE	8.25.15	14.18.17	29.58.33	-	3.55.70
2010	Espoir	OLSE	-	14.01.71	-	-	-
2011	Espoir	OLSE	8.05.68	13.54.37	-	-	-
2012	Espoir	OLSE	-	13.33.09	28.35.91	-	-
2013	Senior	OLSE	-	13.40.02	-	-	-
2014	Senior	OLSE	-	13.37.16	-	-	-
2015	Senior	CABW	-	13.38.78	28.48.66	1h03.45	-

