



# 4. Werratalmarathon, Halbmarathon, Staffel

Treffurt / 02.04.2023

## Exploitation détaillée

**Stern, Lars Henrik**

Association: LSG Kassel

Dossard: 653

Circuit: 42.20 km

Marathon

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 3:13:27

Vitesse: 13.03 km/h

Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 2 (de 63)

Place par parcours/Hommes: 2 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 3:03:52

Place par catégorie: 1 (de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:13:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Ifta	11.70	55:12	4:43	1	-	2	3:45	11.70	55:12	4:43	1	-	2	3:45	11.70	55:12	4:43	1	-	2	3:45	1	-	2	3:45	1	-	2	3:45
Buchenau	11.80	52:16	4:25	1	-	2	1:50	23.50	1:47:28	4:34	1	-	2	5:35	23.50	1:47:28	4:34	1	-	2	5:35	1	-	2	5:35	1	-	2	5:35
Frankenroda	9.40	43:12	4:35	1	-	2	2:29	32.90	2:30:40	4:34	1	-	2	8:04	32.90	2:30:40	4:34	1	-	2	8:04	1	-	2	8:04	1	-	2	8:04
Treffurt	9.30	42:47	4:36	1	-	2	1:31	42.20	3:13:27	4:35	1	-	2	9:35	42.20	3:13:27	4:35	1	-	2	9:35	1	-	2	9:35	1	-	2	9:35