



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Herting, Falko

□□: RSV Meiningen

□□: 915

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 2:17:45

□□: 13.07 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 31)

□□□□□/□: 2 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 2:17:45

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|------|---------|---------|---------|---------|
| Pleß | 18.00 | 1:24:49 | 4:42 | 1 | - | 2 | 1:30 | 18.00 | 1:24:49 | 4:42 | 1 | - | 26 | |
| Pleß | 4.00 | 20:38 | 5:09 | 1 | - | 2 | 0:50 | 22.00 | 1:45:27 | 4:47 | 1 | - | 26 | |
| Festplatz | 8.00 | 32:18 | 4:02 | 1 | - | 1 | - | 30.00 | 2:17:45 | 4:35 | 1 | - | 2 | 0:33 |