



# 8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Große, Achim

□□: LV Sonneberg

□□: 909

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 2:27:30

□□: 12.20 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 31)

□□□□□/□: 4 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 2:17:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:30:53	5:02	2	7:34	5	7:34	18.00	1:30:53	5:02	2	7:34	24	
Pleß	4.00	21:33	5:23	2	1:45	4	1:45	22.00	1:52:26	5:06	2	9:19	24	
Festplatz	8.00	35:04	4:23	2	0:59	5	2:46	30.00	2:27:30	4:55	2	10:18	4	10:18