



# 8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Pöschel, Jörg

□□: LV Sonneberg

□□: 925

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 2:27:35

□□: 12.20 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 31)

□□□□□/□: 5 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 2:27:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:31:44	5:05	2	4:23	6	8:25	18.00	1:31:44	5:05	1	-	23		
Pleß	4.00	21:36	5:24	1	-	5	1:48	22.00	1:53:20	5:09	1	-	23		
Festplatz	8.00	34:15	4:16	1	-	3	1:57	30.00	2:27:35	4:55	1	-	5	10:23	