



# 8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

**Biskamp, Stephan**

□□: Philippsthaler Landgrafen

□□: 910

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 2:33:12

□□: 11.75 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 31)

□□□□□/□: 8 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 2:17:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:34:10	5:13	2	9:21	10	10:51	18.00	1:34:10	5:13	2	9:21	20	
Pleß	4.00	22:49	5:42	2	2:11	8	3:01	22.00	1:56:59	5:19	2	11:32	20	
Festplatz	8.00	36:13	4:31	2	3:55	7	3:55	30.00	2:33:12	5:06	2	15:27	8	16:00