



# 8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Schade, Ronny

□□: WSV 1907 Neuhaus

□□: 919

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 2:35:41

□□: 11.56 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 31)

□□□□□/□: 10 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 2:30:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:33:10	5:10	1	-	8	9:51	18.00	1:33:10	5:10	2	-	18	
Pleß	4.00	24:44	6:11	2	3:17	13	4:56	22.00	1:57:54	5:21	2	2:44	18	
Festplatz	8.00	37:47	4:43	2	1:59	9	5:29	30.00	2:35:41	5:11	2	4:43	10	18:29