



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Iffert, Karl

□□: Wernshäuser Lauftreff

□□: 924

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 2:44:39

□□: 10.93 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 31)

□□□□□/□: 15 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 2:44:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:42:35	5:41	1	-	15	19:16	18.00	1:42:35	5:41	1	-	13	1:30	
Pleß	4.00	24:05	6:01	1	-	12	4:17	22.00	2:06:40	5:45	1	-	13	1:52	
Festplatz	8.00	37:59	4:44	1	-	10	5:41	30.00	2:44:39	5:29	1	-	15	27:27	