



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Trautmann, Jürgen

□□: Barchfeld

□□: 906

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:51:57

□□: 10.47 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 31)

□□□□□/□: 16 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 2:44:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:43:58	5:46	2	2:53	16	20:39	18.00	1:43:58	5:46	2	2:53	12	2:53	
Pleß	4.00	26:27	6:36	2	2:44	19	6:39	22.00	2:10:25	5:55	2	5:37	12	5:37	
Festplatz	8.00	41:32	5:11	2	2:11	18	9:14	30.00	2:51:57	5:43	2	7:48	16	34:45	