



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Nickel, Andreas

□□: Weimar

□□: 918

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 2:53:21

□□: 10.38 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 31)

□□□□□/□: 17 (of 26)

□□□□□□: 2:17:12

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 2:30:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:48:51	6:02	4	15:41	23	25:32	18.00	1:48:51	6:02	4	15:08	11	7:46
Pleß	4.00	25:40	6:25	3	4:13	15	5:52	22.00	2:14:31	6:06	4	19:21	11	9:43
Festplatz	8.00	38:50	4:51	3	3:02	12	6:32	30.00	2:53:21	5:46	4	22:23	17	36:09