



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

Beck, Monika

□□: TV 03 Heringen

□□: 914

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 2:55:03

□□: 10.28 km/h

□□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 31)

□□□□□/□: 4 (of 5)

□□□□□□: 2:28:37

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 2:49:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:47:38	5:58	2	2:15	4	14:04	18.00	1:47:38	5:58	2	2:15	4	14:04
Pleß	4.00	25:59	6:29	2	0:05	4	4:34	22.00	2:13:37	6:04	2	2:20	4	18:38
Festplatz	8.00	41:26	5:10	2	2:45	4	7:48	30.00	2:55:03	5:50	2	5:05	4	26:26