



Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□: 34:41

111

項目	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	
	km	時間	min/km	-	-	時間	時間	km	時間	min/km	-	-	時間	時間
Runde	2.00	7:58	3:59	15	1:13	60	1:55	2.00	7:58	3:59	88		421	
Runde	2.00	8:22	4:11	17	1:27	77	2:16	4.00	16:20	4:04	8		30	4:02
Runde	2.00	8:56	4:28	32	1:51	127	2:42	6.00	25:16	4:12	8		30	6:44
Runde	2.00	8:42	4:20	20	1:35	85	2:26	8.00	33:58	4:14	8		30	9:10
Leichtathletikhal	2.00	8:12	4:05	15	1:24	58	2:01	10.00	42:10	4:13	18	7:29	74	15:42