



Fröbellauf 230
Bad Liebenstein / 21.04.2012

□□□□

Weißhaar, Dirk

□□: SV Blau Weiss Creuzburg
□□: 237

□□: 15.80 km
Lauf lang

□□□□:
Senioren M40

□□□: 1:24:05

□□: 10.70 km/h
□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 16)

□□□□□/□: 15 (of 15)

□□□□□□: 1:01:48

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:16:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	7.90	40:43	5:09	2	3:46	14	8:59	7.90	40:43	5:09	2	3:46	15	8:59
Runde	7.90	43:22	5:29	2	3:51	15	13:18	15.80	1:24:05	5:19	2	7:37	15	22:17