



9. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 19.08.2012

□□□□

Laudafe, Steffen

□□: Kein

□□: 614

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50

□□□: 1:41:19

□□: 12.44 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 70)

□□□□□/□: 9 (of 59)

□□□□□□: 1:23:12

□□□□□: 2(of 12)

□□□□□□□: 1:35:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	13.00	1:07:41	5:12	2	3:21	9	11:27	13.00	1:07:41	5:12	2	3:21	38		
Festplatz	8.10	33:38	4:09	2	2:58	9	6:40	21.10	1:41:19	4:48	2	6:19	9	18:07	